

時代不安と職業観 パートVII —不況時代のメンタルヘルス—

臨床心理士の立場から

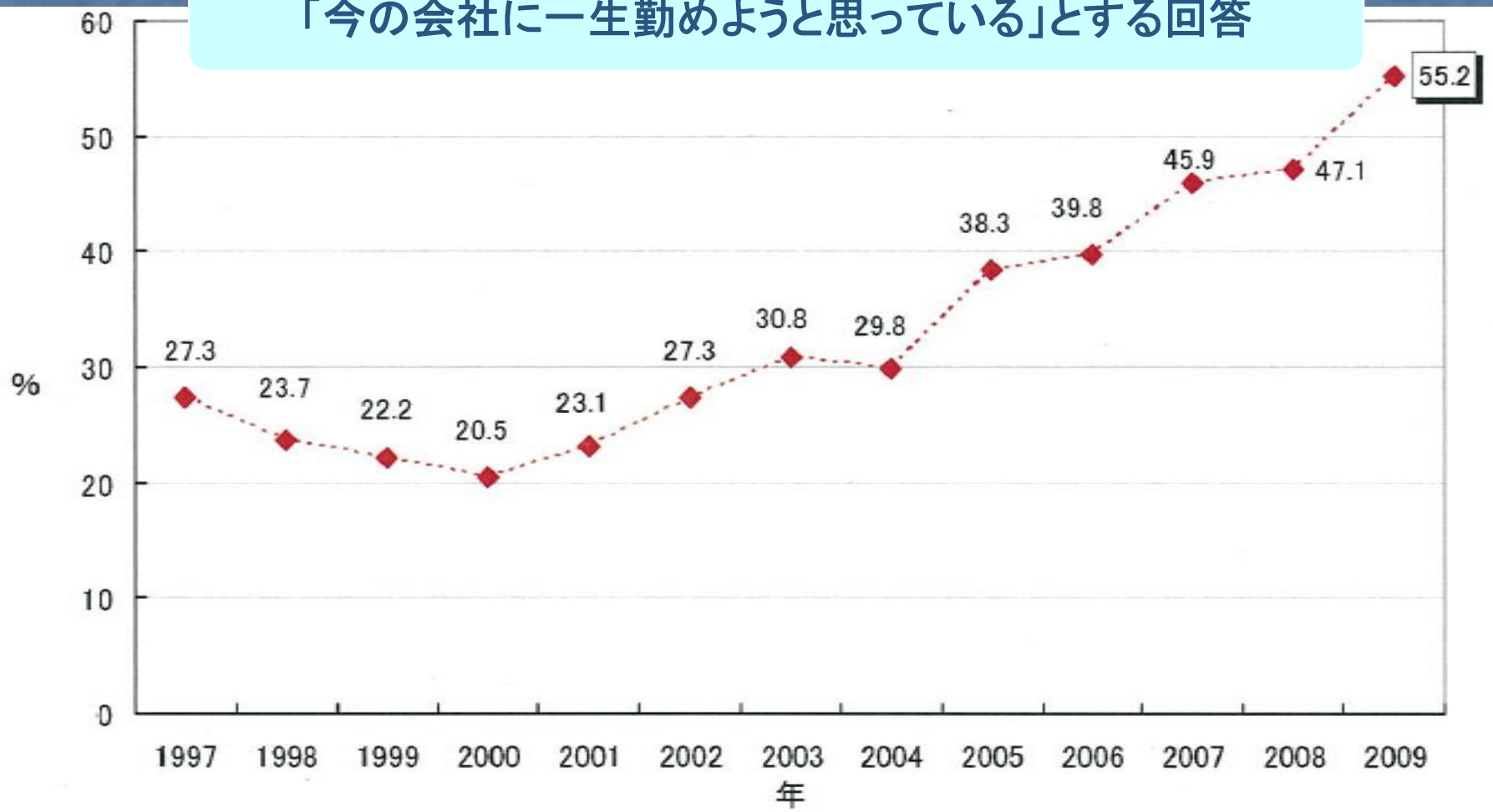
ティーペック株式会社 EAPセンター
臨床心理士 鴨澤あかね

現代の社会情勢



若者(新入社員)の意識

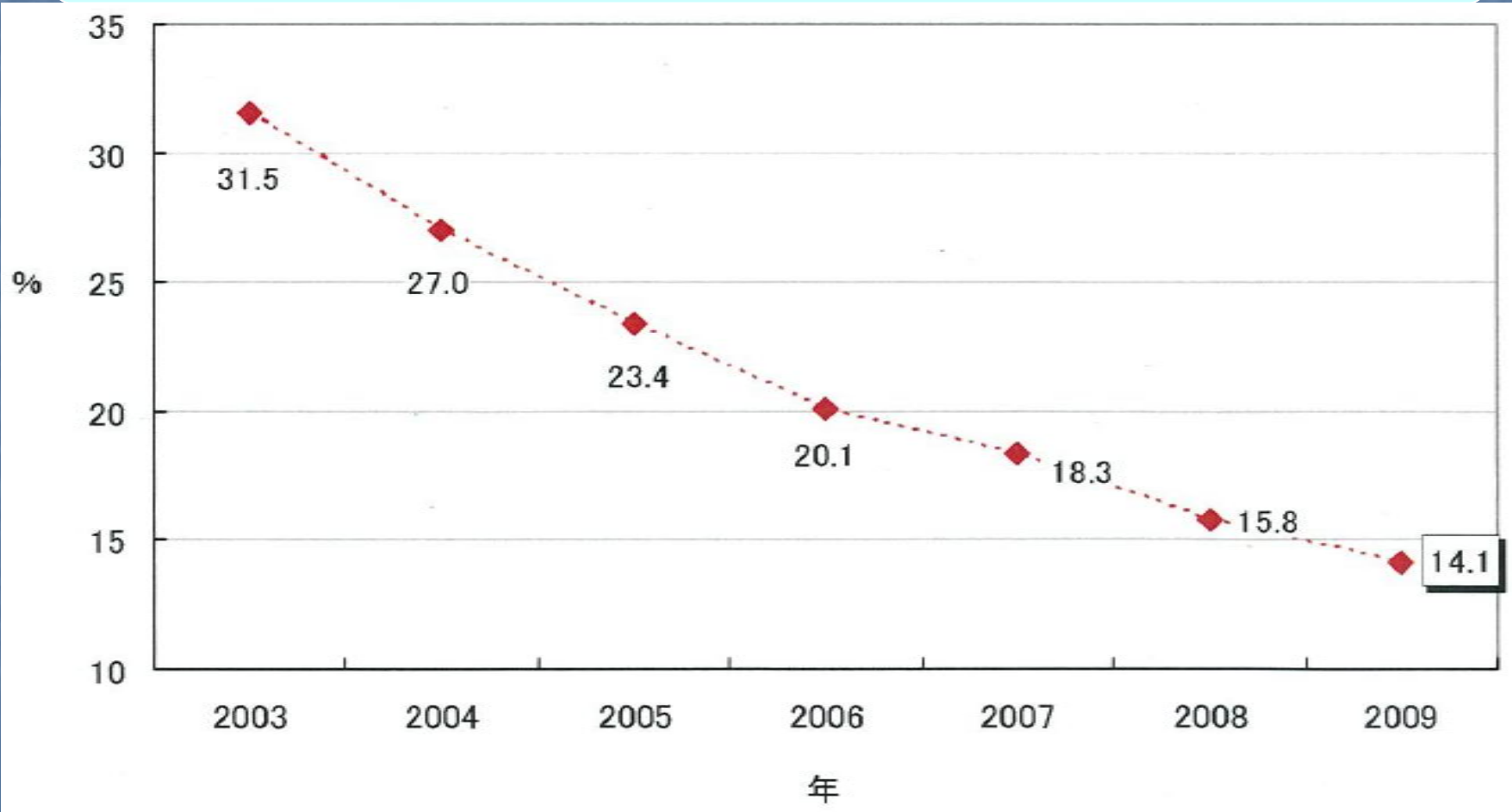
「今の会社に一生勤めようと思っている」とする回答



出典：2009年度 新入社員意識調査 (財)日本生産性本部

若者(新入社員)の意識

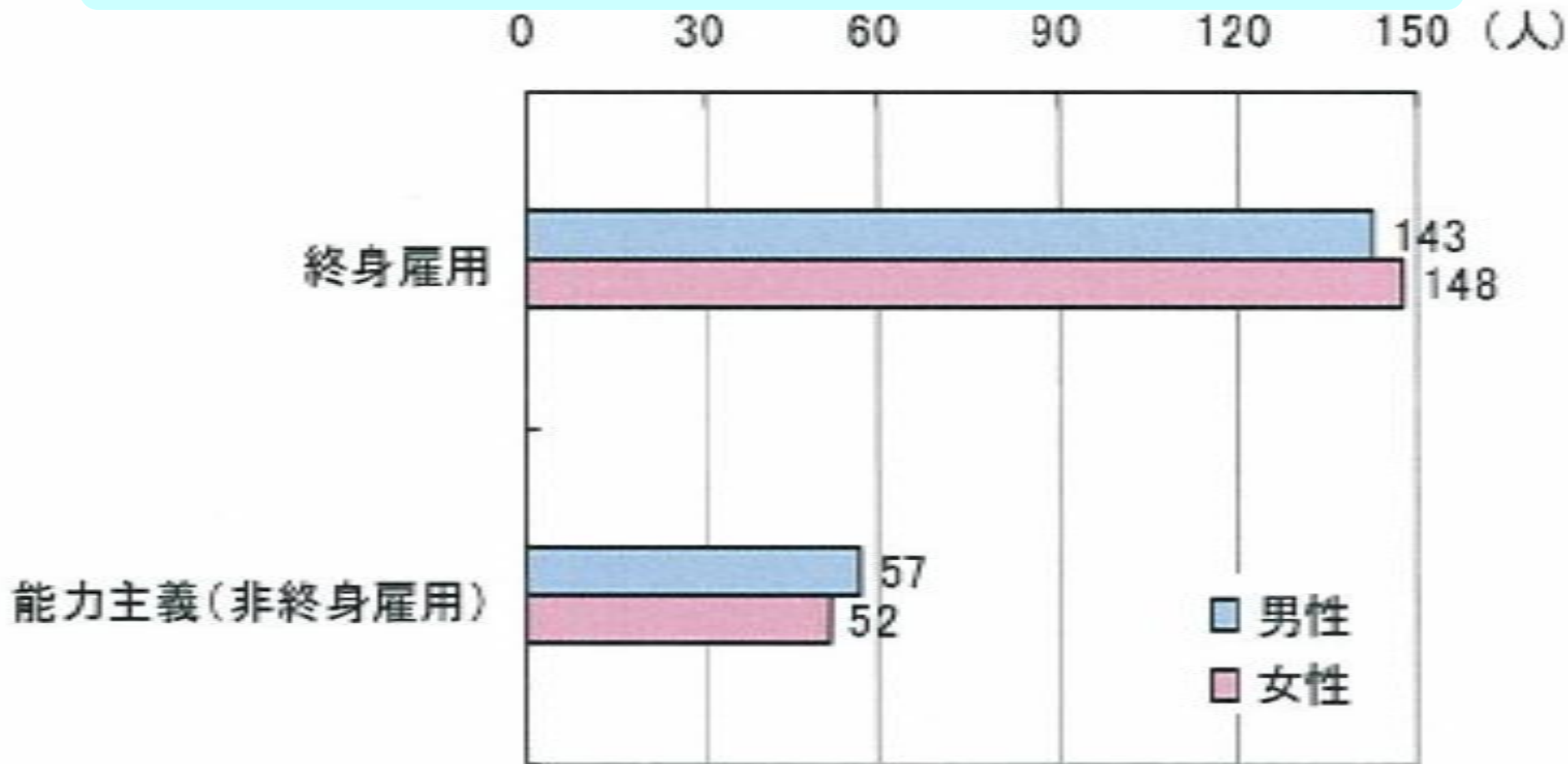
「社内で出世するより、自分で起業して独立したい」とする回答



