

ゲートキーパー養成研修事業【群馬県中之条町】

=誰にとっても働きやすい職場環境を築くために=

(実施期間)	平成 24 年度	(基金事業メニュー)	人材養成事業
(実施経費)	230 千円	(実施主体)	群馬県中之条町総務課

【事業の背景・必要性・目的】

職員は、職場環境・労働環境が年々厳しさを増し、内外共に余裕が無くなっている。心身共に健康で、生き甲斐を持って働けるためには、状況が深刻にならないうちに安心して相談できる職場環境を築くことが肝要である。職員が元気で働けることが、町民へのサポートや中之条町全体の自殺予防に繋がる。

まずは同僚や部下の変化に早く気づくこと、そして悩みや不安を親身になって聴く力が必要である。この知識やスキルを学ぶにはゲートキーパー養成講座が最適であるため、メンタルヘルス研修として実施した。

【地域の特徴・自殺者数の動向】

中之条町は群馬県の北西部に位置し、新潟県・長野県に隣接する県境の山間の町である。自殺死亡率は、平成 23 年 22.3 (平成 19~23 年平均 27.1)。(出典：群馬県健康福祉統計年報)

総人口:人 H23・4・1	年齢3区分別人口割合(%)		
	年少(0~14歳)	生産(15~64歳)	老年(65歳以上)
18,228	10.92	57.82	31.26

【事業目標 事業内容】

平成 24 年 10 月 26 日にゲートキーパー養成研修として、1 回 30 名で 3 時間の研修を 2 回行った。約 3 ヶ月後の平成 25 年 2 月 5 日に、1 回 10 名で 1 時間のフォローアップ研修を 5 回実施した。

事業目標

＜ゲートキーパー養成研修＞

誰にとっても働きやすい職場環境を築くこと。具体的には、ありのままの相手を受け止めながら、相手の話が聴けるようになること。そのために、承認欲求を満たすことと、傾聴のスキルを身につけることを目標とする。※承認欲求とは、ありのままの自分を認めてほしいという欲求のこと

＜フォローアップ研修＞

働きやすい職場環境を築くために、自分に出来ることは何かについて、参加者同士でざっくばらんに話し合うことにより、新たに実行可能な行動目標を設定する。

事業内容

＜ゲートキーパー養成研修＞

- 1 講義・グループワーク・2 人 1 組の実習等多様な方法を用いることで、特に次の 3 点について理解・認識を深めた。
 - ・社会環境の変化と自殺者が一向に減らない現状の認識
 - ・話を聴く態度の理解
 - ・ありのままを認めることが安心感を作ることの理解

- 2 ナレッジシートの記入により、研修への動機づけと、研修後の行動化を促した。

＜フォローアップ研修＞

- 1 前回の研修から今日までを振り返り、行動目標の進捗状況や気づいたことについて 1 人ずつ発表を行った。

2 発表をもとに、質疑応答を交えた意見交換を行い、発表者自身の気づきを深化させるとともに、参加者の共感、理解を深めた。自分を変えることによって、相手も変わった事例が多く出され、参加者に共感を持って受け取られた。

3 モチベーションが上がったところで、各自新たに実行可能な行動目標の設定を行い、研修後の更なる行動化に踏み出した。

【事業実施にあたっての運営体制】

役場内で連携し、補助金の窓口は保健環境課、研修の運営は総務課が行った。

【事業の工夫点】

今年度は職場環境作りに効果が高い管理監督者層から実施した。行事の少ない時期に開催し、急な欠席や中座が無いよう、役場全体に周知を図った。講師と連絡を密にし、中之条町の実情に合わせた進行を行った。

【事業成果、その他特筆すべき点】

＜ゲートキーパー養成研修＞

1 研修を通じて、次の3点が鮮明となった。

- ・くじ引きで作ったグループで誰もがざっくばらんに話し合え、中之条町役場のコミュニケーションは良いこと
- ・仕事の手を止めて話しを聴く意味と効果を、実感したこと
- ・ありのままの相手を認めるためにまず何をすればいいか、具体的に分かったこと

2 全体に、受講姿勢が熱心で前向きであった。メンタルヘルスに対するニーズと期待の高さと考えられる。

3 3ヶ月後にフォローアップ研修開催により、一層の意識付けを図ることができた。

＜フォローアップ研修＞

1 研修を通じて、次の3点が鮮明となった。

- ① 誰もがよい職場環境を作っていこうと思っており、特に管理職にその意識が高い
- ② 行動目標を実践した職員の体験談により、「自分が変われば相手も変わる」のだということを実感した
- ③ グループでお互いの話を聞き合うことにより沢山の気づきが生じ、より具体的な行動目標の設定が図れた

2 フォローアップ研修は、特に次の2点で高い効果がみられた。

- ① 研修として振り返る機会を作ることで、学んだことの定着化が図られた
- ② 少人数グループが、否定しないルールにより意見交換することで、他者理解・相互理解が進んだ

3 人事考課の面接で、「メンタルヘルス研修で学んだことが役立った」との意見が複数あり、即効性の高さが証明された。

4 研修に参加できる環境づくりへの理解が進み、急な欠席や受講中の呼び出しが減った。

※職員のニーズが高く、実効性もある大変有意義な研修だった。次年度は、範囲を主任クラスまで広げ、事例検討や体験カウンセリング等を導入した内容で開催する。誰にとっても働きやすい職場づくりを目指すと共に、職員のスキルアップが町民へのサポートに繋がることを期待したい。

(問合せ先) 群馬県健康福祉部障害政策課精神保健室
 TEL:027-226-2640 (直通)
 E-mail:ogiwara-masato@pref.gunma.lg.jp
 URL : http://www.pref.gunma.jp