

# メンタルヘルス・ケースディスカッション



Tさんは、半導体を開発・製造するK社の製造部門の課長（男性）です。都内の大学を卒業後、技術者として故郷のK社に入社したTさんは、28歳で主任、34歳で係長、41歳で課長と順調に昇進をしてきました。プライベートでは、3年前に結婚した同い年の妻と、中学3年の長男、小学5年の長女と79歳の義母（妻の母）の5人暮らしです。Tさんの性格は真面目で、忍耐強い反面、他人に気遣いしすぎる一面もあるようです。

さて、今年5月の定期人事異動で課長に昇格したTさんの様子に変化が見られたのは、8月の下旬でした。急に言葉数が少なくなり、無表情になったと言います。部内ミーティングで部下の名前を度忘れする、課長として発言を求められる場面での確かな発言ができないなど、9月に入って仕事面への支障がでてきました。

10月のある日、Tさんの大学の先輩で隣の部署にいるAさんは、Tさんの不調に気付いて、話を聞いてみることにしました。Tさんは深刻な表情でこのように答えました。

「もう疲れました。しんどいです。私を登用してくれたS部長には申し訳ありませんが、実は退職を考えています。自分は課長としてやっていくには能力不足と思います。体調も悪く8月中旬から寝付けないし、朝早く目覚めてしまう。疲労感が強く、仕事に集中できません。会話中に言おうとしたことを度忘れしてしまうため、怖くて発言もできなくなってしまいました。品質保証部との会議では責められるばかりで、部下の信頼もありません。」

Aさんは、急いでこの話をS部長に伝えました。もしあなたがS部長なら、どのように対処しますか。メンタルヘルスマネジメントジャーナルを活用して、対処方法を考えて下さい。

（上記の事実から推定できる要因も含めてジャーナルへ記載してください）

# Mental Health Management Journal



大項目	中項目	概説	最新情報
本人	本人の性格	周囲からのヒアリングを含め、 具体的な言動を分析し、 客観的な状態を記載	
	現在の精神状態		
	過去の病歴	発症や通院履歴を確認	
	家族構成	本人をサポートしてくれる 家族や親せきを確認	
	私生活の安定性	家族の生死問題、教育問題、 異性・離婚問題、借金問題など	
自社	仕事の量	残業時間ほか	
	仕事の質	適性、プレッシャーの強弱	
	メンターの存在	相談相手はいるか	
	職場の人間関係	パワハラ、セハラ、イジメなどはないか	
社外	取引先との人間関係	顧客から過度なプレッシャーなど はないか	

チームメンバー（マネージャ、人事、保険スタッフ）で共有し次の対処策を検討