出典：2009年度 新入社員意識調査 (財)日本生産性本部

若者(新入社員)の意識

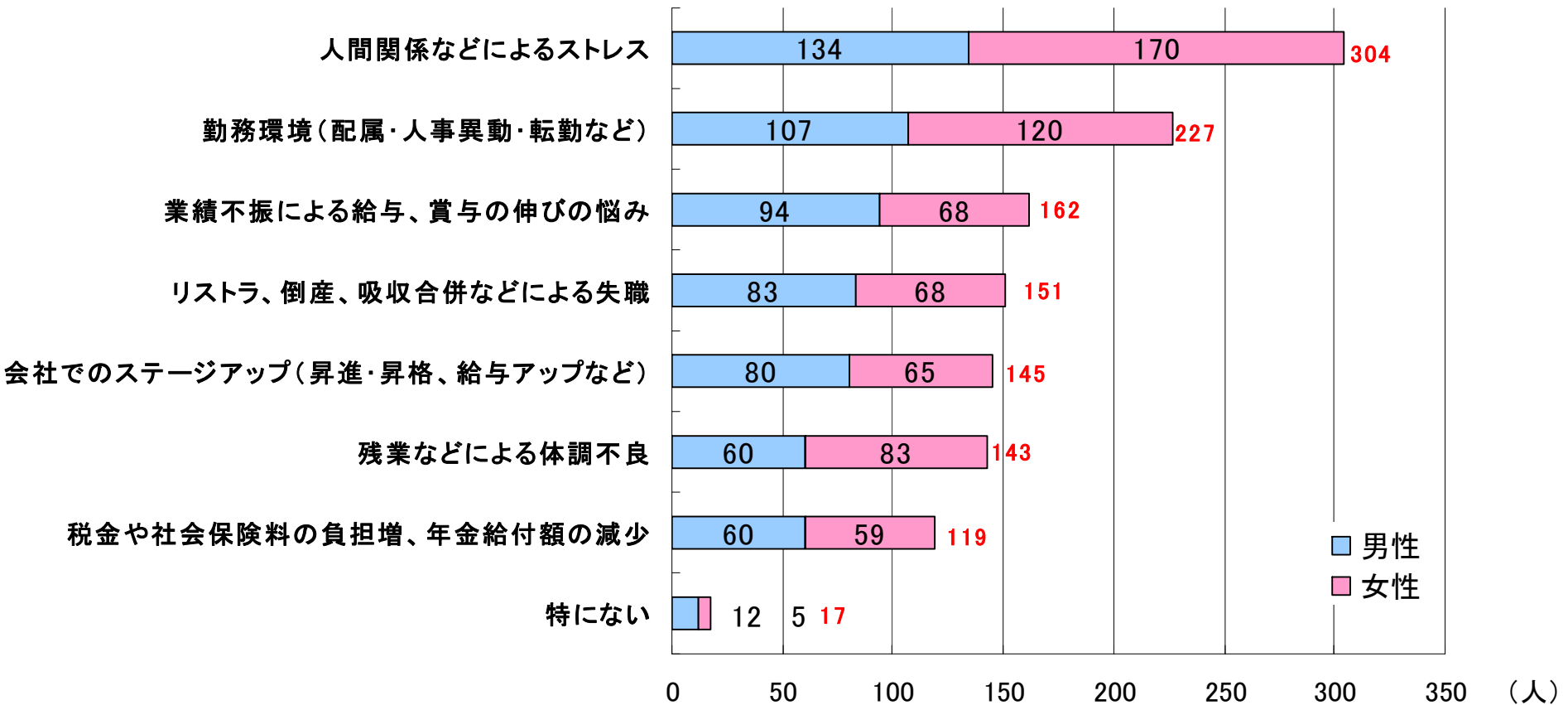
終身雇用と能力主義、どちらがいいですか？



出典：2009年 新社会人の意識調査 (株)ユーキャン

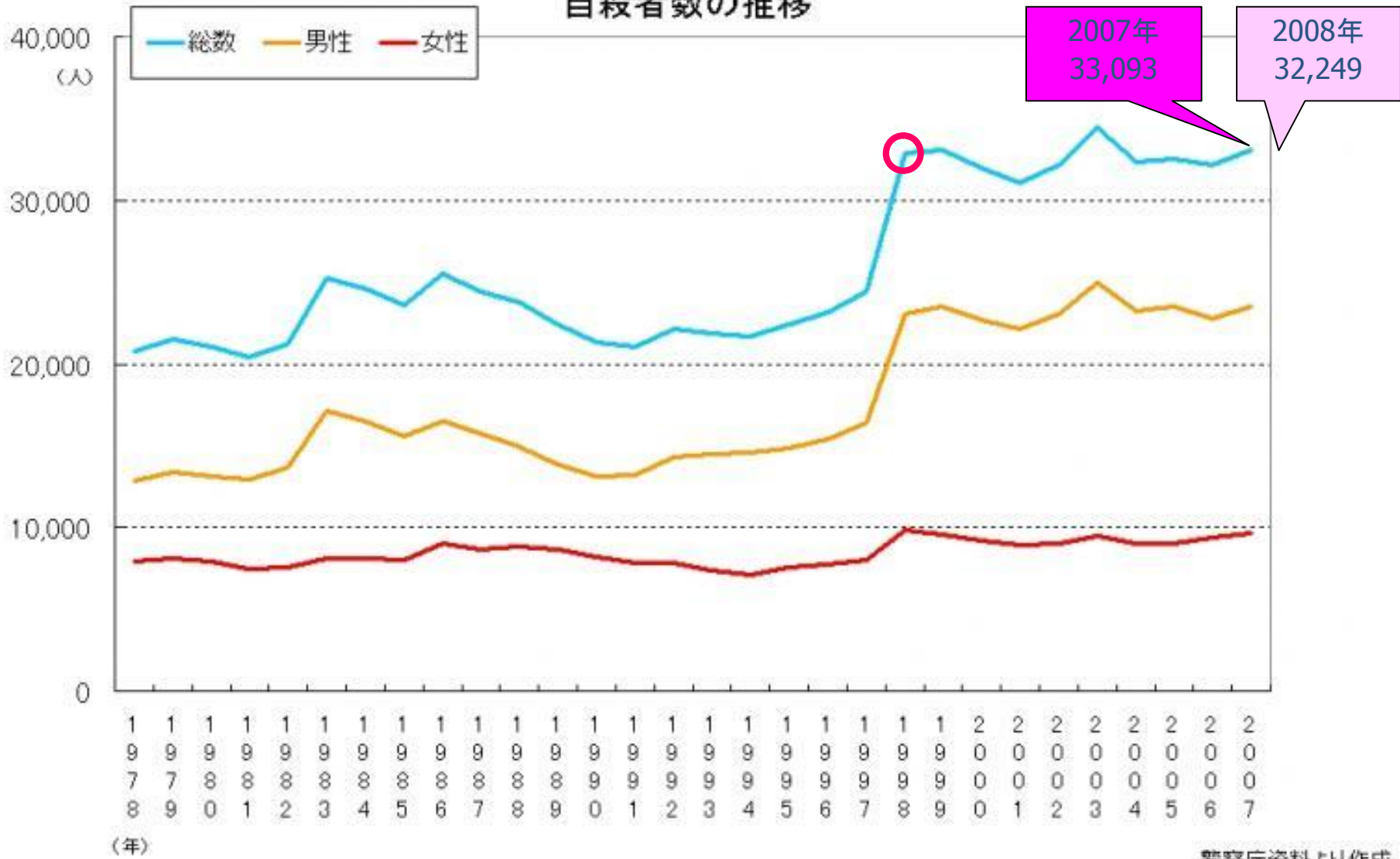
若者(新入社員)の意識

社会人になる上で、不安に感じることは何ですか？



出典：2009年 新社会人の意識調査 (株)ユーキャン

自殺者数の推移



警察庁資料より作成

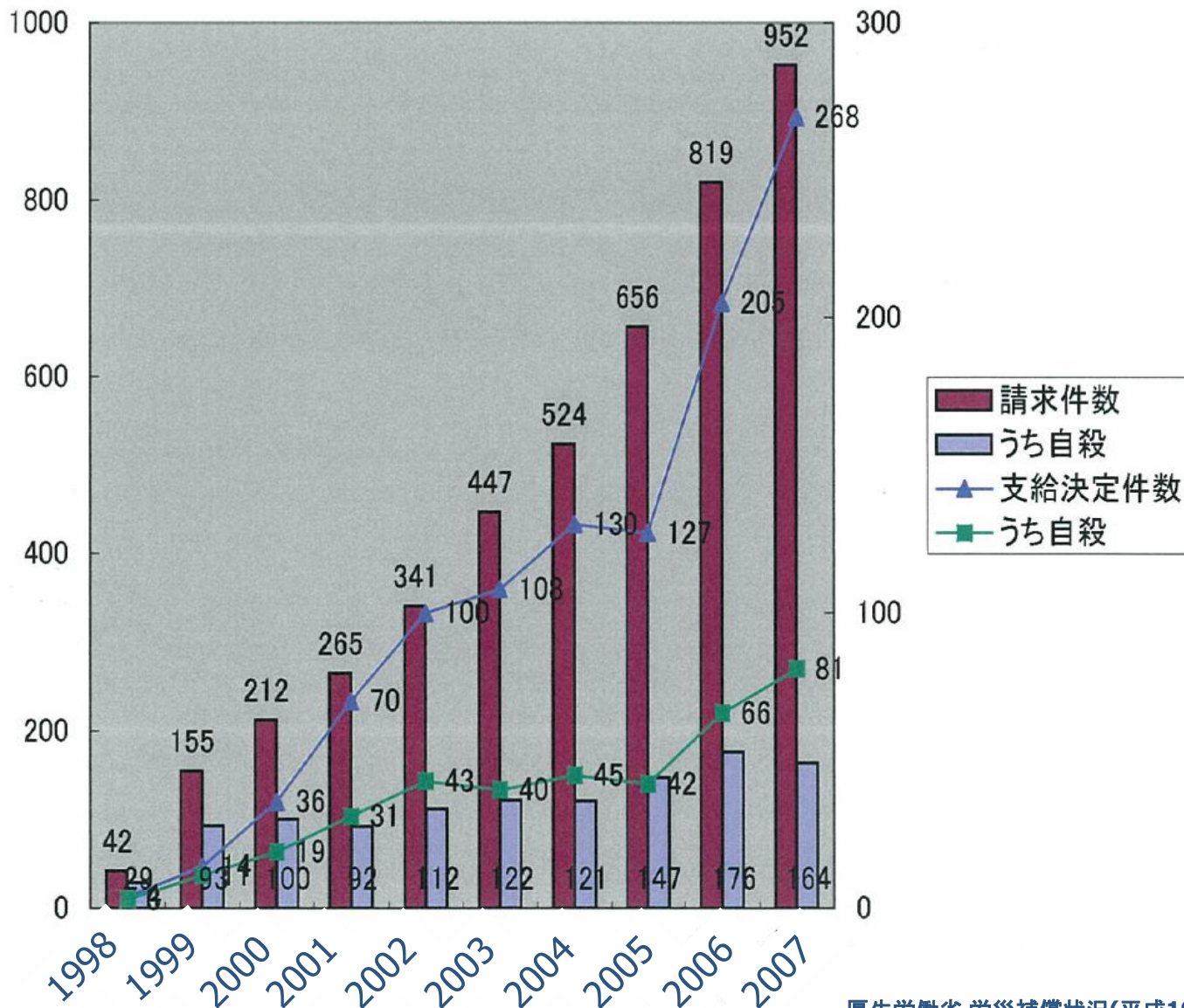
