

NEWS

Club

OA

第5号

メンタルヘルスプログラムのお勧め

ハートフル・ラボ優心

代表/法人向けメンタルヘルスサービス

EAP機関/公認心理師

武澤 充孝



2024年8月20日発行

メンタルヘルスプログラムのお勧め

2015年のストレスチェック制度の義務化に伴い、一気に従業員の「メンタルヘルス」が注目されるようになりました。こうした背景には、年々「精神疾患による労災認定」の増加に伴い、国として介入せざる負えない状況にまでなってしまうていたからです。

近年では「働き方改革」により、長時間労働等の是正はされてきてはいるものの、形だけの「働き方改革」になっているに過ぎず、従業員の「心の健康」問題まで踏み込んで、真剣に取り組もうという企業はまだまだ少ないのが現状です。具体的な問題として、突然従業員から「メンタル疾患により診断書」を提出され休職に至った場合、それ以降はただ休職をするだけで「組織の根本的な問題（例えばハラスメント）」は棚上げされ、結局のところ再発を繰り返し離職するケースが後を絶ちません。

こうした背景から、企業も従業員も「仕事を通して幸せだと思える組織」を目指すには、「メンタルヘルス予防」が欠かせません。企業側に立った「予防」「支援」は社労士、従業員個人の「予防」「治療」は公認心理師が主に担当し、企業側の人事・労務担当部署と連携をしながら、御社に合ったサポートをさせていただきます。従業員を守ることは、結果として会社を守ることに繋がります。私たちの「メンタルヘルスプログラム」を通して、従業員の幸福度の向上、結果離職率の低下、生産性の向上に繋がることをお約束いたします。ClubOAだからできる「メンタルヘルスプログラム」を是非ご検討ください。

皆様のご支援を得て、私たちの取り組みがより多くの企業へと広がり、健全な職場環境の実現に寄与できることを心から願っています。さらに、定期的なメンタルヘルスチェックやカウンセリングセッションを通じて、従業員一人ひとりの声に耳を傾け、早期発見・早期対応を目指します。

また、上司や同僚とのコミュニケーションスキル向上を図るためのワークショップや、リラクゼーション法を学ぶセミナーもご提供しております。これにより、従業員同士の信頼関係が深まり、職場全体が一丸となって前向きな雰囲気醸成することができます。

私たちの「メンタルヘルスプログラム」は、ただの一時的な対策ではなく、長期的な視点での従業員の心の健康を支えるものです。皆様の企業が成長し、持続可能な発展を遂げるためには、従業員のメンタルヘルスカケアが不可欠です。

私たちのプログラムでは、個々のニーズに応じたカウンセリングセッションやストレス管理のワークショップを提供しています。さらに、リラクゼーション技術やマインドフルネスの実践を通じて、従業員が自分自身の心の健康を維持するための具体的な方法を学べる環境を整えています。

また、チームビルディング活動や職場環境の改善にも力を入れており、従業員同士のコミュニケーションを促進することで、安心して働ける職場作りを目指しています。定期的なフィードバックを取り入れることで、プログラムの効果を常に見直し、最適なサポートを提供し続けることをお約束します。

皆様の企業が、心身ともに健やかな従業員によって支えられ、より良い未来へと進んでいくことを願っています。

是非とも、私たちと一緒に「幸せな職場」を築き上げましょう。ご興味をお持ちいただけましたら、お気軽にご連絡ください。心よりお待ちしております。

武澤