

学校法人北海道カトリック学園さまでウェブ講演会を行いました

この度、当社EAPサービスを導入された学校法人北海道カトリック学園さまでEAPサービスをより効果的に活用いただくためのウェブ講演会を開催いたしました。

<日時>

2021年7月14日(水)

<テーマ>

「悩みを抱える前に相談する～外部相談機関「MRC 札幌」の活用方法～」

講演会では、私たちが日々働く中で感じるストレスについて説明しました。受講された皆さまと「ストレスはどこからやって来るのか」「どのように私たちに影響を与えているのか」「ストレスによって私たちどのように変化していくのか」等を確認し、メンタルヘルスに関する理解を深めました。

また、“職場のメンタルヘルス”に関して、当社の専門スタッフからこれまでの多くのご相談対応で経験してきた事をお話ししました。その中で、メンタル不調になった時に見られる特徴や外部相談機関である当社を活用するタイミングなどをお伝えし、悩みを放置しない方法をご理解いただきました。今回、受講していただいた皆さまには自分自身や職場にいる周囲の人々のメンタルヘルスに関して興味関心を持っていただいたように思います。

当社としては、これまで企業さまを訪問して講演会を開催する事が大半でしたが、コロナ禍という事もあり、ウェブによる講演会となりました。

EAP サービスは、メンタルヘルスに関する予防やメンタル不調者の早期発見に力を注ぎ、従業員の皆さまが職場で働きながら心身ともに健康に生活を送られるように支援させていただきます。



【メンタルヘルスのセミナーや講演会をご希望の企業さまはこちらへ】

info@mrc-sapporo.co.jp