

心理的負荷の強度の評価表（案）の考え方

1 特別な出来事として掲げたもの

ア 出来事自体の心理的負荷が特に大きいため、出来事後の状況の程度に関係なく強い心理的負荷と評価できるものについては、「心理的負荷が極度のもの」として別掲した。

イ 数週間にわたり生理的に必要な最小限度の睡眠時間を確保できない状況を当該期間における労働時間数として示し、「極度の長時間労働」として強い心理的負荷と評価する出来事とした。

2 出来事別の評価表の考え方

(1) 総合評価の視点と具体例

心理的負荷の総合評価の視点と具体例は、次のような考え方に基づいている。

ア 類型①については、出来事自体の心理的負荷の大きさを重視して評価する。

イ その他の項目については、「出来事」と「出来事後の状況」の両者を合わせて評価する。

なお、総合評価を「強」と判断するのは、おおむね以下の場合と考え、例を示している。

(ア) 出来事自体の心理的負荷が強く、その後も一定の対応を行っている場合

(イ) 出来事自体の心理的負荷が中程度で出来事後の状況が特に過重な場合

また、(ア) 又は (イ) の片方しか示していない項目や、(ア) 又は (イ) の混合例を示している項目もあるが、あくまで「具体例」であるので、示されたもの以外は「強」にならないという趣旨ではない。

ウ イのほか、いじめやセクシュアルハラスメントのように出来事が繰り返されるものについては、繰り返される出来事を一体として評価するとともに、「その継続する状況」は、総合評価を強める要素として考慮する。

(2) 出来事後の状況の評価に共通の視点

出来事ごとに典型的に想定される検討事項については「心理的負荷の総合評価の視点」に記載し、これ以外に、「出来事後の状況」であって各出来事に共通して生じることが予想され、それが著しい場合には総合評価を強める

要素として考慮する事項を別掲した。

(3) 出来事の類型及び具体的出来事の統合及び追加等

ア 出来事の類型について

従来の類型を、次のとおり修正している。

- ・ 「④身分の変化等」と「⑤役割・地位等の変化」を統合し、「④役割・地位の変化等」とした。
- ・ 「⑥対人関係のトラブル」と「⑦対人関係の変化」を統合し、「⑤対人関係」とした。
- ・ 「⑥対人関係のトラブル」から、「⑥セクシュアルハラスメント」を独立させた。

イ 具体的出来事について

別紙のとおり、出来事の追加、統合を行った。

ウ 平均的な心理的負荷の強度について

項目31「同僚とのトラブルがあった」の平均的な心理的負荷の強度をⅠからⅡに引き上げた。

なお、項目4「会社の経営に影響するなどの重大な仕事上のミスをした」の平均的な心理的負荷の強度はⅢに、項目30「上司とのトラブルがあった」の平均的な心理的負荷の強度はⅡに、それぞれ据え置いた。

(現行)

重度の病気やケガをした	重度の病気やケガをした
悲惨な事故や災害の体験（目撃）をした	悲惨な事故や災害の体験（目撃）をした。
交通事故（重大な人身事故、重大事故）を起こした	業務に関連し、重大な人身事故、重大事故を起こした
労働災害（重大な人身事故、重大事故）の発生に直接関与した	会社の経営に影響するなどの重大な仕事上のミスをした
会社の経営に影響するなどの重大な仕事上のミスをした	会社で起きた事故（事件）について、責任を問われた
会社で起きた事故（事件）について、責任を問われた	自分の関係する仕事で多額の損失が生じた
違法行為を強要された	違法行為を強要された
自分の関係する仕事で多額の損失を出した	自分の関係する仕事で多額の損失が生じた
達成困難なノルマが課された	達成困難なノルマが課された
ノルマが達成できなかった	ノルマが達成できなかった
新規事業の担当になった、会社の建て直しの担当になった	新規事業の担当になった、会社の建て直しの担当になった
顧客や取引先から無理な注文を受けた	顧客や取引先から無理な注文を受けた。
顧客や取引先からクレームを受けた	顧客や取引先からクレームを受けた
研修、会議等の参加を強要された	大きな説明会や公式の場での発表を強いられた
大きな説明会や公式の場での発表を強いられた	上司が不在になることにより、その代行を任された
上司が不在になることにより、その代行を任された	仕事内容・仕事量の大きな変化を生じさせる出来事があった
仕事内容・仕事量の大きな変化を生じさせる出来事があった	勤務・拘束時間が長時間化する出来事が生じた
勤務・拘束時間が長時間化する出来事が生じた	勤務形態に変化があった
勤務形態に変化があった	勤務形態に変化があった
仕事のペース、活動の変化があった	仕事のペース、活動の変化があった
職場のOA化が進んだ	退職を強要された
退職を強要された	配置転換があった
出向した	転勤をした
左遷された	複数名で担当していた業務を1人で担当するようになった
非正規社員であるとの理由等により、仕事上の差別、不利益取扱いを受けた	非正規社員であるとの理由等により、仕事上の差別、不利益取扱いを受けた
早期退職制度の対象となった	自分の昇格・昇進があった
転勤をした	部下が減った
複数名で担当していた業務を1人で担当するようになった	部下が増えた
配置転換があった	同一事業場内での所属部署が純廃合された
自分の昇格・昇進があった	担当ではない業務として非正規社員のマネージメント、教育を行った
部下が減った	ひどい嫌がらせ、いじめ、又は暴行を受けた
部下が増えた	セクシュアルハラスメントを受けた
同一事業場内での所属部署が純廃合された	上司とのトラブルがあった
担当ではない業務として非正規社員のマネージメント、教育を行った	部下とのトラブルがあった
ひどい嫌がらせ、いじめ、又は暴行を受けた	同僚とのトラブルがあった
セクシュアルハラスメントを受けた	理解してくれていた人の異動があった
上司とのトラブルがあった	上司が替わった
部下とのトラブルがあった	昇進で先を越された
同僚とのトラブルがあった	同僚の昇進・昇格があった
理解してくれていた人の異動があった	
上司が替わった	
昇進で先を越された	
同僚の昇進・昇格があった	

