



ハラスメントのない ～「笑顔」の職場づくりのために～

おおしろ あさの
大城 朝野氏

column 笑顔の職場づくり

プロフィール

生きがい、働きがい、経営研究所「ハタワークス代表 組織開発&メンタルヘルスコンサルタント「沖縄版メンタルヘルス」を標榜し、2012年、生きがい、働きがい、経営研究所「ハタワークス」設立する。組織開発・キャリア開発コンサルティング、メンタルヘルスコンサルティングを行う。最新の心理学的手法を基に『働きがい』のある職場環境づくりを通し、働く個人には『生きがい、働きがい』を、企業・組織には『生産性向上』に寄与するために個人と組織にアプローチする。

【資格等】

国家資格：社会保険労務士、キャリアコンサルタント

民間資格：シニア産業カウンセラー（日本産業カウンセラー協会）、認定ハラスメント防止コンサルタント（21世紀職業財団）、メンタルウェルネストレーニングインストラクター（MWT協会）、キャリアアシフトチェンジインストラクター（中央職業能力開発協会）等

「笑顔」でいると、人の心身に思いもよらない良い効果があることをご存知でしょうか？それは、私たちの脳が「今は幸せである」と認識してくれるからです。そうすると、幸せホルモンをはじめとして、様々な良いホルモンの分泌を促してくれることが証明されているのです。

また、「笑顔」は伝染します。あなたが笑顔でいることで、家庭や職場の雰囲気をも明るくすることもできます。笑顔でいると、楽しくリラックスした状態になりますよね。あなたの周りの人たちにも伝染し笑顔になり、家庭や職場の雰囲気が明るくなるのです。

さらに、笑顔は気分を高揚させる力があります。仕事へのやる気や実行力が高まります。あなたの笑顔で周りの人たちも笑顔になり、みんなの仕事の能率を上げ、生産性が高まるのです。

一方、「笑顔」のない職場を想像してみてください。職場に、しかめ面の人がいると、周りの人はストレスを感じ、いつも緊張状態にいると思考の幅を狭めてしまいます。そして、思考の幅が狭まると問題解決能力が落ち、仕事の能率も落ちてしまうのです。

生産性の低下した職場、その原因の一つが、「ハラスメント」なのです。

「ハラスメント」とは、「嫌がらせ・迷惑行為」を意味します。すでに法制化されたセクハラ・マタハラや法制化に向け指針が示されたパワハラと様々なハラスメントが存在します。

社会は色々な人が暮らし影響し合っています。例えば、地震など自然災害の被災地へボランティアに行く人もいれば、泥棒に行く人もいます。多様なレベルに合わせて法律やルールがあります。

職場も同様に多様な人・価値観がありますが、でも一つ一致している点があります。それは、誰もが職場に属しながら「幸せになりたい」と願っているという点です。この一致している点を手掛かりに組織開発を行います。

人の持つ時間とエネルギーは限られています。法的に何がセーフで何がアウトかを学び、ハラスメントを防止することにより、意識と視野を広げ、明るい未来へ向かうことを提案します。

一人ひとりが、健全な考え方をもち、「エネルギーを奪う人ではなく、与える人になる」と決意することで、自分の言葉や行動に留意する。そうすることで、次元の高い働き方となり、周囲へ良い影響を与え・広がり、誰もが働きやすい「笑顔」の職場へと変わっていくでしょう。