

設問①【職場環境 チェックリスト】

職場内でパワーハラスメントの問題が発生する可能性の大きさをチェックするためのリストです。

- ① 朝夕の出退社るとき、挨拶をする人がほとんどいない。
- ② トップや管理職は、自分の職場にはパワハラが存在しないと考えている。
- ③ 人は厳しく指導することで育つという意識が強い職場だ。
- ④ 今の職場には失敗やミスが許されない雰囲気がある。
- ⑤ 業務上のノルマが厳しく求められ、目標が達成できなかった時のペナルティが大きい。
- ⑥ 上司に対して、意見や反論は言えない雰囲気だ。
- ⑦ 職場の誰かが困っていても、助け合える雰囲気ではない。
- ⑧ 職場内での問題について、職場内で話し合っ解決しようとする雰囲気がない。
- ⑨ 正社員やパート、派遣社員等、様々な立場の人が一緒に働いているが、上下関係が絶対的で、立場を意識した発言が散見される。
- ⑩ 人の陰口や噂を耳にすることが多い。
- ⑪ 該当する項目がない。

設問②【パワハラ ストレス チェックリスト】

個人が自分のストレス状況をチェックするためのリストです。

- ① 最近、ひどく疲れているように感じる。
- ② 最近、夜よく眠れないことがある。
- ③ 朝、職場に出勤するのがつらいと感じる。
- ④ 仕事でミスをするのが怖くて、不安だ。
- ⑤ 最近、集中力が落ちて、仕事でのミスが増えたように思う。
- ⑥ 自分はほかの人に比べて、上司や先輩に叱られることが多い。
- ⑦ 自分は今の仕事に対して能力が足りないと思うことが多い。
- ⑧ なんとなく、周囲の人が自分の悪口を言っているように感じる。
- ⑨ 職場で疎外感を感じることもある。
- ⑩ 職場には、信頼して相談できる人がいない。
- ⑪ 職場では、気楽に日常的な会話をする雰囲気がない。
- ⑫ 上司の命令や業務上のノルマは絶対だと思う。
- ⑬ 該当する項目がない。

設問③【職場のパワーハラスメントチェック】

- ① 叱りながらものさしや書類で頭を小突く。
- ② ものを投げつけたり、ごみ箱を蹴りつける。
- ③ 部下のミスに対し、人前で強い口調で叱責する。
- ④ 「バカ」「愚図」「のろま」など屈辱的な言葉で叱責する。
- ⑤ 「お前なんかクビだ」と脅かす。
- ⑥ 挨拶をしても無視し、会話をしない。
- ⑦ 必要な情報、指示を与えない。
- ⑧ 部署全体の食事会や飲み会に誘わない。
- ⑨ 過重なノルマや一人では無理な仕事量を与える。
- ⑩ いつも終業間際に過大な仕事を課す。
- ⑪ 突然、全く経験のない重要な業務を課す。
- ⑫ その人の能力や経験に見合わない程度の低い業務を課す。
- ⑬ 仕事を与えず、通常業務に属さない雑用を強要する。
- ⑭ 必要以上に仕事を監視したり関与したりする。
- ⑮ 交際相手の有無を聞かれ、結婚を推奨する。
- ⑯ 個人の宗教について公表し批判する。
- ⑰ 緊急の仕事ではないのに休日や夜間に連絡を入れる。
- ⑱ 該当する項目がない。

設問④【管理職用 チェックリスト】

管理職自身で、自分がパワハラの実行者になる可能性の大きさをチェックします。

- ① 部下や年下の人から意見を言われたり、口答えをされたりするとイラッと
する。
- ② 自分が間違っていたとしても、部下に対して謝ることはない。
- ③ 自分は短気で怒りっぽいと思う。
- ④ 感情的になって、すぐその場で叱っている。
- ⑤ 厳しく指導をしないと、人は育たないと思っている。
- ⑥ なんとなく気に入らない部下や目障りと感じる部下がいる。
- ⑦ 仕事のできない部下には、仕事を与えないほうが良いと思う。
- ⑧ 業績を上げるためには、終業時刻間近であっても残業を要請するのは当然
だと思う。
- ⑨ 部下が自分の顔色を窺っているような雰囲気がある。
- ⑩ できる上司は、部下の家庭環境などプライベートな詳細情報まで把握して
いるものだと思う。
- ⑪ 学校やスポーツで体罰をする指導者の気持ちは理解できる。