[毎日新聞記事]2009年4月4日

- 自殺者の行動は不可解で、必ずしも確固たる決意や計画があるわけではないと言われている。
- 自殺者の7割が男性を占め、自殺率でも上昇が目立つ一方、女性はさほどでもないのも理由は不明。
- 昨年、全国のインターネット上の自殺予告についての通報が180件 警察が急行して95人を思いとどまらせている。

[読売新聞記事]2009年5月14日

- 20代～30代を中心にした「若年層」の自殺者が増加したのが特徴。特に30代は1978年に統計を取り始めてからもっとも多い4,850人だった。

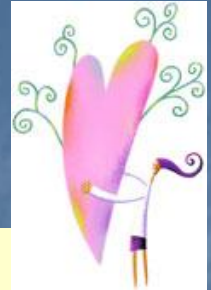
精神障害等の労災補償状況の推移



厚生労働省 労災補償状況(平成19年)

心の健康づくり計画(厚生労働省)

－ 4つのメンタルヘルスケア －



セルフケア

(労働者による)ストレスへの気づき、ストレスへの対処、自発的な相談

ラインによるケア

(管理監督者による)職場環境等の改善、個別の相談対応

事業場内産業保健スタッフ等によるケア

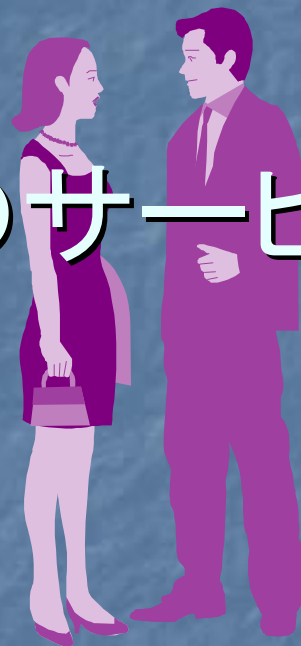
職場環境等の改善、個別の相談対応、ラインによるケアの支援、研修実施

事業場外産業保健スタッフ等によるケア

直接サービスの提供、支援サービスの提供、ネットワークへの参加

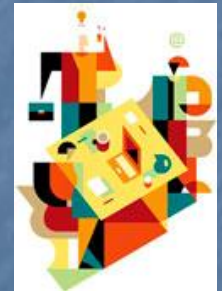
* 地域産業保健センター、外部EAPなど

ティーペック(株)のサービス



ティーペック(株)のサービス

- ハロー健康相談24(電話 / Web)
24時間、年中無休の健康相談(心理相談含む)
- セクハラ・パワハラ相談室(電話 / Web)
- 人事・労務ホットライン(電話 / 面談)
- こころのサポートシステム
電話 / Web による心理相談
提携カウンセリングルームでの面談カウンセリング
- こころの専門医ネットワーク
専門医による復職判定のセカンドオピニオン
- ドクター オブ ドクターズネットワーク (D of D)
- 健診サポーター
- 新21世紀健康クラブ
- 法律相談サービス



