

職場におけるパワーハラスメント（パワハラ）は、相手の尊厳や人格を傷つける行為です。パワーハラスメントについても、妊娠・出産・育児休業等に関するハラスメントやセクシュアルハラスメントと同様に、防止対策を講じることは望ましいものです。

### 職場におけるパワーハラスメント（パワハラ）とは

同じ職場で働く者に対して、職務上の地位や人間関係などの職場内での優位性を背景に、業務の適正な範囲を超えて、精神的・身体的苦痛を与えられたり、職場環境を悪化させられる行為を言います。

#### 身体的な攻撃

- ・物を投げつけられ、身体に当たった
- ・蹴られたり、殴られたりした
- ・いきなり胸ぐらをつかまれて、説教された

#### 精神的な攻撃

- ・同僚の前で、上司から無能扱いする言葉を受けた
- ・皆の前で、ささいなミスを大きな声で叱責された
- ・必要以上に長時間にわたり、繰り返し執拗に叱られた

#### 人間関係からの切り離し

- ・理由もなく他の社員との接触や協力依頼を禁じられた
- ・先輩・上司に挨拶しても、無視され、挨拶してくれない
- ・根拠のない悪い噂を流され、会話してくれない

#### 過大な要求

- ・終業間際なのに、過大な仕事を毎回押しつけられる
- ・1人ではできない量の仕事を押しつけられる
- ・達成不可能な営業ノルマを常に与えられる

#### 過小な要求

- ・営業職なのに、倉庫の掃除を必要以上に強要される
- ・事務職で採用されたのに、仕事は草むしりだけ
- ・他の部署に異動させられ、仕事を何も与えられない

#### 個の侵害

- ・個人所有のスマホを勝手にのぞかれる
- ・不在時に、机の中を勝手に物色される
- ・休みの理由を根掘り葉掘りしつこく聞かれる

## 社内のパワハラ対策の取組

パワーハラスメント対策導入マニュアルより

予防する  
ために

- ① トップのメッセージの発信
- ② 社内ルール の決定
- ③ アンケートによる実態を把握
- ④ 教育・研修
- ⑤ 社内での周知・啓蒙

解決する  
ために

- ① 相談窓口の設置
- ② 再発防止

パワハラ対策の取組方法の解説やパワーハラスメント対策導入マニュアル・研修資料・アンケートのひな形のダウンロードは、ポータルサイト「[あかるい職場応援団](http://www.no-pawahara.mhlw.go.jp/)」(<http://www.no-pawahara.mhlw.go.jp/>)をご覧ください。



パワハラに関する相談はお近くの「[総合労働相談コーナー](http://www.mhlw.go.jp/general/seido/chihou/kaiketu/soudan.html)」まで  
<http://www.mhlw.go.jp/general/seido/chihou/kaiketu/soudan.html>