

## 「働く人が今、抱えている問題・不安・課題とは」

一般社団法人日本産業カウンセラー協会  
シニア産業カウンセラー 服部治夫

### <はじめに・・・>

私は、カウンセラーとして3つのカウンセリングルーム内で全ての職員(管理職・一般職)を対象に面接カウンセリングを通して、メンタル不調の予防とメンタル疾患を抱えている職員へのフォローに従事して11年目を迎えています。

全く想定外の新型コロナウイルス感染対策に遭遇。

特に4月から徹底的に新型コロナウイルス感染対策が実施され・・・。

職場で働く職員の皆さんが、どんな思いでこれまで過ごされてこられたのか。今、抱えている問題・不安・課題に6月から再開した面接カウンセリングの中で教えて頂いたことを共有して、皆様の不安やストレス軽減のお役に立てれば幸いです。

### <新型コロナウイルス禍での職場の不安と問題>

6月から再スタートした面接カウンセリングの中で特に多かった相談は、

①4月1日に実施された人事異動に関連したことで、在宅勤務も始まって思うように業務を覚える機会も教えてもらう相手もない焦燥感と不安。

②昇格等であらたな役職に就いたものの従来の研修が開催できず、職務の不十分な理解のもとで業務を実践しなければならない。

新規採用者も当面、同様な環境の中において手探り状態で従事する事に・・・。

具体的には、以下のような相談でした。

- 人事異動で4月1日に着任された職員が、初めて体験する職場で、分からない事が多い状況の中で、周囲に分からない事を聞こうにも、在宅勤務を余儀なくされていて・・・聞く人がいない。少しでも早く職場の雰囲気、業務の知識や技術を身に付けなければならない大切な時期に週4日間の在宅勤務。前任から引き継いだ問題・課題の積み残しと・・・何をどう向き合えばいいのか、焦りや不安と自分の不甲斐なさを抱えてしまう。
- 新規採用者や昇格による研修等が十分な形で開催できない状態になり、特に新規採用者においては、規範や業務に向き合う必要最小限の知識を身に付けなければならない重要な場と期間が取れない。不十分なままで職場に入りこんでいきなり本番ゾーンに・・・
- これまでなら、着任早々に歓送迎会を設けていち早く職場になじむ機会があったのに、全く無いままに周りの職場の現場に立って業務に従事しながら人間関係構築を・・・

- これまで在宅勤務という経験がなく、まったく手探り状態で業務と向き合うことに。また、職場の中で使用できた情報環境や資料の使用が限定された中で、在宅勤務での不自由さの経験や自分自身で律することや、子供が家庭内に自粛で在宅しいろいろ気になる中での日々を過ごさねばならない・・・

今回は、数えあげればきりが無い現状をカウンセラーの私としては肌で実感しています。

### <新型コロナ禍の中で職場内での工夫や新たな取り組みが・・・>

7月ごろから、面接カウンセリングの中で、職員の方たちが今まで以上に仕事のやり方を本気で見直し、工夫しながら周囲を巻き込んで管理職も一般職も一体となって進み始めたことを実感しています。また、研修も受講者を限定して回数を増やす工夫をして実践したり、WEBをフルに活用して開催し始めています。

### <今後の職場での業務遂行にあたって見えてきた課題・・・>

これまでの面接カウンセリングで私が感じた課題は以下のとおりです。

- 管理者も一般職も職場での業務遂行へのモチベーションの維持・向上をいかに取り組むか・・・
- 限られた条件の中で、いかに従来のやり方に固執せず、現状で取れる可能な方法を柔軟に実践していく力が必要。
- 管理職・一般職の抱えるコロナストレスを心身共に上手にリフレッシュする必要性。
- 困った現状を1人で抱え込まないで、周囲の力を借りながら新型コロナ禍を乗り越える気力・体力の維持・向上が必要。
- 4月、5月はほとんど業務が進まないままで、在宅勤務をしいられ、モチベーションが下がり気味であったのが、6月から一気にトップギアペースに進みだして、管理者も早く業務の進捗を図りたい思いはあるものの、これまでの在宅勤務の習慣から切り替えられず上司の期待に即応性をもって応じられない場面があり・・・。メンタル不調を抱えないような工夫と管理者も余裕を持って今の部下の状態をしっかり把握した上で育成・指導しながら業績を上げていく事が重要。

今後、各職場で最も重要なことは・・・職員が万が一、新型コロナウイルス感染が疑われる症状を自覚した場合、早期に医療機関の受診と、職場に一報を入れる。陽性の結果が出た場合は躊躇なく家族や職場を守る行動が取れることと、職場も真摯に受け入れて組織一丸となって向き合うことが出来る。間違っても隠蔽しないで、しっかり伝えられる、受け入れられる職場の風土づくりが重要。

新型コロナウイルス感染の拡大による第2波が拡大しつつある現状の中で、より一層、管理職も一般職も知恵と工夫をもって予防の実践する活動に、カウンセラーとしてしっかりと連携して支援していくことが私の当面の課題と思っています。