



パワハラの芽を摘み、働きやすい職場づくりのための
基本となる尊重し合うコミュニケーションを学ぶ!

DVD

職場のコミュニケーション・スキル 2

【DVD】各巻 71,500円(税込) / 3巻セット 214,500円(税込) / 字幕選択式

【監修】関屋裕希 [東京大学大学院医学系研究科 心理学博士 臨床心理士 公認心理師]



第1巻

インシビリティからシビリティへ 礼節ある職場づくり (20分)

「インシビリティ」とは「礼節を欠いた」「無礼な」の意味。挨拶を無視したり、軽蔑したりという言動が相当します。パワハラを生まないための防止対策としてもお使いいただける教材です。

【主な内容】インシビリティとは／礼節を欠いた行動の影響／インシビリティを断ち切るには (RASA) 他



第2巻

アンコンシャス・バイアスと マイクロアグレッション その一言、大丈夫? (19分)

基礎編

職場でしばしば見られる「マイクロアグレッション(些細な攻撃)」。「アンコンシャス・バイアス(無意識の偏見)」が原因であるが少なくありません。これを放置すると、メンバーの信頼関係が崩れたり、メンタル不調や生産性の低下にもつながるため対策が不可欠です。「基礎編」では、事例を通してその問題点を見ていきます。

【主な内容】アンコンシャス・バイアスとマイクロアグレッション／マイクロアグレッションの影響 他



第3巻

アンコンシャス・バイアスと マイクロアグレッション その一言、どう防ぐ? (19分)

実践編

「アンコンシャス・バイアス」は誰にもあるものですが、それを「マイクロアグレッション」にしないためにはどうすれば良いでしょうか。「実践編」では事例を通して防止対策を見ていきます。

【主な内容】マイクロアグレッションの防止策(発言者向け、被発言者向け、周囲の人向け) 他



(株)オプチカル 販売課 教育映像係

〒761-0113
香川県高松市屋島西町2484-8
TEL 087-841-1100 FAX 087-841-1101

DVD

研修用動画教材

シン・職場のハラスメント

[DVD] 各巻 71,500円(税込)

[監修] 金子雅臣 [職場のハラスメント研究所 所長]

■第1巻 パワーハラスメント編

～その言動、なぜパワハラ?～ (21分)

パワハラの定義と6つの類型／事例 細かすぎる上司／事例 物言わぬ上司／事例 CCメールがパワハラ?／事例 同僚からの嫌がらせはパワハラ? モラハラ?



■第2巻 セクシュアルハラスメント編

～「そんなことぐらい」がセクハラに～

(25分)

セクハラの定義、対価型セクハラと環境型セクハラとは／事例「頭ポンポン」はセクハラ?／事例 疑似恋愛型セクハラ／事例 この服、セクハラ?／事例 アンコンシャスバイアスとセクハラ／事例 宴席とセクハラ



マルっとわかる! 職場のハラスメント

～パワハラ、セクハラからモラハラ、カスハラまで～ (34分)

[DVD] 各巻 71,500円(税込)

[監修] 金子雅臣 [職場のハラスメント研究所 所長]

パワハラ 暴言によるパワハラ、LGBTQのアウェーティング／セクハラ 肩もみ、疑似恋愛、不倫自慢、アンコンシャスバイアス／マタハラ 状態への嫌がらせ型 制度等の利用への嫌がらせ型／カスハラ B to B・モラハラ上司による体形へのいじり



カスタマーハラスメント

[DVD] 各巻 71,500円(税込)

[監修] 金子雅臣 [職場のハラスメント研究所 所長]

■第1巻 企業に求められる

カスタマーハラスメント対策 (36分)

カスハラ発生!／カスハラとは? (定義、類型 ほか)／カスハラの判断ポイント／現場での初期対応と予防対策／不当クレームへの対応 (電話、無断撮影ほか)／下請けへのカスハラ (B to B)／組織としての対応



■第2巻 公務職場の

カスタマーハラスメント対策 (33分)

カスハラ発生!／カスハラとは? (定義、類型 ほか)／カスハラの判断ポイント／現場での初期対応と予防対策／不当クレームへの対応 (電話、無断撮影ほか)／組織としての対応



[取り扱い代理店]

(株)オプチカル 販売課 教育映像係

〒761-0113 香川県高松市屋島西町2484-8

TEL 087-841-1100 FAX 087-841-1101

E-mail : info@optical.jp <https://www.optical.jp>

[申込書]

タイトル	価格	数量	貴所名
			部署名 ご担当
			送付先 〒
合計			TEL FAX

職場のメンタルヘルス対策シリーズ

[DVD] 各巻 55,000円(税込)

[監修] 山本晴義

[医学博士、横浜労災病院勤労者メンタルヘルスセンター長]



■第1巻 セルフケア 全員編

[全員向け] (36分)

セルフケアとは／ストレスとは／6つのストレス対処法 (怒りのコントロール 他)／リモートワークでのストレス対処法

■第2巻 セルフケア 新人・若手社員編

[新人・若手社員向け] (29分)

セルフケアとは／ストレスとは／6つのストレス対処法 (マイナス思考からプラス思考へ 他)／リモートワークでのストレス対処法

■第3巻 管理職のためのラインケア

[管理職向け] (27分)

ラインによるケアとは／部下の不調への気づき方と対処方法／職場環境等の改善とは／リモートワークでのラインケア

イキイキ働くためのコミュニケーション・シリーズ

職場のコミュニケーション・スキル

[DVD] 各巻 66,000円(税込)

[監修] 関屋裕希 [東京大学大学院医学系研究科 心理学博士 臨床心理士 公認心理師]



■第1巻 アンガーマネジメント

上手な怒りとの付き合い方 (23分)

「怒り」は自分の大事なものが傷つけられているサイン／「怒り」の感情との付き合い方／大事なものを守る4つのステップ／自分の「怒り」のツボを知る 他

■第2巻 アサーション

上手な気持ちの伝え方 (25分)

4つの自己表現タイプ／アサーティブなコミュニケーション・スキル (傾聴力、質問力、DESC法)／テレワークのコミュニケーション 他



イキイキ働くためのコミュニケーション・シリーズ

心理的安全性

[DVD] 各巻 66,000円(税込)

[監修] 関屋裕希 [東京大学大学院医学系研究科 心理学博士 臨床心理士 公認心理師]



■第1巻 心理的安全性の高め方

～リーダー向け～ (33分)

心理的安全性とは?／人間関係のリスクとは?／心理的安全性の出発点／心理的安全性の高め方 (日常的な対応、会議、問題が起きた時)

■第2巻 心理的安全な職場をめざして

～メンバー向け～ (30分)

心理的安全性とは?／対人関係のリスクとなる4つの不安／心理的安全性の出発点／心理的安全性をあげるための5つの方法 (挨拶プラスワン、傾聴力 他)

