



遅刻・欠席・早退が増える

残業・休日出勤が極端に増える

仕事の能率低下

不自然な言動が目立つ

無断欠勤

業務結果報告が遅れる

会話がなくなっていく(その逆)

ミスや事故が目立つ

服装の乱れ・不潔

いつもと違う様子

ストレス段階と自覚

ストレス

低

活気のなさ

不安感

中

イライラ

身体愁訴

高

抑うつ感

2週間以上継続

要対処

事業場内産業保健スタッフに相談

気づくポイント

他と比較ではない

時系列的な変化を捉える

部下の仕事の変化

管理業務の延長線上

いつもと違う様子からの早期発見

大きな心理的ショック

家族

職場の仲間

企業・組織の多大なリスク

労災認定

民事訴訟

従業員の自殺

サイン

①言葉

直接的

「死にたい」などの言葉

自殺に関する文章・絵

間接的

「遠くに行きたい」などの言葉

強い困惑の状態

追い詰められた状況の訴え

②行動

直接的

遺書残して失踪

自殺未遂繰り返す

行方不明

間接的

身の回りの整理

昔の友人・知人に連絡

病気の治療を中断

③その他

飲酒量増加

引きこもり

交通事故・怪我などの危険な行動