

# Check up

## 管理監督者 向け

## チェックアップ

管理監督者としての対応を確認してみましょう。

次の各設問で、望ましい対応と考えられるものに○、そうでないものに×をつけて下さい。

		○	×
Q1	病院でうつ病と診断された部下に元気を出してもらうために、叱咤激励する。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q2	病院でうつ病と診断された部下に気晴らしをしてもらうために、飲み連れに行く。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q3	病院でうつ病と診断された部下がいた場合に、人事労務担当部門と相談して、適切な休養期間を検討する。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q4	部下のメンタルヘルス不調に気づくためには、「いつもと違う」点に留意しながら、部下のことを観察する。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q5	部下に対して、ときどき「声かけ」を試みる。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q6	部下から心の悩みについて相談を受けたら、自分の力だけで解決しようとせず、人事労務担当部門や医療機関などとの連携を考える。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q7	部下の心の悩みについての相談を受けたときには、部下の問題だけではなく、自分の心についてもケアをする。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q8	部下が病院でうつ病と診断されたときには、病院での治療によって治っていくため、仕事量や仕事内容などには配慮する必要はない。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q9	業務遂行にはストレスがつきものであるため、ストレスに弱い部下に対して、配慮する必要はない。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q10	部下から相談を受けた場合には、プライバシーの保護に十分に気をつける。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

# Checkup

## 正解と解説

A1

×

うつ病の人を「叱咤激励してはいけない」とされています。うつ病の人は、わかりやすく言えば、エネルギーが不足してしまって、これ以上頑張れない状態です。元気な人から見ると、単に落ち込んでいるように見えたり、怠けているように見えたりすることがありますが、本人は、もう頑張ることができない状態と言えます。

うつ病の人を叱咤激励すると、相手をいっそう追い込んでしまうことになりかねませんので、叱咤激励することを避けるべきです。

A2

×

前記のように、うつ病の人はエネルギーがなくなってしまったような状態です。気晴らしをする余力すらないというのが実状です。「気晴らしのために」と思って飲み連れていっても、相手は、気晴らしになるどころか、負担となって、疲れがいつそうひどくなる場合もあります。また、アルコールは、症状の悪化や病気の再発を招く恐れもあります。相手のためを思っていることでも、お酒を飲み連れていくことは、望ましい対応とは言えません。気晴らしよりも、ゆっくりと休んでもらうことのほうが大切です。

A3

A4

A5

---

# Checkup

---

正解と解説

A6

A7

A8

sample

---

# Checkup

---

正解と解説

A9

A10

sample