



# 番組紹介

今回のオンラインセミナーでは朝から夕方まで様々なプログラムをご用意し、入退室自由でテレビのようにお好みの番組をご覧いただけます。人との距離感や繋がり方が変化してきた今だからこそお伝えしたいテーマでお送りします。

19日  
20日

8月19日(木) 開催  
8月20日(金) 開催

New  
SP

2021年 新テーマ  
特別企画

**19日 New** **第一劇**

### リモートワークでのモチベーション維持

スピーカー：麗 聡一郎 NPO 法人メンタルぶらす協会 Reforest 理事長  
株式会社エスケイケイ 代表

リモートワークや授業で、通勤通学時間や無用な人付き合いが無くなり、ストレスが軽減した人が増えた一方で、「なんとなく」不安を感じ、ストレスが増してしまった人やうつ状態に陥ってしまった人もいます。その原因は、緊急事態宣言？運動不足？孤立感？など取りざたされています。しかし、行動学的には、「テンション・バランスの崩れ」が原因となっているようです。テンション・バランスを保つことで、コロナ禍に限ることなく、モチベーションを高め、活き活きと生活する方法をお伝えします。

※リモートワークでのコミュニケーションもさることながら、直接交流も大切です。直接交流のマスク越しコミュニケーションは、第二劇で。

**19日 New** **第二劇**

### マスク越しコミュニケーションの極意

スピーカー：麗 聡一郎 NPO 法人メンタルぶらす協会 Reforest 理事長  
株式会社エスケイケイ 代表

コロナ禍でのニュータイプ生活様式で、多くの変化がみられました。その一つが、マスクです。ワクチン接種で、マスク無しの生活に戻ることができるか否かは定かではありませんが、マスク越しの会話は、こちらの意図が伝わったのか？相手が反応しているのか？も定かではありません。そのカギは、「自己開示」にあります。受信力を磨き受容力を高めるために、FBIの行動分析に基づき、マスク越しのコミュニケーション力アップのノウハウをお伝えします。

※マスク越しのコミュニケーションもさることながら、マスクを外した時のコミュニケーションも大切です。考えや感情が読み取りにくい相手との交流は、第三劇で。

**20日 New** **第三劇**

### 表現力の乏しい相手とのコミュニケーションのコツ

スピーカー：麗 聡一郎 NPO 法人メンタルぶらす協会 Reforest 理事長  
株式会社エスケイケイ 代表

近年、「何を考えているかわからない」、「主張しない」、「表情に出ない」といった新入社員や子どもたちへの対応について困っているとの質問を多く受けるようになりました。何も考えていない訳ではないのですが、そういった傾向が強まってきているのは確かです。しかし、私たちは他者の考えや気持ちをしっかりと把握できています。内向的な人の特徴を踏まえて、交流の仕方考えます。

**20日**

### 学校で学ぶ 人付き合いの極意

スピーカー：杉野 純一 株式会社エスケイケイ  
ヒューマンリソースアドバイザー

「クラスに馴染むことができない」「友達と仲直りできない」など、人との関わり方についての悩み。どの時代でも存在した話ではありませんが、特にここ最近、【人付き合い】に苦手意識を持つ子供たちが増えたように思います。普段の暮らしにおいて人と直接かかわる機会が減少傾向にある現代。コロナの影響により、オンライン化が進み、さらにその傾向は強まりました。そんな中、人付き合いについて「学ぶ」必要性が生じてきているようです。今回は学校生活における【人付き合い】を考えると共に、子どもたちがよりよい人間関係を築けるようにサポートするためのアプローチ方法をご紹介します。

**麗の30分** ジェットストリームアタック講演 こんな時代ならではのテーマを短い時間で分かりやすくお届けします

**19日**

### 一流アスリートに学ぶモチベーションアップのコツ

スピーカー：麗 聡一郎 NPO 法人メンタルぶらす協会 Reforest 理事長  
株式会社エスケイケイ 代表

仕事もプライベートも、何だかんだとモチベーションが下がることがあり、【マイナス感情】に侵食されて、自分って何？将来どうなるの？などと不安やイライラにさいなまれます。人間関係のせい？環境のせい？お金？仕事？…（きりがありません）何が原因であるにせよ、損をするのは自分です。とどのつまりは、その状況をどうとらえるかという自分次第なのかもしれません。そういったマイナスの感情に侵食されることなく、【プラスの感情に変換】し、モチベーションを維持するコツを、一流のアスリートの心構えを参考にしながら、メンタルタフネスの手法を紹介します。人づきあいを良くしたいなら、まずは、【自分づきあい】を良くすることが先決です。

**19日**

### 効果的なほめ方 叱り方

スピーカー：佐藤 彩 株式会社エスケイケイ  
ヒューマンリソースアドバイザー

最近「叱る」ことに臆病になってはいませんか？一度叱ってしまうと、子どもとの関係が壊れてしまったり、余計に反発を招いたり、今までと同じ叱り方では指導が難しくなっているようです。「ほめる」にしても、どこをどういう風にほめてあげたらよいか、悩むことも少なくありません。子どもの質、タイプは昔と比較すると変わってきています。まずはイマドキの子どものタイプを知り、いろいろなケースを織り交ぜながら、効果的なほめ方・叱り方についてお伝えいたします。ご好評いただいている『イマドキの子どものほめ方・叱り方』の最新バージョンです。

