

心の健康

柳田先生の



管理職の理解

今年度は職場での疲れやストレスについて考えてきました。どの職場でも人員に余裕が無い中で、疲れやストレスを抱え込みながら仕事に励んでいることだと思えます。最近のメンタルヘルス研修の依頼では「働きやすい職場づくり」を希望されることが多く、研修終了後には「この話を管理職の人に聞かせたい。」などのお言葉をいただくこともありました。そこで今回は「管理職の理解」について、事例を交えながら考えていきたいと思います。

復職したAさんの場合

Aさんは長期間休職し、退職するギリギリのところまで復職を果たしましたが、復職後1年半近くになります。その間も順調だった訳ではなく、一日の仕事は何とかこなして、クタクタになって帰宅する毎日でした。そんなAさんを、職場の上司や同僚達は仕事を抑えてくれたり、仕事のサポートをしてくれたり随分配慮してくれていました。特に課長のBさんは「とにかく無理をするな。きつい時は早めに言ってくれて構わないから。もう一度倒れたらお互い困るので、くれぐれも気をつけて欲しい。」と、声を掛けていました。その甲斐もあって、きついながらも安心して仕事に取り組むことが出来

ていました。

しかし、年度が変わって課長のBさんが異動になると、雲行きが怪しくなってきました。新しい課長のCさんは「君も復職して1年以上経っているのだから、いつまでも甘えてもらっては困る。今後は普通に仕事をしてもらうから。」と。Aさんも頑張って仕事に取り組んでいたのですが、どうしてもCさんの期待程には仕事を進めることが出来ません。「まだこの位しか出来ていないのか。他の職員は皆頑張っている。いつまでも君だけを特別扱いする訳にはいかない。」と、Cさんは言います。「カウンセラーからゆつくりやっていくようにと言われていた。」と伝えても、「ああいう人達は理想しか言わない。現実はそのなりに甘いもんじやな

いんだよ。」と言って、聞く耳を持ちません。主治医に相談したところ「私から説明するから、一度一緒に病院に来てもらいなさい。」と仰ってくれましたが、そのことをCさんに伝えると「私は病院には行かない。」の一点張りです。Aさんが倒れないよう何とか支えているつもりですが、このままでは倒れてしまうのも時間の問題です。Cさんと直接話をしようとも考えましたが、「これ以上ややこしくなるのも嫌なので。」と、Aさんに断られました。私が日頃から職場復帰支援等で係わる管理職の方々の多くは、Bさんのように「部下を確実に復職させるために、どのような工夫や配慮が必要か。」ということ、冷静に考えてくださる人達です。そして、冷静に考えるからこそ共済組合の職場復帰事業を利用するのだと思います。一方で、Cさんのスタンスについても、理解出来ない訳ではありません。「忙しい中で他の職員は皆頑張っている。他の職員の気持ちを考えると、いつまでも今の状態であることが良いことだとは思えない。」という考えだと思えます。確かにその通

りですが、Aさんも好きで今の状態になった訳ではなく、可能であれば今すぐにでも他の職員と同様の仕事がしたいと思っています。しかし、どれだけ考えても身体がついて来ないのです。

理想論ではなく現実的な観点から

「復職して1年以上経つのに、まだその程度の仕事しか出来ないのか。」「復職したということ、普通に仕事が出来たようになったということではないのか。」「仕事も満足に出来ていないのに、配慮だけを求める医者やカウンセラーは無責任じゃないか。」など、このような声を耳にすることも少なくありません。それでも管理職の方々には是非ご理解いただきたいと思えます。目標は復職者が再び休むことなく職場に通い、仕事が出来るとなるということ、そのために、医者やカウンセラーは決して理想論ではなく、現実的な観点から必要なサポートの仕方を考えているのです。職場内で最も強力なサポートを行えるのは、職場の同僚であり、その人達を束ねる管理職の方です。サポート体制が

整っている職場は、メンタルヘルスの問題を抱えている人にとって有難いだけではなく、職員全体が働き易さを感じることも出来る職場でもあるのではないのでしょうか。

最後になりますが、このような文章を書く「復職者全員が、Aさんのように一生懸命頑張っている人とは限らない。」「思い通りにならないとすぐに休んだり、不平不満を周りにぶついたりする人もいます。」「そういう人に配慮すると、職場が滅茶苦茶になります。そのことについては、また別の回で考えていきたいと思います。



〈やなぎた てつひろ〉
1962年生まれ。

若草病院を経て宮崎カウンセリングセンターを開設。現在、共済組合のメンタルヘルス面接カウンセリングを担当している。

メンタルヘルスカウンセリング

上司・部下・同僚・近隣・地域での人間関係、夫婦・親子・家族・知人友人との関係、介護・病気・生き方等のことなどで悩んでいませんか？
宮崎県市町村職員共済組合では、電話や面談で、気軽にカウンセリングが受けられる機会をご用意しています。
カウンセリングは「臨床心理士」の資格を持つ経験豊かなカウンセラーが行います。
プライバシーは厳守されますので、安心してご利用ください。

電話番号	受付時間
電話で相談したいときは フリーダイヤル 0120-911-416 (通話料無料)	月曜日～土曜日(祝日は除く) 10:00～22:00 ※相談は1回20分程度
面接カウンセリングを受けたいときは	(予約受付) 月曜日～土曜日(祝日は除く) 10:00～20:00 (面接時間) 月曜日～土曜日(祝日は除く) 12:00～20:00

●面接カウンセリング予約にあたって

予約時に共済組合名を確認するほか、氏名・電話番号など連絡先をお聞きします。カウンセリング日時についてはカウンセラーと調整の上、決定します。

●面接の費用について

本人・家族(被扶養者)とも1人5回(4月から翌年3月までの1年間)まで無料です。
6回目からは有料(1回約1万円)となります。

からだ、育児、介護など、健康全般に関する質問なら... ファミリー健康相談

「体調がおかしい」「何科にかかればよいかわからない」「病院へ行くほどでもないが、ちょっと相談してみたい」などということはありませんか？

電話・携帯電話・インターネットから、気軽に健康相談が受けられます。相談は24時間・年中無休。医師・保健師・看護師等の専門スタッフが、健康・育児・介護等の相談にわかりやすくアドバイスいたします。

相談は24時間、年中無休です。プライバシーは厳守されます。

フリーダイヤルは **0120-911-416** WEBの相談OK! <http://www.familyarent.com/kenkou/> にアクセス! ※ログインの番号は911416です。

よくあるご質問

- 健康・医療の相談
お薬の飲み方、副作用など
症状、検査、治療法についてなど
- 健康づくり
栄養や運動のアドバイスなど
予防接種の相談など
- 妊娠・出産・育児
妊娠中のトラブルや、育児の悩みの相談など
家族計画・遺伝相談など
- 介護・シルバー情報
介護用品や、ホームヘルパーの派遣の情報など
全国の福祉施設情報など