



産業ストレスの基礎知識

NIOSHの職業性ストレスモデル

- 職場のストレスラー → 心理的な負荷
- 要因
 - 個人的要因
 - 仕事以外の要因
 - 緩衝要因
 - 社会的支援
 - ストレス反応軽減
- 急性ストレス反応
- 疾病

ストレス増加の背景

- 企業間競争の激化
 - 経済のグローバル化
 - 技術革新
- 労働環境の変化
 - 成果主義導入 → 終身雇用崩壊
 - パワーハラスメント
- 従業員のストレス増加
 - 個人ストレス耐性の限界 → 健康障害

年齢層別ストレスの特徴

- 新入社員・若年労働者
 - MH不調
 - 転職・退職増加
 - 3年以内
 - 大卒 39%
 - 高卒 50%
 - 親からの自立
 - 給与・待遇の不満
- 青壮年労働者
 - 発生頻度高い
 - MH不調
 - 自殺
 - 仕事負担増
 - 実績と管理の同時要求
 - 家庭の役割増加 → 緩衝要因でもある
- 中高年労働者管理職
 - 発生頻度高い
 - MH不調
 - 自殺
 - 業績への要求
 - 心身機能衰退
- 高年齢労働者
 - 自身の心身両面での健康管理
 - 定年延長・再雇用
 - 親族の死・親の介護

若年労働者のMH不調の特徴

- 自己愛強い
- 自己中心的
- 帰属意識希薄
- 責任感が弱い
- 協調性・忍耐力に乏しい
- 外罰的傾向 → 他人のせいにする
- 人格未成熟
- 対処
 - 生活指導
 - 帰属意識・役割意識の改善