EAPセンターの専門スタッフ

総スタッフ数 53名

- 臨床心理士
- 精神保健福祉士
- 社会保険労務士
- CEAP(認定EAプロフェッショナル)
- シニア産業カウンセラー



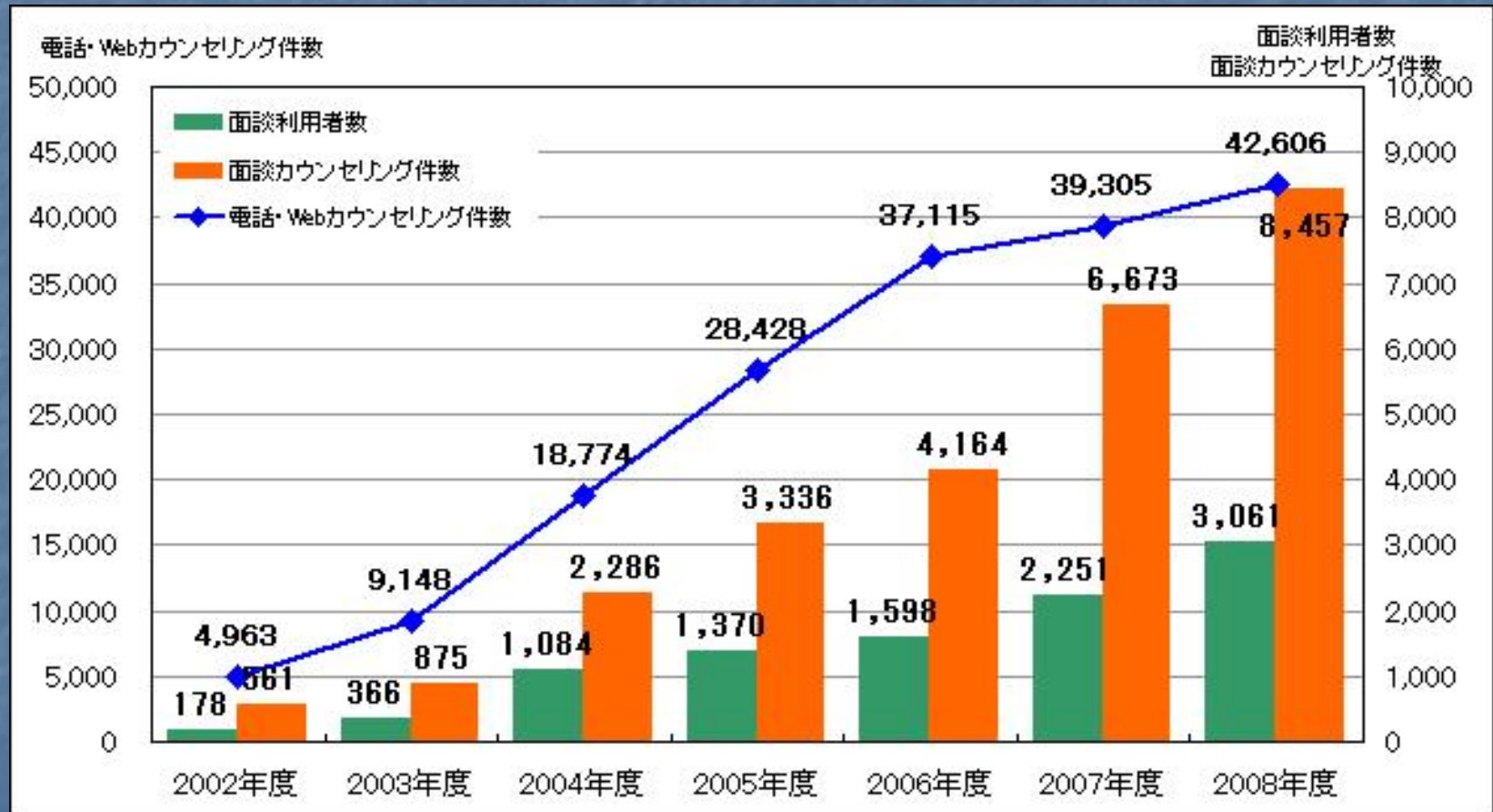
面談カウンセリング

(提携スタッフ数 318名 提携ルーム 全国212ヶ所)

- 臨床心理士
- 精神保健福祉士
- シニア産業カウンセラー

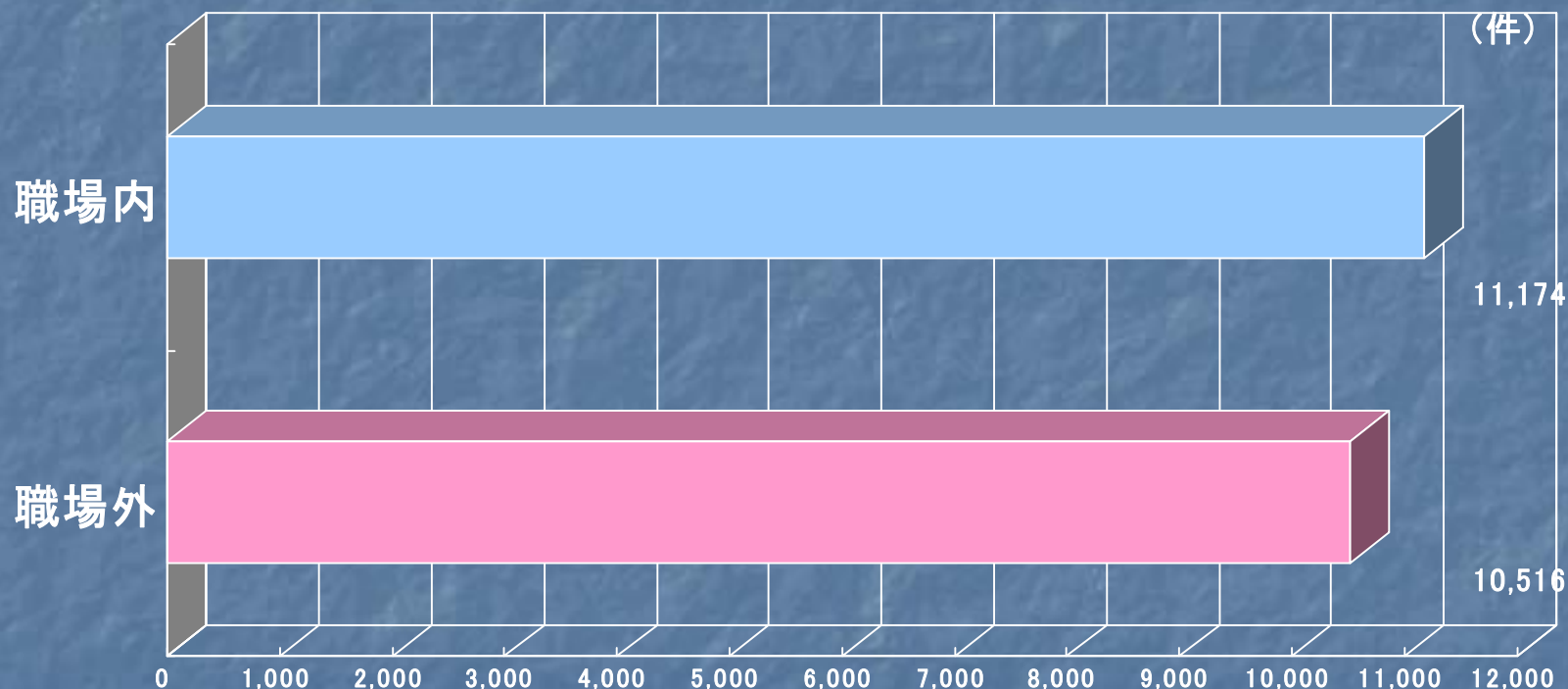
心理カウンセリング利用者数と件数

(2002年4月1日～2009年3月31日)



