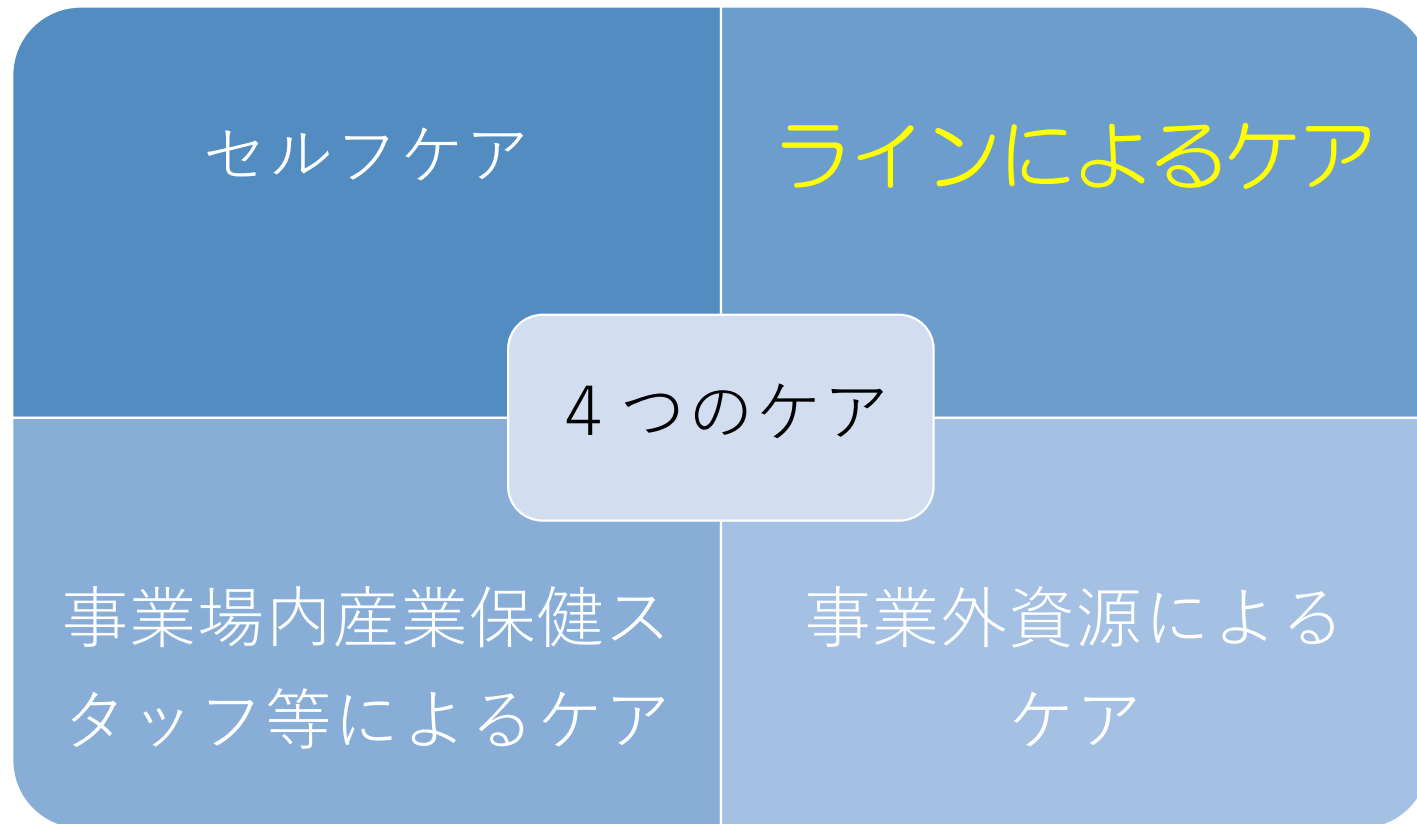


メンタル不調を起こさないために



※「職場における心の健康づくり～労働者の心の健康の保持促進のための指針～」をもとに作成

安全配慮義務

自己保健義務

安全配慮義務

社員



会社

**マネジャーは
安全配慮義務の履行者**



気づく



声をかける



つなぐ

部下の様子が「いつもと違う」

勤怠

- ・ 遅刻、早退、欠勤が増える
- ・ 無断欠勤がある
- ・ 残業、休日出勤が不釣り合いに増える

仕事

- ・ 仕事の能率が悪くなる
- ・ 業務の結果がなかなか出てこない
- ・ 報告や相談、職場での会話がなくなる

行動

- ・ 表情や動作に元気がなくなる
- ・ 不自然な言動が目立つ
- ・ ミスや事故が目立つ
- ・ 服装が乱れる、服装が不潔になる

こころもメンテしよう ～若者を支えるメンタルヘルスサイト～

体がだるい、眠れない、イライラする……、こころの健康が気になるときに。

文字サイズ [標準](#) [大](#) [特大](#)

 [サイト内検索](#)

[➤ ストレスとこころ](#)

[➤ ケースに学ぶ](#)

[➤ 友達のことが気になる](#)

[➤ 困ったときの相談先](#)

[➤ ダウンロードセンター](#)



