

## ハラスメント防止



皆さま、こんにちは☀

今月のテーマは「ハラスメント防止」です。  
ハラスメントについて今一度、理解を深め安心して  
働ける職場作りに取り組んでいきましょう！  
是非、ご参考になさってくださいませ。



## 誰もが安心して働ける職場づくりのために

職場におけるハラスメントは、個人の尊厳を傷つけるだけでなく、職場全体の雰囲気や信頼関係、組織の生産性にも大きな悪影響を及ぼします。「これくらいは大丈夫」「冗談のつもりだった」そんな何気ない言動が、相手を深く傷つけているかもしれません。ハラスメントを防ぐためには、ひとり一人が正しい知識と意識を持ち、相手の立場に立った思いやりのある行動を心がけることが大切です。たとえ意図がなかったとしても、相手が不快に感じれば、それはハラスメントとなる可能性があります。このニュースレターを通じて、ハラスメントについて改めて理解を深め、安心して働ける職場づくりに取り組んでいきましょう。



担当 保健師

溝尻 さわこ

皆さまの健康のサポートをさせて頂きますのでカラダやココロの事でご不安な事があればいつでもご相談下さいね。  
ご相談はいつでも無料です。  
お待ちしております。

ご予約はこちらから

080-4735-9247

お時間、曜日等気にせず

ご連絡下さいませ☎

オンライン動画はこちら



# ハラスメント行為者の特徴・パターン



## ① 自分自身の常識を相手にも押し付け、相手の立場を考慮していない



行為者がハイパフォーマーであり、部下に同様の働きを求めるあまり「過大な要求」をする

## ② 感情知能が低い



自分の感情をきちんと認知して、適切に対処したり調整したりコントロールができない

## ③ 放任型

全く何もしない人。  
適切な指示がないことで職場が不安定になったり、従業員同士の葛藤やぶつかり合いが増えたりする。



## ④ 専制型



脅したり大きな声を上げたり  
専制君主のように人を支配して恐怖で人を動かそうとする。

## 指導とハラスメントは違います

## 指導するときの3つのポイント

### ✓ 適切な指導はハラスメントではありません

- 目的が「成長支援」であること
- 感情的にならずに冷静に伝えること
- 人格ではなく、行動・事実にもフォーカスすること



事実に基づく  
フィードバック

伝える場所と  
タイミングを  
配慮する

他人の前で叱らない  
落ち着いたトーンで  
短く・わかりやすく

## 部下側も配慮や境界線を知ろう

### ✓ 指導とハラスメントは別物

### ✓ ハラスメントを盾にして成長の機会を逃さないで

### ✓ 「指導された」＝ハラスメントではない 「注意された」＝嫌われているわけではない



業務の遅れを指摘された



遅刻を繰り返して指導された



笑顔で行こう！と声をかけられた



「この案件で◎◎の確認が抜けていたね」

相手の成長を  
意識する

次はこうしてみたら？  
など改善策と一緒に考える

## 保健師相談窓口の活用



予約専用公式LINE

保健師相談窓口：MNC Relations

### オンライン保健室

お悩み相談受付中

- 疲れがなかなか取れない
- 落ち込みやすい
- 人間関係の悩み
- 介護・育児相談など

会社を通さずに相談できます

予約専用ダイヤル  
☎080-4735-9247

満尻さわこ先生

※相談は、オンライン面談・お電話などお好きな方法をお選びいただけます  
※ご相談者様の個人情報や内容は、ご所属の企業・団体には報告しませんのでご安心ください