(変更案)

重度の病気やケガをした	重度の病気やケガをした
悲惨な事故や災害の体験（目撃）をした。	悲惨な事故や災害の体験（目撃）をした。
業務に関連し、重大な人身事故、重大事故を起こした	業務に関連し、重大な人身事故、重大事故を起こした
会社の経営に影響するなどの重大な仕事上のミスをした	会社で起きた事故（事件）について、責任を問われた
会社で起きた事故（事件）について、責任を問われた	自分の関係する仕事で多額の損失が生じた
自分の関係する仕事で多額の損失が生じた	違法行為を強要された
違法行為を強要された	達成困難なノルマが課された
達成困難なノルマが課された	ノルマが達成できなかった
ノルマが達成できなかった	新規事業の担当になった、会社の建て直しの担当になった
新規事業の担当になった、会社の建て直しの担当になった	顧客や取引先から無理な注文を受けた。
顧客や取引先から無理な注文を受けた。	顧客や取引先からクレームを受けた
顧客や取引先からクレームを受けた	大きな説明会や公式の場での発表を強いられた
大きな説明会や公式の場での発表を強いられた	上司が不在になることにより、その代行を任された
上司が不在になることにより、その代行を任された	仕事内容・仕事量の大きな変化を生じさせる出来事があった
仕事内容・仕事量の大きな変化を生じさせる出来事があった	1か月に80時間以上、時間外労働を行った
1か月に80時間以上、時間外労働を行った	2週間以上にわたって連続勤務を行った
2週間以上にわたって連続勤務を行った	勤務形態に変化があった
勤務形態に変化があった	仕事のペース、活動の変化があった
仕事のペース、活動の変化があった	退職を強要された
退職を強要された	配置転換があった
配置転換があった	転勤をした
転勤をした	複数名で担当していた業務を1人で担当するようになった
複数名で担当していた業務を1人で担当するようになった	非正規社員であるとの理由等により、仕事上の差別、不利益取扱いを受けた
非正規社員であるとの理由等により、仕事上の差別、不利益取扱いを受けた	自分の昇格・昇進があった
自分の昇格・昇進があった	部下が減った
部下が減った	早期退職制度の対象となった
早期退職制度の対象となった	非正規社員である自分の契約満了が迫った
非正規社員である自分の契約満了が迫った	ひどい嫌がらせ、いじめ、又は暴行を受けた
ひどい嫌がらせ、いじめ、又は暴行を受けた	上司とのトラブルがあった
上司とのトラブルがあった	同僚とのトラブルがあった
同僚とのトラブルがあった	部下とのトラブルがあった
部下とのトラブルがあった	理解してくれていた人の異動があった
理解してくれていた人の異動があった	上司が替わった
上司が替わった	同僚等の昇進・昇格があり、昇進で先を越された
同僚等の昇進・昇格があり、昇進で先を越された	セクシュアルハラスメントを受けた
セクシュアルハラスメントを受けた	