

# 明るい職場を作ろう ハラスメント 防止対策講座

あなたは大丈夫？  
ハラスメントの被害者にも加害者にもならないために  
知っておきたいこと

- ハラスメントについて正しく理解したい方へ
- 職場で嫌がらせを受けて対応に悩んでいる方へ
- 無自覚のうちにハラスメントをしていないか不安のある管理職の方へ

開催日：令和5年9月13日(水)

時間：18:30～20:30

会場：目黒区中小企業センター 5階 会議室（目黒2-4-36 目黒区民センター内）

定員：先着40名様

参加費：1,000円

申込先：目黒区中小企業センター \* 電話、FAX又はメールにて受付します

〒153-0063 目黒区目黒2-4-36 目黒区民センター内

(電話)03-3711-1135 (FAX)03-3711-1284 (e-mail) info@megurokuchushokigyocenter.jp

講師：高橋美紀氏

中小企業診断士

社会保険労務士

(目黒中小企業診断士会所属)

中小企業診断士・社会保険労務士として、働き方改革や両立支援を中心に活動。

NPO法人目黒中小企業診断士会理事。目黒区創業相談員。日本女子大学人間社会学部講師。

## 【セミナーの内容】

- 1)「ハラスメント」って何？
  - ・ハラスメントの定義
  - ・ハラスメントの発生状況
- 2)ハラスメントが起こるメカニズム
  - ・自分のイライラ体験を振り返る
  - ・怒りを起こしているのは誰か
- 3)ハラスメント予防のためにすべきこと
  - ・組織の環境要因を見直す
  - ・「認知の癖」を見直す
- 4)ハラスメントを受けたと思ったら
  - ・解決に向けた一般的なステップ
  - ・まず記録、そして相談
- 5)コミュニケーションの質を見直す～被害者にも加害者にもならないために～