

法律士業のためのコロナメンタル支援ヒント集⑱

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・「相談する側、される側のポイント」

相談をする側、される側。それぞれに重要なポイントがあります。

まず、相談する側のポイントです。

それは「相談する相手を間違えない」ということです。

家族だから、友人だから、同僚だからといって相談者が思った対応をしてくれるわけでありません。近しい人になればなるほど心配のあまりアドバイスなどをしてしまい、その後の関係がこじれることがあります。

では、相談を受ける側、特にそれが会社ならばどうすればいいのでしょうか？

ポイントは「複数の相談先を用意する」ことです。

例)

- ①産業医、保健師などの医療従事者
- ②人事部
- ③顧問の社労士ら
- ④EAP(ヒント集⑰参照)
- ⑤行政の相談を案内

などです。相談をする側が重視するのは「その人が信頼できるか」ということです。一方、コロナで4月から自宅待機が続いた新入社員らは誰が信頼できるかもわかりません。また、一か所で思うような結果が出なくても複数の相談先があれば他の選択肢に移ることもできます。

特に ZOOM などのテレワークでは、不満があっても相談できる機会が減ります。対面でもテレワークでも相談先を多く確保しておくことが風通しのよい会社のポイントです。

今までのヒント集① - ⑰は

<https://www.rindowkokusai.com/hint>

に掲載されています。

☆☆☆

文責：中條幸子（公認心理師・社会保険労務士）

☆☆☆少しでも皆様の日々の対応にお役に立てれば幸いです。随時、情報を出していきます

