

ハラスメント研修

～上手なセルフコントロールでハラスメントを防ぐ～

研修の
ねらい

- ・ハラスメントとは何かを知る
- ・行為者の責任と、企業に求められるもの（企業の責任）を理解する
- ・ハラスメントをなくすためには、どうすればよいか学ぶ
- ・ハラスメントが起きた際の対応について学ぶ

■プログラム【3時間】 ※研修時間はご要望に応じて調整いたします

時間	項目	内容
3H	◆ オリエンテーション	・講師自己紹介 ・研修の目的の説明
	◆ 職場のハラスメントについて考える (個人ワーク)	・ハラスメントについてイメージを持っていただくための設問を個人ワークで考えていただきます。
	◆ 職場のハラスメントとは	・職場におけるハラスメントにはどのようなものがあるのか説明をします。またハラスメント行為者が問われる責任や会社が問われる責任について解説します。
	◆ ハラスメント行為者の責任	
	◆ 職場のハラスメントについて考える (グループワーク)	・個人ワークをしていただいた設問についてグループもしくは隣同士で話し合ってください。その後各設問について解説します。
	◆ ハラスメントを予防するためには	・ハラスメントを予防するために、ハラスメントが起こる背景、職場環境などを事例を通して理解していただき、職場でハラスメントが起きた時の対応方法を説明します。
	◆ 職場でハラスメントが起きてしまったら	
	◆ ハラスメント防止のためのアンガーマネジメント	・ハラスメントの背景にある感情をコントロールする方法としてのアンガーマネジメントを紹介し、さらに個々人がハラスメントを起こさない、被害にあわないためのポイントを説明します。
	◆ 職場でハラスメントを起こさないためのポイント	・ハラスメントの多くのケースには怒りの感情が関係しています。「怒る必要のあることは上手に怒れる、怒る必要のないことは怒らないようになる」ことを目指します。
	◆ 研修のまとめ	・質疑応答 ・講師によるまとめ、終了挨拶

受講者の声

2019年4月 〈26名/サービス業〉

- ・ハラスメントについて知っていることと知らないことを整理する機会となった。またメンタルコントロールの重要性を認識した。
- ・日常業務の中で注意すべきこと等、参考になった。今後、部課内がスムーズに業務遂行できるよう本日の研修内容を役立てたい。