

川西 由美子氏

72年東京・南青山生まれ。メンタルヘルスケア・コンサルティング・Webカウンセリングサイト「ココロノマド」総合プロデューサー。98年メンタルヘルスケアの「マックスインターナショナル」、02年に「あいマックス」を設立、代表取締役を務める。



私が働く人たちのカウンセリングをしていて感じるのは、心身ともに疲れているのに、休んだり、周りに助けを求めたりできない人が多いことです。みなさん、「休むと迷惑をかけるから」「もうつだとわかれば出世が絶たれてしまう」と心配しているのです。

こうした人には何らかのケアが必要なのですが、実際には、忙しすぎて病院に行けなかったり、悩みが社内の人間関係に関するものであるために会社の人には相談できなかったりします。

従業員個人として心身の

個を大切にこそ

トラブルに対処するには限界があり、やはり会社として従業員を心身面からケア、サポートすることが欠かせません。それが、近年日本でも導入する企業が増えている「EAP」従業員支援プログラム」です。

人事担当者を中心に、カウンセラーや産業医などの専門家が協力してEAPを行えば、社員は元気に働くことができます。そうすれば生産性は向上し、休職率や離職率も減ります。

本書では、そんなEAPサービスの内容と成果について、私の契約企業を例にとりて解説しています。ほかにも、ウェブ・カウンセリングをはじめとめる企業内カウンセリングの成功例についても紹介しています。

本書を読んで、心や体につらさを抱えたビジネスマンが勇気を出して「休み」「助けを求めろ」ことを望みます。そして経営者や人事担当者のみなさんには、疲れた社員をケアすることの大切さを理解していただきたいと思えます。

個を大切にこそ、企業も本当の成功を収めることができるはず。

著者が語る

ココロを癒せば会社は伸びる

川西由美子

ココロを癒せば

会社は伸びる

ダイヤモンド社 1470円