

# 仕事のストレス、最大の原因は人間関係 社員のメンタルヘルスケアには、社内の人間関係改善が重要。

— 『エン派遣』ユーザーアンケート集計結果 —

人材採用・入社後活躍のエン・ジャパン株式会社（本社:東京都新宿区、代表取締役社長:鈴木孝二）が運営する日本最大級の派遣のお仕事まとめサイト『エン派遣』（<https://haken.en-japan.com/>）上で、サイト利用者を対象に「仕事のストレス」のアンケート調査を行ない、2,667名から回答を得ました。以下、概要をご報告します。

## ■ 調査結果概要

ストレスチェックの実施が2015年12月より従業員数50人以上の企業に義務付けられます。そこで多様な雇用形態の方に「仕事のストレス」に関する調査を行ないました。主なトピックスをご紹介します。※「正規」=正規雇用者、「非正規（派遣社員・契約社員・アルバイト）」=非正規雇用者

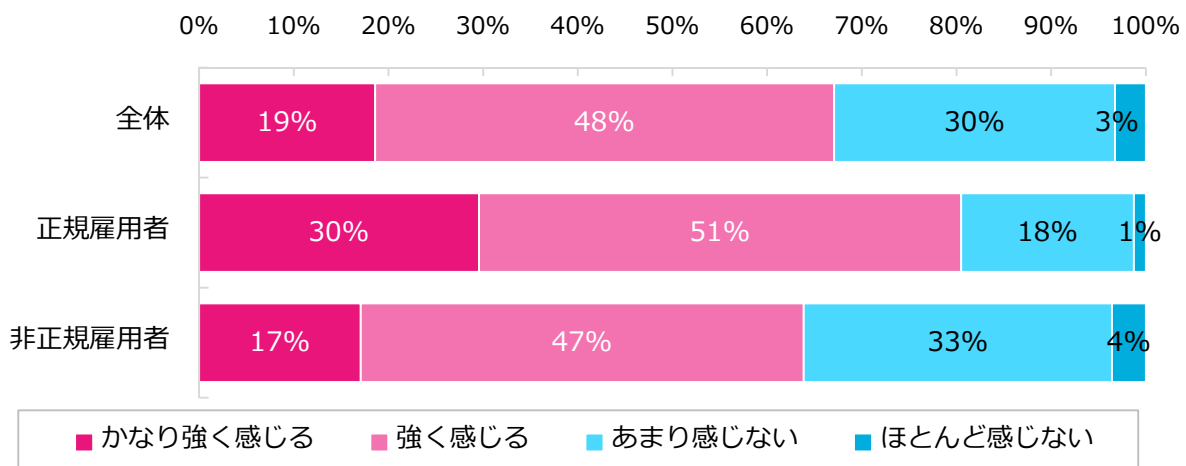
- ★ 仕事でのストレスを感じている割合。正規は81%、非正規は64%。
- ★ 仕事でストレスを感じるポイントのトップは人間関係、対象は正規が「上司」、非正規が「同僚・後輩」。

## ■ 調査結果詳細

### 1：仕事でのストレスを感じている割合。正規は81%、非正規は64%。（図1）

「仕事上でストレスをどの程度感じますか？」と伺いました。「かなり強く感じる」「強く感じる」と回答した方は、全体では67%、雇用形態別では正規が81%、非正規が64%でした。

