

◆本当に大丈夫？メンタルケア軽視のリスク◆

さて、あなたの会社では、社員の「メンタルの状態」にどのくらい目を向けられているでしょうか？

◆ _____ ◆
本当に「大丈夫」？メンタルケア軽視のリスク
◆ _____ ◆

ふと社内を見渡したとき、社員の表情や雰囲気「何かいつもと違うな」と感じたことはありませんか？
しかし、違和感を抱いたとしても「多少疲れているのはよくあること」「本人も特に何も言っていない」と、楽観的に捉えてしまうことは少なくありません。

特に中小企業では、一人ひとりの業務負担が大きい「少くらの無理は仕方ない」と、考えてしまいがちです。

ただ、【メンタルケアの軽視】はのちに大きなリスクをもたらします。
しばらくの間、業務は滞りなく回っているように見えるかもしれません。

しかし、放置されたストレスはやがて限界を迎え、
◆集中力の低下によるミスの増加
◆コミュニケーション減少によるすれ違い
◆突然の離職や長期休職
といった形で、ある日突然問題が表面化する可能性があります。

特に、真面目な社員ほどギリギリまで「大丈夫です」と抱え込んでしまう傾向があります。
その状態から立て直すには、時間もエネルギーも必要となり、組織全体への影響も小さくありません。

では、このような状態を防ぐためには、何ができるのでしょうか。

実際に、社員のメンタルケアに気を配っている企業では、次のようなことを意識しているそうです。

- 1on1などで定期的に社員の状態を確認する
 - 特定の人に負荷が集中していないか日頃からチェックする
 - 役割や期待値を明確にし、社員の不安や迷いを減らす
- など。

重要なのは、社員に対する日々の関わり方を、丁寧に見直してみることです。

まずは、一人ひとりの小さな変化に目を向けることから始めてみてください。

□ ■ □ _____
編集後記
_____ □ ■ □

今回は「メンタルケアを軽視するリスク」をテーマにお伝えしました。

毎日業務に追われていると、つい一人ひとりの変化を見逃してしまいがちですね。
当社でも、手遅れになる前に「最近どう？」という何気ない声掛けから始めていこうと思いました。

最後までお読みいただきましてありがとうございます。
ご不明な点がございましたら、ご遠慮なくお問い合わせください。
今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