**19日 SP**

### 聡一郎の部屋

スピーカー：麗 聡一郎 NPO 法人メンタルぶらす協会 Reforest 理事長  
株式会社エスケイケイ 代表

理事長を務める麗聡一郎がコメンテーターとなり、フリートークを繰り広げます。ご希望のトークテーマ、お悩み相談、プライベートな質問など、幅広く募集いたします。ぜひ申込みフォームからみなさまのお声を聞かせてください。どんなことをお話しするかは当日までのお楽しみです。普段のセミナーとは一味違ったオシャベリをご視聴いただけます。

※申込みページ「備考」欄に自由にコメントしてください。コメントがなくてもご参加いただけます。

※いただいたコメントの中から選定してお話ししますので、すべてに対応することはできかねます。

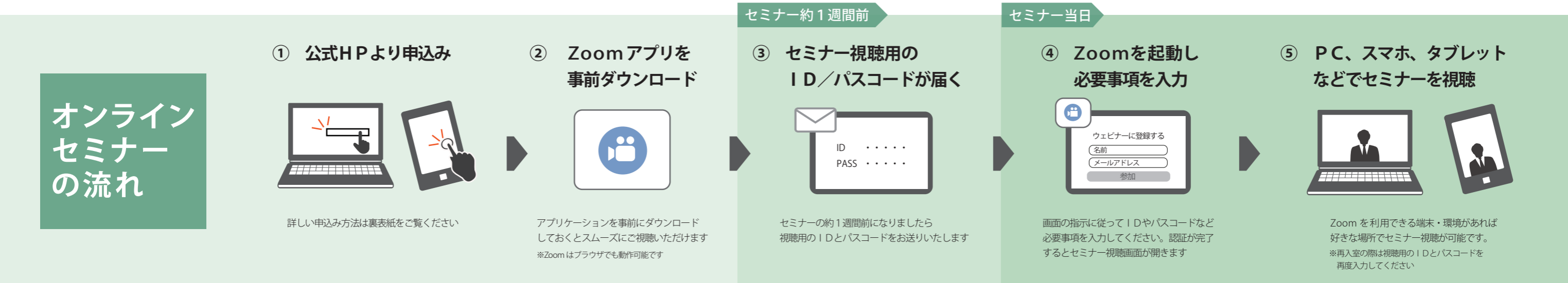
**20日 New**

### 自己診断 de ジブン再発見

スピーカー：杉野 純一 株式会社エスケイケイ  
ヒューマンリソースアドバイザー

【自己理解・自己分析】。最近の就職活動では必須の言葉となりましたが、これはいつになっても重要なことです。社会人生活を送る中で、仕事に追われ、疲れ、自分自身を見失いそうになるときもあるのではないのでしょうか。本講座では、複数の視点から自己の状態を知り、ココロの健康管理や職場でのコミュニケーションを考える上でのヒントを提供します。多面的に「人」を見つめ、伸ばしていく大切さをお伝えするとともに、自己の意外な可能性に気づく「ジブン再発見」のお手伝いをします。

他にも協賛の株式会社エスケイケイからの情報コーナーを用意しています。詳細は別紙番組表をご覧ください。





# ONLINE メンタルヘルスケアサポートセミナー 番組表



8月19日(木)

10:00 ~ 10:15	開会のあいさつ
10:15 ~ 10:45	★ リモートワークでのモチベーション維持 スピーカー：麓 聡一郎 <b>LIVE</b>
11:00 ~ 12:00	効果的なほめ方 叱り方 スピーカー：佐藤 彩 <b>LIVE</b>
12:30 ~ 14:00	一流アスリートに学ぶ モチベーションアップのコツ スピーカー：麓 聡一郎 <b>LIVE</b>
14:15 ~ 14:35	育て方と対人トラブル “放任” すると、どうなる!?
14:45 ~ 15:15	聡一郎の部屋 スピーカー：麓 聡一郎 <b>LIVE</b>
15:25 ~ 15:55	S K K 式クレペリン検査 スピーカー：川手 のどか
16:05 ~ 16:35	★ マスク越しコミュニケーションの極意 スピーカー：麓 聡一郎 <b>LIVE</b>
16:35 ~ 16:50	閉会のあいさつ

8月20日(金)

10:00 ~ 10:15	開会のあいさつ
10:15 ~ 11:15	★ 学校で学ぶ 人付き合いの極意 スピーカー：杉野 純一 <b>LIVE</b>
11:25 ~ 12:05	SERAPLUS スピーカー：杉野 純一 <b>LIVE</b>
12:15 ~ 12:35	検査から見た 20 年間の不登校の変遷
13:00 ~ 13:30	★ 表現力の乏しい相手とのコミュニケーションのコツ スピーカー：麓 聡一郎 <b>LIVE</b>
13:45 ~ 14:05	自傷行為を正しく理解する
14:15 ~ 14:45	S K K 式適性検査 ジブンナビ スピーカー：佐藤 彩 <b>LIVE</b>
14:55 ~ 16:25	★ 自己診断 de ジブン再発見 スピーカー：杉野 純一 <b>LIVE</b>
16:25 ~ 16:40	閉会のあいさつ



