

従業員の新型コロナウイルス感染対策 ～メンタルヘルスのアフターフォローを～

新型コロナウイルスの感染はとどまる所を知らず、皆さん日々感染対策をしながら生活しています。新型コロナウイルスの症状は様々であり、軽症と言えども後遺症があったり、感染症に対する捉え方や生活が変化したりと感染後にも多くの影響を受けます。従業員が新型コロナウイルス感染した後のメンタルヘルスケアも必要です。

【新型コロナウイルスとメンタルヘルスの問題】[【最終公表】参考情報・事例集 \(mhlw.go.jp\)](#)

厚生労働省は昨年4月に新型コロナウイルス感染症流行下におけるメンタルヘルスの調査結果を公表しました。感染拡大に際して不安に思った事として全体では「自分や家族の感染への不安」が最も多くなっています。また、産業や就業形態別にみると「自分の家族や収入に関する不安」が2番目に多くなっています。

「社会的孤立」「孤独」も大きな問題です。新型コロナウイルスの相談窓口では新型コロナウイルスに関する内容だけでなく、発症がきっかけで顕在化した私生活の相談も増え、「感染に関する相談ができない」という現状もあります。



《社会的孤立や孤独が生じるワケ》

これまでの同じ空間の中で直接顔を合わせてコミュニケーションを取っていた時代から、仮想現実やネットワーク上での間接的コミュニケーションが増え、**集団の繋がりや結びつきの方法が変化しているところ**にあります。直接的な交流に慣れている人にとっては集団との繋がりが希薄になったと感じ、安定した場所を喪失したように認識するでしょう。それに伴って**「不安」「寂しさ」「自信喪失」「執着心」「自分だけが…」という思い**が高まり、コントロールする事ができなくなると心身に悪影響を与えていきます。

【新型コロナウイルスのアフターフォローに EAP 相談を】

相談室

① 感染症対策しつつ会話をする事、オンライン上でも自ら交流する事を恐れない。職場などのフォーマルな集団の中で似た経験をしたり、趣味や好きな事の共通点があるインフォーマルな関係を築いている集団は結束力が高まります。**同じ目標や目的に向かって切磋琢磨し合える仲間や辛い事も楽しい事も共有できる関係づくりをする事**が大切です。「人間関係を起因とする不調者や退職者が増えている」「感染症回復後も不調が続いている」そのような企業の皆さまは EAP サービスを導入する事が解決の一步になります。

《当社の EAP 相談は皆さんにとって「居場所の1つ」でもあります。》

EAP は、職場のメンタルヘルスに関する支援体制のことであり、職場のメンタルヘルス維持・向上を目的に従業員個人の悩みや組織の課題に注目していきます。当社の EAP 相談は、専門スタッフが様々なご相談を承ります。特定の相談テーマも回数制限もありません。医療法人が母体にあるため、医療での様々な知見を通してご対応いたします。



「EAP 相談」のシステム、料金などはお気軽にお問い合わせください。

Mail : info@mrc-sapporo.co.jp 電話番号 : 011-209-0556

