

ハラスメント防止研修

研修アジェンダ

1

ハラスメントとは

ハラスメントの定義とハラスメントが起きやすい環境について理解する

2

ハラスメントの影響

ハラスメントが与える影響を個人レベル、組織レベル、法的・経済的な面から理解する

3

ハラスメントのメカニズム

なぜハラスメントは起きるのか、心理学的な知見を基にそのメカニズムについて理解する

4

ハラスメントを予防する

ハラスメント予防につながる環境設計やコミュニケーションの在り方について理解する

5

まとめ

研修での学びを「自分ごと」として持ち帰り、明日から実践できる小さな行動目標を設定する

ハラスメントとは

ハラスメントとは「**相手に不快感を与える行為や言動**」



右記のハラスメントについては、
事業主に防止措置を講じることを**義務付けて**いる

【パワーハラスメント】

- ・労働施策総合推進法

【セクシュアルハラスメント】

- ・男女雇用機会均等法

【妊娠・出産、育児休業等】

- ・男女雇用機会均等法
- ・育児・介護休業法

ハラスメントが与える影響

ハラスメントの影響は加害者、被害者間だけでなく組織全体に及びます

個人レベル



- ・心理的影響
- ・身体的影響
- ・キャリアへの影響

組織レベル



- ・職場環境の悪化
- ・生産性の低下
- ・離職率の上昇

法的・経済的影响



- ・法的リスク
- ・企業イメージの悪化
- ・人材採用の難化

ひとつの出来事であっても多様な対応が必要となる

ハラスメントのメカニズム

ハラスメントを行う人（加害者）の背景には様々な要因が存在します

- 権利の不均衡: 権力を持つ人は無意識に自分の行動や言動を正当化し、相手が反論しづらい状況を作る
 - 有名な心理学実験: スタンフォード監獄実験
- 無意識の偏見やステレオタイプ: 無意識のバイアスによって見下したり、軽視したりする行動が起こる
 - 有名な心理学実験: 潜在連合テスト
- 社会規範の緩み: そもそもハラスメントを容認する文化が職場内にある
 - 有名な心理学実験: ミルグラムの服従実験
- 自尊心の低さと攻撃性: 自尊心が低い人は自分を守るために他者を攻撃する傾向が強くなる
 - 有名な心理学研究: ブッシュマンとボームスターの研究
- ストレスと感情のコントロール不全: ストレスがたまると感情のコントロールが難しくなる
 - 有名な心理学研究: コルチゾールと認知機能（ストレスホルモン）、実行機能と自己制御etc.

ハラスメントを予防する

要因は複雑でも、共通しているのは“コミュニケーションの問題”であることが多い

💡 ハラスメント予防のための2つのポイント

心理的安全性の確保



【心理的安全性が高い状態】

誰もが**気兼ねなく意見や異論を言
える**状態

双向向のコミュニケーション



【アサーション】

自分も相手も大切にする**コミュニケーションスタイル**

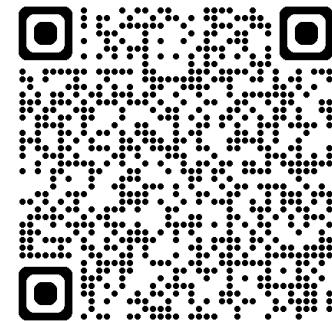
「話しやすい場」と「話すスキル」がハラスメントのない職場を作ります

Contact

「正しさ」の押し付けではなく
「尊重」があふれる職場へ

本資料はサンプルです
実際の研修では、貴社の課題や参加者の層に合わせて
研修内容をカスタマイズいたします

[無料相談予約フォーム](#)



研修の依頼やご相談は上の
無料相談予約フォームより受け付けております
2営業日以内に日程調整の連絡をいたします