ダウンロードセンター

つらいときを乗り越えた人のエピソードやこころの病気の解説などをPDFで取り出すことができます。

パンフレットでは、こころのメンテにとって大切な情報をまとめて読むことができます。

こころの病気を予防する
こころとの上手なつきあい方



こころの病気のサイン
ひとりで悩まないで



こころの病気と向きあう
回復へのマイ・ステップ



 子ども・若者を支える方たちへ
ご家族・教職員向けサイト 
こころもメンテしよう
～ご家族・教職員のみなさんへ～

確認テスト

以下の文章の（ ）に最もよく当てはまる文言を選択してください。

パワーハラスメントにより、社員や会社にもさまざまな影響が出る。例えば、社員に関して言えば（ ）を害すること考えられ、ケースによっては休職や働けなくなることにもなりかねない。

。

1. 心の健康

2. 自然環境



正解： 心の健康

解説：

パワーハラスメントを受けた結果、心身の健康を害し、休職に至ったり、場合によっては退職やその後も健康を害したことで働けなくなってしまうといったケースも少なくありません。

確認テスト

以下はパワーハラスメントの行為者の責任に関する文章です。文章中の①（ ）及び②（ ）に最もよく当てはまる文言をそれぞれ選択してください。

もしあなたが行為者になった場合、民事上の責任として①（ ）を請求される可能性がある。また、ケースによっては、名誉棄損や、侮辱罪、脅迫罪、暴行罪、傷害罪などの②（ ）に課せられることもある。社会的信用や社会的地位を失うだけでなく、自身の家庭が崩壊することもある。

1. 刑事罰

2. 損害賠償



正解：

もしあなたが行為者になった場合、民事上の責任として①（ **損害賠償** ）を請求される可能性がある。また、ケースによっては、名誉棄損や、侮辱罪、脅迫罪、暴行罪、傷害罪などの②（ **刑事罰** ）に課せられることもある。社会的信用や社会的地位を失うだけでなく、自身の家庭が崩壊することとも考えられる。

解説：

パワーハラスメントの行為者となった場合、民法の不法行為責任に基づく損害賠償を請求される可能性があります。実際に、裁判などで賠償責任を問われる事例が出ています。さらに、刑事事件となると、懲罰や罰金刑に科せられる可能性もあります。

裁判にならないまでも、組織がパワーハラスメント行為に当たると判断した場合は、懲戒処分などで職場内での信用や地位を失ったり、家庭の崩壊も考えられます。そうならないためにも、日ごろから、自身の言動には十分注意をする必要があります。

確認テスト

以下はパワーハラスメントが起こる原因について述べた文章です。文章中の①（ ）及び②（ ）に最もよく当てはまる文言をそれぞれ選択してください。

パワーハラスメントの原因は、様々なことが考えられるが、職場の①（ ）が少なくなっていることや、②（ ）が許されない、②（ ）への許容度が低いなどもその要因の一つと考えられている。また、昔ながらの指導方法である、「緊張感を持たせる」ことで人が動くという誤解も、パワーハラスメントを起こしてしまう原因といえる。



1. コミュニケーション

2. 失敗

正解：

パワーハラスメントの原因は、様々なことが考えられるが、職場の①（ **コミュニケーション** ）が少なくなっていることや、②（ **失敗** ）が許されない、②（ **失敗** ）への許容度が低いなどもその要因の一つと考えられている。また、昔ながらの指導方法である、「緊張感を持たせる」ことで人が動くという誤解も、パワーハラスメントを起こしてしまう原因といえる。

解説：

パワーハラスメントが起きる要因として、企業間の競争の激化やIT化、雇用形態の多様化、考え方の違いなどにより、職場内のコミュニケーションや人間関係が希薄化することで、異質なものを排除しがちな風土が職場に生まれることが大きな要因と考えられています。また、「緊張感を持たせれば人間は動く」という固定概念がパワーハラスメントに結びついてしまうケースもあり、過度な責任感や使命感からくる、「完璧であれ」「努力がすべて」「強くなくてはならない」「急げ」という考えがパワーハラスメントにつながる場合があります。

確認テスト

以下は職場のパワーハラスメントをなくすために必要なことについて述べた文章です。文章中の①（ ）及び②（ ）に最もよく当てはまる文言をそれぞれ選択してください。

職場のパワーハラスメントをなくすためには、職員全員が、十分にパワーハラスメントについて①（ ）することが必要である。また、お互いを②（ ）し、理解することも重要である。自らの行為がパワーハラスメントになっていないかも常に注意しなければならない。

1. 理解

2. 尊重

正解：

職場のパワーハラスメントをなくすためには、職員全員が、十分にパワーハラスメントについて①（ **理解** ）することが必要である。また、お互いを②（ **尊重** ）し、理解することも重要である。自らの行為がパワーハラスメントになっていないかも常に注意しなければならない。

解説：

組織は、職員に対し、安全で働きやすい職場環境を整備する責任があります（安全配慮義務）。職員全員がパワーハラスメントについて十分理解し、その防止に努めることが望めます。また、職員がお互いを尊重し、理解し、自らの言動を振り返り、パワーハラスメントが起こらないように努めることも重要です。自分の経験や価値観による思い込みがないか、いつも振り返るようにしてください。

ご清聴ありがとうございました