

令和7年度居宅介護支援事業所管理者等労働環境改善研修

委託元:静岡県健康福祉部福祉長寿局介護保険課

ハラスメント及びメンタルヘルス研修

研修:ハラスメントについて①

株式会社東海道シグマ 地域福祉支援事業部

作成者:1級キャリアコンサルティング技能士(国家資格)

キャリアコンサルタント(国家資格)

足立 貴史

※セミナーで使われた資料や内容の無断転用や公開、使用はご遠慮いただいております。

目次

- 1. ハラスメントとは
- 2. ハラスメントの種類
- 3. ハラスメントが起こる要因と予防策



目的

- 「ハラスメント及びメンタルヘルス」をメインテーマとし、各種ハラスメントとメンタルヘルスの理解を深め、その上で、自分も周りも大切にする働き方や組織の在り方を考える。



1-1. ハラスメントとは

■ ハラスメント (harassment)

- ハラスメント (harassment) とは「いじめ」「嫌がらせ」と訳される言葉です。広義には「人権侵害」を意味し、性別や年齢、職業、宗教、社会的出自、人種、民族、国籍、身体的特徴、セクシュアリティなどの属性、あるいは広く人格に関する言動などによって、相手に**不快感**や**不利益**を与え、その**尊厳を傷つける**ことを言います。
- ハラスメントにはさまざまな種類がありますが、共通するのは、相手に対する発言や行動によって、不快な気持ちにさせたり、脅威に感じさせたりすることです。ハラスメントを行っている当事者に「ハラスメントを行っている」という意識がなく、ハラスメントを受けている側も周囲になかなか言いたせない、というケースが多々見られます。

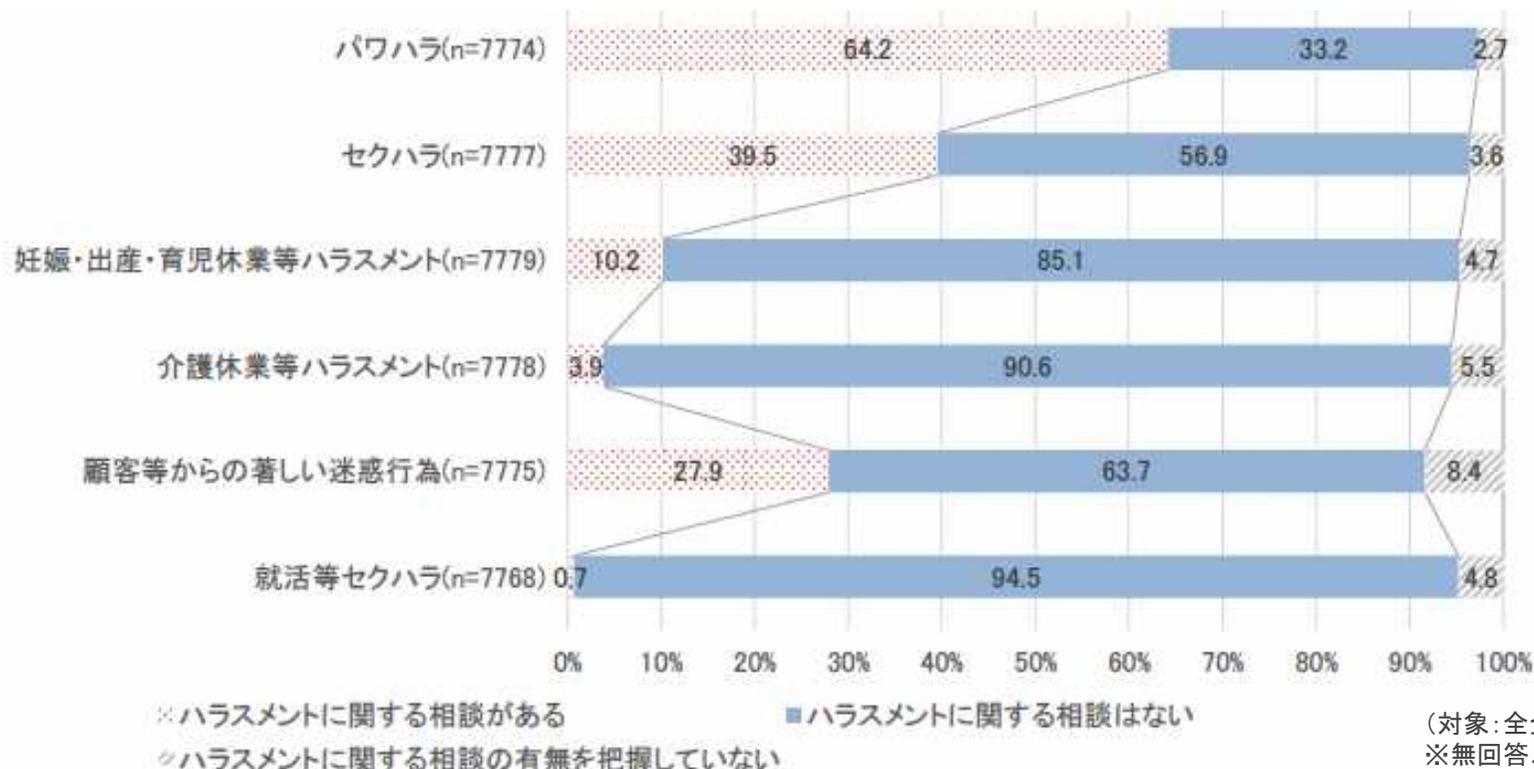
1-2.なぜハラスメント対策が重要なのか

- 職場のパワーハラスメントやセクシュアルハラスメント等の様々なハラスメントは、働く人が能力を十分に発揮することの妨げになることはもちろん、個人としての尊厳や人格を不当に傷つける等の人権に関わる許されない行為です。また、企業（組織）にとっても、職場秩序の乱れや業務への支障が生じたり、貴重な人材の損失につながり、社会的評価にも悪影響を与えかねない大きな問題です。



