

研修のねらい

- 育児だけでなく介護や治療等、多様な両立の現状があることを理解します。
- 両立に求められるタイムマネジメント力の向上と職場での関係性を構築するためのコミュニケーションのポイントを理解します。
- 転機を乗り越えるためのサポートを確認し、両立実施者同士の交流を図ります。

現代は育児との両立、不妊治療やがん治療等の治療との両立、介護との両立等、多様な両立が求められています。晩産化でもあり子育て中に介護も担う世代も増えているため、仕事と人生における役割との両立が重要であることを認識する必要があります。

仕事と育児・介護・治療との両立には、より高度なタイムマネジメントが求められます。業務の手順を可視化して作業時間の見積もり精度を上げること、常に業務の状況を共有化することで急な休暇取得にも職場が困らない状況にしておくこと等、業務遂行上のスキルを高めます。

また、両立には上司や同僚等の職場の協力が欠かせません。お互いに協働できるための職場のコミュニケーションについて考えます。

受講生同士で経験や不安を共有することで共感が生まれ、相互支援につながることをめざします。

※ 下記の内容は一例です。ご要望にあわせてカリキュラムをご提案いたします。

半日コース

◎ オリエンテーション

1. 仕事との両立

- (1) 多様な両立の現状
- (2) 人生の役割

◇ 個人ワーク・グループワーク ◇
「人生の役割」

2. 両立のための働き方

- (1) 両立のポイント
- (2) 仕事のタイムマネジメント
- (3) 職場でのコミュニケーション

◇ 個人ワーク・グループワーク ◇
「問題の整理・検討」

3. 転機を乗り越えるために

- (1) 転機の乗り越え方
- (2) 支援(サポート)を考える
- (3) 職場の制度を知る

◇ 個人ワーク・グループワーク ◇
「これからの人生の意思表示」

◎ まとめ

講座料 半日研修 160,000～200,000円(税別)

時間 9:00～12:00または13:00～16:00 ※ ご相談に応じます。

資料 テキスト使用1,500～2,000円/冊(税別)