

# 職場のメンタルヘルス相談室

やっかいな不調ケースの対応策を産業医がズバリ回答！

精神科専門医・認定産業医 渡辺 洋一郎

## ■ 今や経営上の重要課題に

職場における心の健康づくり対策は、以前は労働者の健康問題の一部でしたが、近年はリスクマネジメントと生産性向上に大きく関係し、企業経営、企業の浮沈に関わる根本的な課題になっています。しかしながら、メンタルヘルスマネジメントは重要だけど難しいといわれます。病気なのか否かが分かりにくい、労務問題と健康問題の区別が判然としないといったメンタルヘルス特有の視点、あるいは人間関係、心理的問題の扱い方などに関して人事担当の皆様や管理職の方々からは多々質問をいただきます。本稿では、特に多くいただく質問に関してお答えして、少しでも読者の職場における心の健康づくり対策の参考になればと考えています。

## CONTENTS

- Q1：性格から不調に陥った場合の責任は？
- Q2：治療が必要になる段階は？
- Q3：「頑張り」と励ましてはいけないのか？
- Q4：現実的に対応できない話の場合は？
- Q5：個人情報が必要になるが？
- Q6：精神科の受診を勧めるには？
- Q7：プライベート面に立ち入るのはどうなのか？
- Q8：休職中の社員に連絡するのは問題ないか？
- Q9：復職可能と診断されても不安なのだが？
- Q10：適応障害からの復職時の対応は？
- Q11：再休職を防ぐには？
- Q12：部下を叱ってはいけないのか？
- Q13：人間関係が苦手な社員の指導法は？
- Q14：年上の部下へのアプローチ法とは？
- Q15：テレワークによる不調への対策は？

## ■ 渡辺 洋一郎（わたなべ よういちろう） 精神科医・産業医 <https://www.chr.co.jp>

昭和53年川崎医科大学卒業。現在、医療法人横山・渡辺クリニック名誉院長、大阪大学医学部非常勤講師、日本CHRコンサルティング株式会社（企業のメンタルヘルス支援機関）代表。一般社団法人日本精神科産業医協会共同代表。厚労省ストレスチェック制度関連委員会、職場におけるメンタルヘルス対策のあり方検討委員会委員など歴任。現在、多数の企業、自治体、省庁などで精神科担当産業医、セミナー講師などとして活動中。