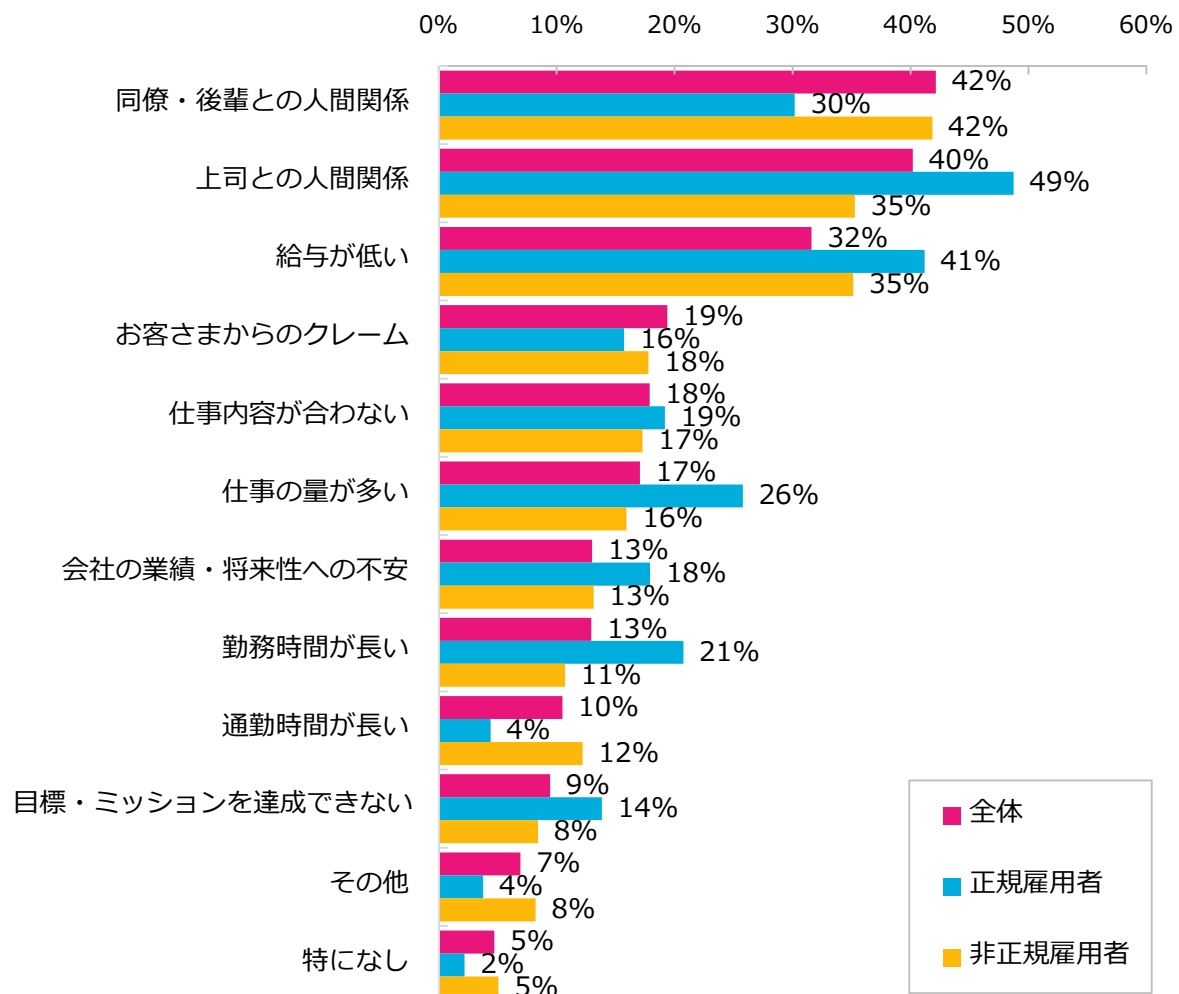
【図1】仕事上でストレスをどの程度感じますか？



2：仕事でストレスを感じるポイントのトップは人間関係、  
対象は正規が「上司」、非正規が「同僚・後輩」。(図2)

「特にストレスを感じるのはどのような点ですか？」という質問をしたところ、全体の第1位は「同僚・後輩との人間関係」(42%)、第2位は「上司との人間関係」(40%)、第3位は「給与が低い」(32%)という結果に。従業員のストレス抑制のため、残業軽減策が議論される機会は多いものの、「仕事の量が多い」(17%)「勤務時間が長い」(13%)といった業務負担が大きいことをストレスの原因に挙げる方は2割に届かない結果となりました。旧来型の日本企業に多く見られた「社内運動会」「社食」などが見直されているように、従業員のメンタルヘルスをケアするためには社内の交流を見直すことが重要と言えます。雇用形態別で見ると、正規では「上司との人間関係」(49%、非正規は35%)で悩む方が多いのに対して、非正規では「同僚・後輩との人間関係」(42%、正規は30%)で悩む方が多いことが分かります。具体的なコメントをご紹介します。

【図2】仕事で特にストレスを感じるのはどのような点ですか？(3つまで回答可)



### 【上司との人間関係】と回答した正規の方

- 上司の気分のムラが激しくて嫌になります。(25歳女性)
- 上司が人によって態度を変えるため、機嫌を伺いながら接するのにストレスを感じる。(27歳女性)
- 上司・同僚等とのコミュニケーションが足りず報連相が機能しない。そのため余分な業務に追われ、他部署からの苦情を受けることになる。(33歳男性)
- 上司に新しい提案をしても、修正ややり直しが多い。自分の能力が不足していると思うが、アドバイスもくれず、時間ばかり掛かる。(33歳女性)
- 新しい上司が着任してから、部内の人間関係が不安定になった。(42歳女性)

### 【同僚・後輩との人間関係】と回答した非正規の方

- 女性ばかりの職場のため、お互いの愚痴などをよくきくのが辛いです。どっちの言い分もわかるけど、どっちの味方とも言えず板挟み状態なのがたまにストレスに感じます。(28歳女性)
- たとえ自分にはムダと思える会話なども、コミュニケーションとしてしなくてはならない点など。(28歳男性)
- 周りとの信頼関係を築くまでが気を遣って非常にストレスを感じます。仕事の内容よりもそちらが大きいです。(30歳女性)
- 派遣で更新期間があるため、仕事を続けるためには人間関係は良好にしておかなければと感じる。(33歳女性)
- 仕事でも周りはとても静かで居心地が悪く感じる。(34歳女性)
- 派遣に対してお客さん扱いで、「派遣さん」「彼女たち」などと名前と呼ばれない。(35歳女性)
- 女性ばかりの職場なので陰口などが酷く、自分が言われていなくても、その場に居るだけで疲れます。(37歳女性)
- 社員ではなく派遣やパートとして働いているので、上司や同僚とのコミュニケーションにそこまで気を遣いたくない。給与面を妥協して、正社員ではなくこういった働き方を選んでいる立場として、余計な人間関係にメンタルや日々の生活を左右されたくない思いが強い。(40歳男性)

#### 【調査概要】

- 調査方法：インターネットによるアンケート
- 調査対象：『エン派遣 (<http://haken.en-japan.com/>)』を利用しているユーザー
- 有効回答数：2,667名
- 調査期間：2015年8月27日～9月23日

本ニュースリリースに関する問合せ先

広報担当：森本、大原

<http://corp.en-japan.com/>

**エン・ジャパン株式会社**

〒163-1335 新宿区西新宿6-5-1 新宿アイランドタワー

TEL：03-3342-4506 FAX：03-3342-4507 MAIL：en-press@en-japan.com