1-3. ハラスメントとは

■ 過去3年間のハラスメントの相談有無(ハラスメントの種類別)



出典:令和5年度 厚生労働省委託事業 職場のハラスメントに関する実態調査報告書(概要版) 令和6年3月PwCリスクコンサルティング合同会社

パワハラ(64.2%)、セクハラ(39.5%)、顧客等からの著しい迷惑行為(27.9%)、妊娠・出産・育児休業等ハラスメント(10.2%)、介護休業等ハラスメント(3.9%)、就活等セクハラ(0.7%)であった。

2-1. ハラスメントの種類

■ 法令によって定義されたもの

1. パワーハラスメント(パワハラ)／労働施策総合推進法(倫理・道徳)

- ・優越的な関係に基づき、業務上必要な範囲を超えた言動により就業環境を害すること

2. セクシュアルハラスメント(セクハラ)／男女雇用機会推進法(性差)

- ・性的な嫌がらせをして相手の就業環境を害すること

3. マタニティーハラスメント(マタハラ)／育児・介護休業法(働き方・休み方)

- ・妊娠をしている人や出産を終えた人への嫌がらせ

4. パタニティーハラスメント(パタハラ)／育児・介護休業法(働き方・休み方)

- ・育児休暇制度を利用しようとする男性への嫌がらせ

5. ケアハラスメント(ケアハラ)／育児・介護休業法(働き方・休み方)

- ・介護休業制度を利用しようとする人への嫌がらせ

2-2. ハラスメントの種類

- 社会情勢などから生まれたもの
 - **モラルハラスメント(モラハラ)／倫理・道徳**
倫理・道徳に反する言葉や態度によって相手に精神苦痛を与える行為。
 - **不機嫌ハラスメント(フキハラ)／倫理・道徳**
不機嫌な態度や表情、ため息を繰り返し相手に精神的苦痛を与える行為。
 - **ジェンダーハラスメント(ジェンハラ)／性差**
性別の差別をする行為。
 - **ロジカルハラスメント(ロジハラ)**
正論や論理的な言葉によって相手を追い詰める行為。

2-3. ハラスメントの種類

- 社会情勢などから生まれたもの
 - **テクノロジーハラスメント(テクハラ)**
パソコンやスマートフォンなどのテクノロジーに詳しい人がそうでない人に対して嫌がらせをする行為。
 - **時短ハラスメント(ジタハラ)**
まだ仕事が残っている相手に仕事の切り上げを強要する行為。
 - **ホワイトハラスメント(ホワハラ)**
上司が部下の意思に反して一方的に甘い職場環境を与える行為。
 - **アルコールハラスメント(アルハラ)**
弱い立場の人にアルコールを飲むように強要する行為。

2-4. ハラスメントの種類

■ 社会情勢などから生まれたもの

□ スメルハラスメント(スメハラ)

他人に不快感を与えるような強い臭いを発し、周囲にストレスや苦痛を与える行為。

□ ハラスメントハラスメント(ハラハラ)

上司などに対して何かにつけて『これはハラスメントだ』と主張する行為。

□ カスタマーハラスメント／(カスハラ)

客の立場を利用して自己中心的で理不尽な要求をする行為。

3-1. ハラスメントが起こる要因と予防策(1)

■ なぜハラスメントが起きてしまうのか

- 「しごく」ことで人が動く(業績が上がる、生産性が高まる)という誤解
- 感情のヒートアップ　コントロールのきかない否定的感情

■ 職場環境の問題

- 上司と部下のコミュニケーションが少ない
- 正社員や正社員以外の様々な立場の従業員が一緒に働いている
- 残業が多い・休みが取り難い
- 失敗が許されない、失敗への許容度が低い
- 競争の激化、業務多忙、業績不振など職場環境の変化
⇒職場コミュニケーションの希薄化
- 雇用形態の多様化、意識の変化
⇒お互いを尊重しあう意識の欠如、異質なものの排除
- 古い職場の体質や企業風土、倫理観の欠如
⇒指導・教育に名を借りたいじめ、職場での集団的ないじめ

3-2. ハラスメントが起こる要因と予防策(2)

- **ハラスメントについての十分な理解・関心を深め、他の労働者(※)に対する言動に必要な注意を払う。**
(※)取引先等の他の事業主が雇用する労働者や休職者も含まれます。
- **ハラスメントにならないためのコミュニケーションを心がける。**
円滑な職場コミュニケーションの醸成・業務上の指示や指導・教育の適切な方法の理解
 - 叱る対象・理由は正当な範囲かどうか
 - 自分の感情を認識する(怒り、怖れ、悲しみ、焦り、妬み)
 - 攻撃でなく「改善点を的確に指摘・指導」する
 - 相手を見て接し方を工夫する
 - 不要な誤解を招かないコミュニケーションを心掛ける
- **隠れたハラスメントがないか、周囲のメンバーの変化に注意**
- **ハラスメントを起こさせない、職場環境づくりの役割理解(管理職)**
- **事業主の講ずる雇用管理上の措置に協力する**