

이 내용은 일본 「노동위생」지에
게재된 노동위생활동에 관한
Q&A를 번역한 것입니다.
산업보건관계자 여러분의 업무에
도움이 되었으면 합니다.

건강관리시스템과 교육담당자와 연계



● 우리 회사에서는 정신건강대책을 효과적으로 실시하기 위해서 건강관리스텝과 교육담당자를 주축으로 하여 시스템 조성을 추진하고 있습니다. 보건관리자로서 교육담당자와 어떻게 연계를 맺어가는 것이 좋은지 알고 싶습니다.

☞ 교육의 중요성

건강관리스텝이 사내에서 정신건강관리 활동을 추진할 때에는 정신건강에 대한 교육을 실시하는 일은 참으로 중요합니다. 그 이유로는

① 사내에서 정신건강에 대한 교육을 함으로써 회사가 사원의 정신건강을 중요시 여기고 있으며 그 대책을 세우고 있다는 사실을 알리는 좋은 기회가 됩니다.

② 보건관리스텝이 강사가 될 경우는 회사 내에 정신건강관리 활동을 담당할 스텝이 있다는 점과, 그리고 사원은 정신적 문제를 누구와 상담하면 좋은지를 알게 되며, 더욱이 교육을 통하여 서로의 얼굴을 익히게 됨으로써 차후로 상담할 때 저항감이 적어지게 됩니다.

흔히 교육담당자는 회사 외부의 저명인사를 강사로 초빙하여 「유익한 말씀을 사원에게 들려준다」는 계획만으로 효과를 얻을 수 있다고 생각하는 경향이 많은데, 그런 일만이 아니라 「사내의 스텝을 사내에서 키우는」 일도 커다란 의미를 지닐 수 있다는 점을 말하고 싶습니다.

③ 정신건강교육을 실시함으로써 사원들

교육담당자와의 협력을 어떻게 할 것인가에 있어서는, 가장 중요한 점은 교육담당자의 요청이 있을 때에 즉시 건강관리스텝이 응답해 주는 일입니다. 정신건강에 관한 여러 가지 교육에 대하여 강사를 의뢰했을 때 즉시 응해줄 수 있도록 평소에 준비해 두고, 의뢰할 만한 보건관리자라는 인식을 심어두는 일이 중요합니다.

이 정신건강에 관한 지식을 지닐 수 있게 됩니다.

그리고 질환자에 대한 편견이 적어지고 또한 스트레스 처방이 수월해지기도 하며 부하나 동료사이의 일 등에 대하여 상담해 오는 것도 쉬워집니다.

그런데 사내스텝에 의한 교육만을 하게 되면 만성화가 되어버려 흥미를 잃어버리는 수가 있으므로, 그런 경우에는 외부강사를 활용하도록 하는 것이 좋습니다. 때에 따라서는 이 기회를 이용하여 사내스텝이 외부강사의 교육방법이나 방안을 배울 수 있어 자질향상을 도모할 수 있게 됩니다.

정신건강교육

보건관리스텝이 실시할 수 있는 정신건강 교육을 소개한다면 사내교육의 종류에 따라서 다음과 같은 내용을 다루어 실시할 수 있을 것이며, 때에 따라서는 사외의 전문가

사로부터 교육을 실시할 수 있을 것입니다.

1) 교육내용

① 신입사원 교육

신입사원 연수과정에서 건강교육을 1시간 정도 구성하여 교육할 수 있지만 정신건강에 관한 지식을 충분히 전달할 수 있다고 생각되지는 않습니다.

긴장완화의 방법 등을 즐겁게 체험하도록 하여 「회사내에는 건강관리 부문이 있으며 사원의 심신건강에 관심을 두고 있다」는 점을 알려 주는 것만으로도 좋다고 할 수 있습니다.

신입사원에게는 너무 많은 정보를 주입시키더라도 효과는 적다고 생각됩니다.

② 중간관리자 교육에서의 정신건강교육

1주간 정도의 집체연수교육 등이 실시되는 경우에는 그 가운데에 2시간 정도의 정신건강교육을 넣는 것을 고려할 수 있다. 중견사원을 대상으로 실시되는 정신건강교육

의 내용은 대인관계, 자가 스트레스관리 및 자가 해소방안 등을 다룰 수 있습니다.

③ 간부급의 교육

신임과장이나 부장 등 간부급 사원을 대상으로 하는 경우 대인관계, 자가 스트레스 관리 및 해소방법을 비롯하여 주로 부하의 정신건강에 관한 내용을 다룰 수 있습니다.

④ 기타 부정기적 교육

직장에서 요구될 때 별도 계획에 의하여 교육을 실시할 수 있습니다.

2) 교육의 효과

교육을 함으로써 기대하는 효과는 수강자가 수강한 후에 보건관리스텝에게 가벼운 마음으로 상담할 수 있게 되는 점입니다.

그 외에 자신이나 부하직원의 심신에 관한 문제를 혼자서 고민하지 않고 조기에 상담에 임함으로써 해결할 수 있게 될 뿐 아니라 질환자에 대한 편견도 감소될 수 있습니다.

3) 교육담당자와의 연계

사내 교육을 실시하는 경우 보건관리자는 교육담당자와 협의하여 교육 커리큘럼 중에 건강관리교육이 구성될 수 있도록 하고, 교육대상에 따라서 교육내용을 충분히 고려하여 준비합니다. 사내에서 건강관리교육이 정착될 수 있도록 하기까지에는 교육담당자와 보건관리스텝의 장기간 협력이 필요합니다.

교육담당자와의 연계

한 예로서 신입직원교육인 경우를 들어보면, 교육담당자는 신입직원을 처음 대면하면서 신입직원들의 건강상태를 살펴보는 입장에 있으며, 신입직원이 무엇인가를 상담하고자 할 때에 가장 가깝게 있는 선배가 될 수도 있습니다. 즉 교육담당자가 신입직원의 고민을 가장 빨리 알게 될 가능성도 있는 것입니다. 따라서 교육담당자가 신입직원의 건강 이변을 알아차리는 능력을 지닐 수 있도록 하는 것이 바람직하며, 사소한 일이라 하더라도 건강관리스텝과 상담할 수 있도록 유대관계를 조성할 필요가 있습니다. 가볍게 생각하고 지나치는 경우가 중대한 결과를 가져오는 일도 흔히 있기 때문입니다.

교육담당자와의 협력을 어떻게 할 것인가에 있어서는, 가장 중요한 점은 교육담당자의 요청이 있을 때에 즉시 건강관리스텝이 응답해 주는 일입니다.

정신건강에 관한 여러 가지 교육에 대하여 강사를 의뢰했을 때 즉시 응해줄 수 있도록 평소에 준비해 두고, 의뢰할 만한 보건관리자라는 인식을 심어두는 일이 중요합니다.

이와 같은 신뢰가 쌓여질 때 비로소 건강관리스텝과 교육담당자와의 연계가 이루어질 수 있다고 생각합니다. **▶▶▶**