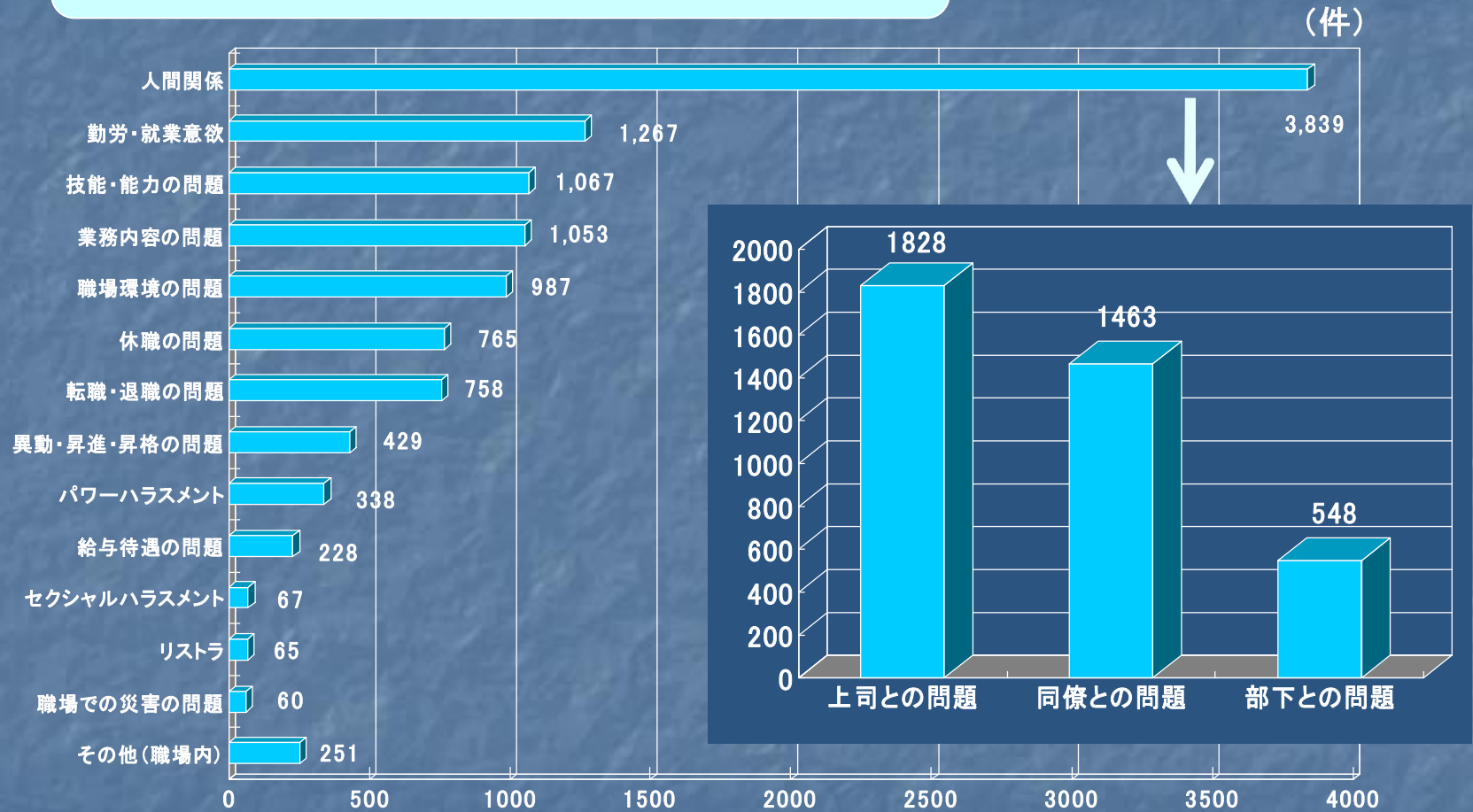
メンタルヘルス相談（面談）の内訳

相談内容別件数



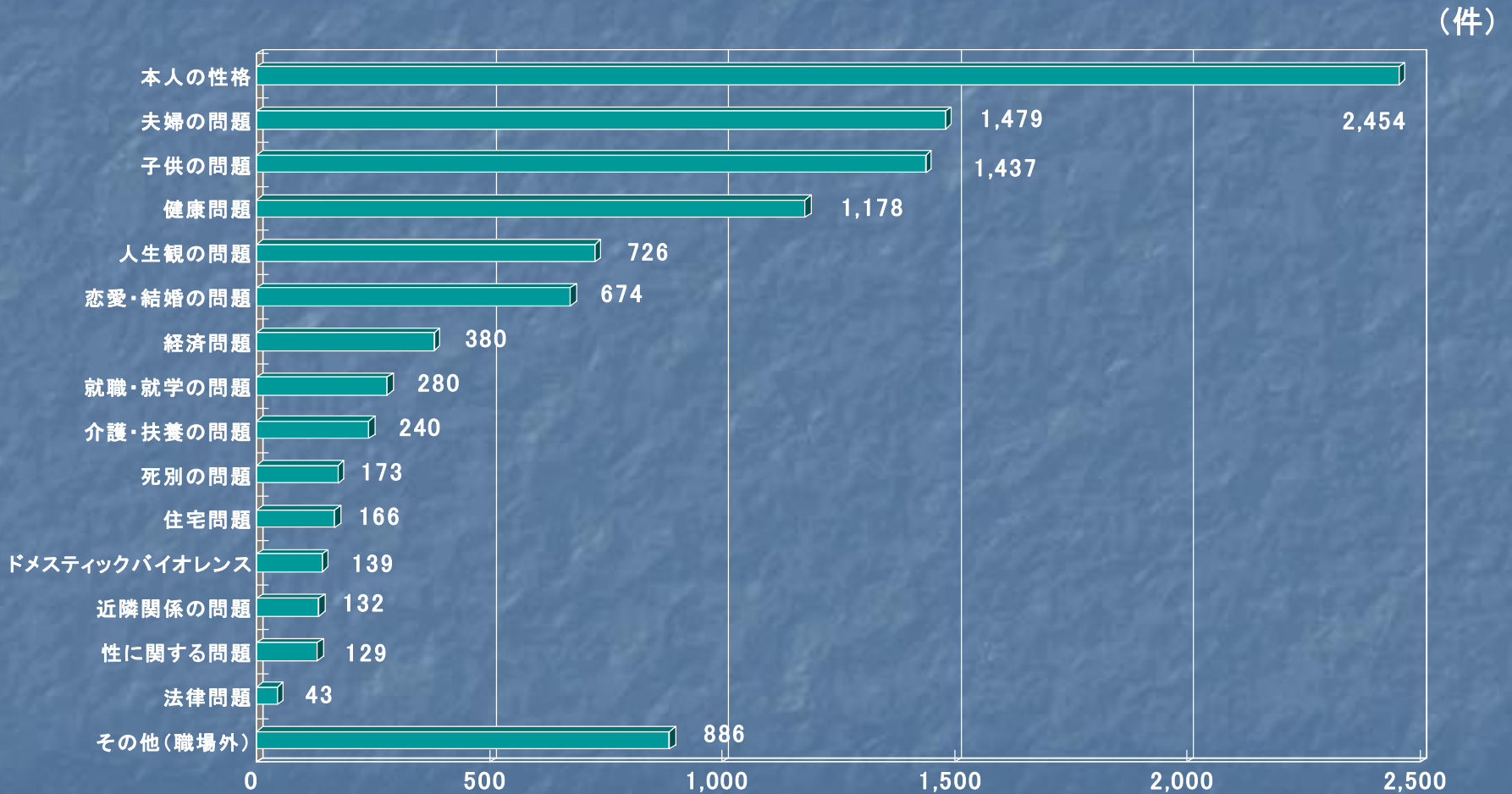
ティーペック株式会社 面談カウンセリング実施統計(2007年4月1日～2008年3月31日)
主訴・年間総計 21,690件 (内、職場内 11,174件 、 職場外 10,506件)