8月19日(木)の  
視聴申込みはこちらから  
<http://www.skj-jp.com/npo/seminar/detail.php?id=52#theme85>



8月20日(金)の  
視聴申込みはこちらから  
<http://www.skj-jp.com/npo/seminar/detail.php?id=52#theme86>

## エスケイケイ情報コーナーのご案内

今回のオンラインセミナーではメンタルぶらす協会主催の講演に加え協賛のエスケイケイからの情報コーナーを用意しています。講演プログラムとは違った切り口から情報をお届けいたしますので、ぜひ併せてご覧ください。

※裏面の番組表ではメンタルぶらす協会主催講演を緑、エスケイケイからの情報コーナーを青で帯色表示しています

### エスケイケイ ラボラトリー

エスケイケイは60年以上にわたり、子どもたちの成長とその環境に向き合ってきました。その中でもぜひお伝えしたい、研究室推薦のテーマを分かりやすくお届けします。

19日

#### 育て方と対人トラブル “放任” すると、どうなる!?

保護者の養育態度が子どもの育ちに大きな影響力を持つことは、もはや自明のことと思われがちです。しかし、「虐待」「放任」「過干渉」「過保護」といった様々な養育態度ごとにどのような子どもの問題(とりわけ対人的な問題)が発生しやすいかを、論理的・実証的に把握されている方は少ないかもしれません。エスケイケイの豊富な臨床データをもとに、養育態度ごとに生じやすい子どもの対人トラブルの傾向を解説致します。

20日

#### 検査から見た 20 年間の 不登校の変遷

1970年代に登校拒否として取り上げられた不登校は、今では珍しいことではなくなり、年ごとに増え続けています。その間、不登校の内容は徐々に変化しながら、現在コロナ禍にあって改めて登校する意味が問われつつあります。エスケイケイが独自に調査した不登校タイプがこの20年間でどのように変化したのか、S K K 式クレペリン検査の結果と合わせて考察していきます。また、不登校の背景として、児童生徒の学校を休むことへのとらえ方にも触れていきます。

20日

#### 自傷行為を正しく理解する

自傷行為には、手首を切るリストカット、体を壁にぶつける、髪の毛を抜く、皮膚をかきむしるなどの行動が含まれます。中でも、放っておくと命を落としかねないリストカットをピックアップします。何度も繰り返しやすいことから、周囲の関心を引きたいがための行為というイメージが先行しがちですが、誤解や偏見が生じないようにリストカットの概念に始まり、リスクを減らす得ない心理や周囲の対応の基本をお伝えします。

### エスケイケイの 多面的アプローチ

エスケイケイが開発した学生向けの適性検査について、検査のしくみや特長を中心にオススメの活用方法もご紹介いたします。

19日

#### S K K 式クレペリン検査

株式会社エスケイケイ  
ヒューマンリソースアドバイザー  
スピーカー：川手 のどか

「はい、次」という合図に従い、ひたすら足し算を繰り返す作業検査です。単純な作業を繰り返し、その反応ぶりから生徒のメンタルヘルスや持ち味(性格)を解析します。普段の行動だけでは読みとれない、ひとりひとりの心の在りようをつかむことで、生徒理解や指導のヒントとしてお役に立てます。この講座では検査のしくみや特長を紹介し、結果の有効な活用方法についてお話しします。

20日

#### SERAPLUS

株式会社エスケイケイ  
ヒューマンリソースアドバイザー  
スピーカー：杉野 純一

最近では、コロナ対策でオンライン授業が普及、登校できたとしても、ほとんど一日中、マスクをした状態でのコミュニケーションになりました。そんな中で、対人面で配慮を必要とする生徒を見極めることが難しくなっているかと思えます。SERAPLUSでは3つの視点から生徒の内面を把握。孤立や不登校、対人トラブル、いじめなどの早期発見・予防のサポートを実現します。本講座では結果表の内容をご紹介するとともに、事例を取り上げながら、SERAPLUSを活用した生徒へのアプローチ方法をご紹介します。

20日

#### S K K 式適性検査 ジブンナビ

株式会社エスケイケイ  
ヒューマンリソースアドバイザー  
スピーカー：佐藤 彩

進路を考える学生にとって、職業と自分を関連づけて考えるためには、まず自分の持ち味(性格的側面)や適性を知ることが大切です。S K K 式適性検査 ジブンナビは、単なる自己申告による性格検査ではなく、実際の作業・行動ぶりを元に解析を行い、自己認識の枠を超えた客観的な自己分析をサポートします。

2021年4月にリニューアルされた学生向けワークシートの内容を紹介しながら、進路支援での活用イメージを中心に紹介します。