

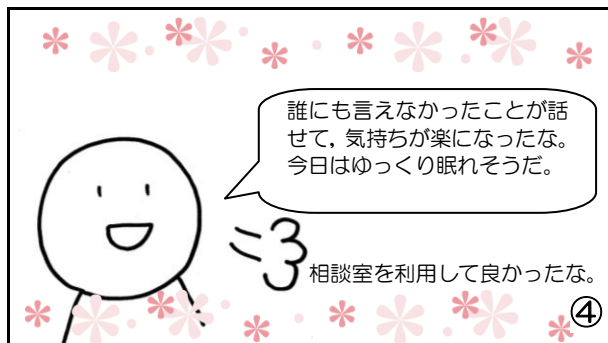
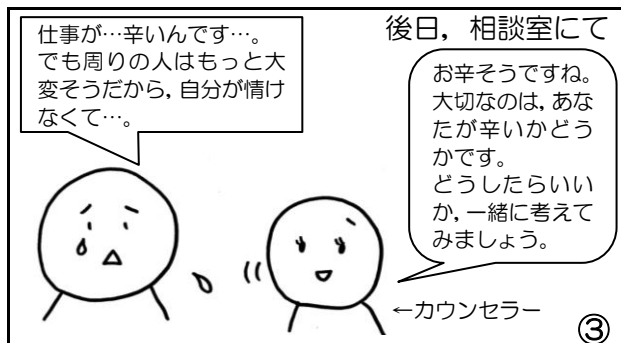


職員相談室だより Vo1. 2

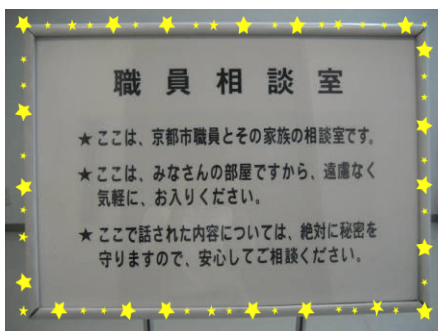
❀相談室ってどんなところ？❀

平素は、当組合の事業運営にご協力いただき、ありがとうございます。
さて、「職員相談室だより」Vo1. 2では、相談室の利用例、室内の様子をご紹介します！

～共済 太郎さんの利用例～ ※詳しい利用方法は裏面をご覧ください



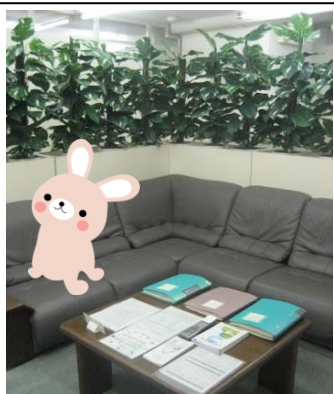
相談室では、職場、家庭についての悩みごと・心配ごとについて専門のカウンセラーがご相談に応じます。
異動後の疲れが出始めるこの時期。職員相談室で肩の荷を下ろしてみませんか？
気になる相談室内は、こんな感じです。



↓待合室
観葉植物の目隠し+面談室への出入口を工夫することで、来談者同士が顔を合わせないように、配慮しています。



↑入口に置かれた看板。
「ここは、みなさんの部屋ですから、遠慮なく気軽に、お入りください。」
これが、相談室のコンセプトです。



↑面談室
ゆったりとしたソファー。
お茶を飲みながら、くつろいだ雰囲気でお話していただけます。

相談室は「プライバシー厳守」「くつろげる雰囲気」をモットーに、皆様のご利用をお待ちしております。

裏面はカウンセラーの菅先生によるコラム！ぜひご一読ください！

職員相談室が開設されてからの二十年余りを振り返ってみますと、「あの頃は、こういうご相談が多かったけれど、最近はあまり耳にしない」というテーマもあれば、「最近とみに多くなった」と感じるテーマもあります。ここでは、変わらないものと新しいものを、ひとつずつ取り上げてみたいと思います。



人事異動直後の悩み

人事異動で新しい職場に移ったとき、誰でも戸惑い、緊張するのは当たり前のことです。必要なのは、前任者と十分な「引き継ぎ」ができる時間ですが、それが確保できないのが現実のようです。そこで、分からないことは、上司や同僚に尋ねるしかないわけですが「皆が忙しそうにしているのに、何度も尋ねるのは気が引ける」と感じる方も多いようです。遠慮なく声かけのできる方はよいのですが、人に気がつかない、「迷惑をかけたくない」と思う方は、ひとりで何とかしようと焦り、次第にストレスが高じて出勤するのが苦痛になってしまうこともめずらしくありません。これを防ぐためには、多忙な中でも、職場全体で「引き継ぎ」が十分に行えるような配慮と工夫がぜひとも望まれます。

誰も助けてくれない「心理的いじめ」

セクハラにもパワハラにも該当しないけれど、職場が「針のむしろ」と化すのが、心理的な「いじめ」です。Aさんが、些細な理由で同僚のBさんを目の敵にしはじめたとします。このとき、他の同僚たちが冷静にバランスをとってくればよいのですが、『自分がターゲットにされたくない』との思いから、Aさんの尻馬に乗って、Bさんを無視したり仲間外れにしたりする人々がいるのが困ったところです。問題の本質はAさんの「性格」や「ストレス発散」であることが多く、傷つき果てたBさんが去れば次はCさんがターゲットにされるというように、延々と続く場合もあります。

このような「心理的いじめ」は、全国に蔓延しているのですが、経験のない人には深刻さが理解されず、有効な防止法も見つかっていないのが現状です。まずは、その弊害を皆が認識し、『職場で犠牲者を出さない』という一人ひとりの覚悟が必要ではないでしょうか。

相談室のご案内

曜日	相談時間	カウンセラー
月	(第1, 第3, 第5) 17:00~20:00	小林隆 (産業カウンセリング)
	(第2, 第4) 13:30~16:30	
火	9:30~12:30	那須田律子 (心理臨床)
水	17:00~20:00	花谷滋康 (産業カウンセリング)
木	9:30~12:30	団士郎 (家族心理臨床)
金	13:30~16:30	宇佐美朋子 (心理臨床)
土	(第1, 第3) 9:30~12:30, 13:30~16:30	中川佳苗 (心理臨床)
	(第2, 第4, 第5) 13:30~16:30	菅佐和子 (心理臨床)

(祝日は除く。)

電話番号は**075-212-7123**です。相談時間内にかけてね!

●利用方法

職員又は職員の家族であること及び氏名を告げて、電話で予約してください。※要事前予約
協会けんぽに加入する職員の方(厚生会の会員及び施設等利用者)もご利用いただけます。

電話相談も受け付けています(電話相談は匿名可)。

プライバシーは完全に守られていますので安心してご利用下さい。

※電話予約・電話相談は上記の相談時間内にお願いします。

●利用料金 無料

- 場所 京都市中京区寺町通二条上るARTビル3階
エレベーターで3階までお上がりください。