相談内容別件数(職場内)



ティーペック株式会社 面談カウンセリング実施統計(2007年4月～2008年3月)
 主訴(職場内)年間総計 11,174件

相談内容別件数(職場外)



ティーペック株式会社 面談カウンセリング実施統計(2007年4月～2008年3月)
主訴(職場外)年間総計 10,516件

「職場内」の問題に関する相談事例

(例)

- ・入社2ヶ月目
- ・仕事でミスをしてしまい、上司に注意された
- ・上司にダメな奴だと思われたのではないか
- ・緊張、大変疲れる
- ・仕事のことばかり考えてしまい、なかなか寝付けない

メンタル相談に電話

電話で職場の状況を話すうちに、2ヶ月で完璧にできなくてもよい、わからなかったら上司に質問すればよい、と冷静に考えられるようになった。就寝前や休日の過ごし方については、いろいろ試してみて、ゆったりとくつろげるような方法を見つけたい、とご本人が話された。

「職場外」の問題に関する相談事例

(例)

- ・就職を機に東京へ引越し
- ・一人暮らしを始めて6ヶ月経過
- ・1週間前に、母親から「もしかしたら離婚するかもしれない」と打ち明けられた
- ・両親の不仲に全く気づいていなかったため動揺
- ・仕事に集中できず、意欲もなくなってきた

面談カウンセリング利用

両親と離れて暮らしているために両親の力になれないという気持ち、もしかしたら自分が親元を離れたことがいけなかったのではないかと思っていることを話した。カウンセリングで気づけなかった自分の気持ちに気づくことができたということで、次回のカウンセリングを予約。

電話 / Web による心理相談

— 相談事例 —

- 出向先の子会社で、上司からよく怒鳴られ恐怖感を感じている。早いうちに自社に戻りたいが、波風を立てたくないので誰にも相談していない。どのように上司に相談すれば遺恨なく戻れるように計らってもらえるだろうか？
- 中学時代いじめに遭い「女性だったらこんな目に遭わなくて済んだのに」と、自分の性(男性)に違和感を感じるようになった。最近、男性が多い職場に異動したがなじめない。そのため仕事もうまくいかず、性への違和感も拭えない。
- 部署異動し慣れない仕事が多い中、自分は使いものにならないのではと思い自信喪失。頑張らないと余計に仕事が増えるので体調不良でも休めない。周囲に気後れし、相談もできない。

セクハラ・パワハラ相談室 (電話／Web)

－相談事例－

- 部署で一番社歴の浅い自分は、いつも会社の宴会の幹事をさせられるのが非常に負担。断ると何を言われるか怖いので何も言えない。
- 今は他部署にいる同僚に、かつて陰湿ないじめを受けていた。その人がまた同じ部署に戻ってくる。助けて欲しい。
- 性格的に交渉事には向かないのは自分でもわかっているが、毎日、上司に罵倒されたり嫌味を言われる。その苦痛を上司にもし伝えたとしてもどうせ嫌味しか返ってこないので言えない。

人事労務ホットライン(電話／面談)

－相談事例－

- 主治医から復職可の診断書が出て復職したにも関わらず、すぐに休職してしまう社員がいる。どのように対応すればよいか。
- メンタル不調を抱えていると思われる社員がいる。遅刻や急な欠勤がこのところ目立ち、困っている。
- 「うつ病」で休職し、数ヶ月前に復職した社員がいる。今回の人事考課が低かったことに不満を持っていることを間接的に聞いた。

まとめ

■ 不況の時代と安定志向

大志を抱けない(抱かない)若者

■ 現代社会とコミュニケーション

相談できない(しない)人々

・関係をつむぐのは面倒。その背景にある傷つきやすさ。

成果主義、効率重視

・すぐに繋がる、欲しいものが手に入るネットの世界。

・即解決を求め、中間領域にとどまる耐性の低下。

現実集団への帰属感の低下と孤独

・家族、職場、地域社会 etc は信頼できるのか？

・匿名、他者を介してのコミュニケーション。

・チクリの構造と、悪しきもの、異物の排除(splitting)。