

オンラインカウンセリングサービス「Unlace(アンレース)」 企業向け福利厚生サービスを提供開始

＜「職場・仕事に関する悩みに関する調査」を実施＞

“仕事や職場に関する悩みを他者に相談”約6割が抵抗あり
「職場に行きたくない」「不安があり寝れない」ほどの心理的不調経験者約7割

顔出し・通院不要のオンラインカウンセリングサービス「Unlace(アンレース)」を開発・運営する株式会社 Unlace(アンレース)(本社:東京都渋谷区、代表取締役:前田康太、以下 Unlace)は、企業の福利厚生向けオンラインカウンセリングサービスの提供を開始しました。同サービスの開始に合わせ、全国の働く男女1075人を対象に、職場・仕事の悩みに関する調査を2021年9月13日～9月20日にて実施し、その結果を公開いたします。



■開発背景 匿名オンラインカウンセリング、従量課金で企業向けにスタート

Unlaceに寄せられる相談内容の中でも仕事・キャリアに関する悩みは最も割合が高く、今回の調査では「約半数が日常的に職場や仕事に関する悩みを抱え、44%が直近3ヶ月で心理的な不調を感じている」という職場でのメンタルケアの必要性の高さが見受けられました。しかし調査対象者全体の約6割が誰かに悩みを相談すること自体に抵抗を感じていると判明し、カウンセリングルームや医療機関(精神科や心療内科)など専門機関を受診したことがない人が全体の約7割にも上ります。このような現状を踏まえ、悩みを抱えた時の選択肢として専門家によるメンタルケアを提供するべく、企業向けサービスの開発に至りました。

■調査結果サマリー

- ・仕事や職場に関する悩みの頻度について、毎日悩む・数日おきに悩むと回答した人が約5割(54.6%)
- ・仕事や職場に関する悩みを誰かに相談することについて約6割(58.5%)が“抵抗がある”と回答、男性:60.4%、女性:39.6%で男性の方がやや多い傾向
- ・「職場に行きたくない」「不安があり寝れない」と感じる程、心理的な不調を感じた経験がある人が全体の72.8%
- ・仕事や職場での悩みやストレスの相談相手として「友人(31.6%)」「パートナー(30.1%)」「家族(28.7%)」と相談相手は社外の人が上位に

特に職場での人間関係についての悩みにおいて「精神的ストレスを感じる対応をされる(31.2%)」との回答が最も多く、日常的なマイクロアグレッション(日常的に発生し得る”無意識の行動や言葉に何気なく表れる差別や偏見)や代表性の欠如*などが関係していると推測されます。専門家によるメンタルヘルスケアにより、精神的な不調者を救うだけのサービスではなく、精神的な領域で不利な状況の人にとっても活躍できる環境や機会を提供する「ダイバーシティ&インクルージョン(Diversity & Inclusion)*」の推進にも寄与することを目指しています。

*典型的と思われるものを判断の基準、答えとして転用すること *ダイバーシティ&インクルージョン:個々の「違い」を受け入れ、生かしていく社会の実現

■企業向けサービスの概要

<基本サービス内容>

- ・相談者はメールアドレスの登録のみ、匿名で相談が可能
 - ・無制限で相談可能なサブスクリプション型(月額 22,000 円(税込)、2 週間トライアル: 8800 円(税込))
 - ・運営による選考を通過した心理資格保持のカウンセラーのみが所属(精神科医や公認心理師、臨床心理士等)
 - ・カウンセラーとのコミュニケーションはチャット形式がメインでビデオ通話も可能
 - ・カウンセラーは権威性のある資格保持者のみ
 - ・事前予約不要で 24 時間 365 日、利用開始、カウンセラーへの連絡が可能*
 - ・運営がカウンセラーを紹介するのではなく、利用者とカウンセラーのオンラインマッチングのため、登録から相談開始まで 30 分以内が 8 割
- * カウンセラーはメッセージを受け取ってから、12 時間以内を目安に返信。 * 週に 2 日のカウンセラー一定休日があります

<企業向けサービス特徴>

・固定費、管理コスト 0

従業員が各自でクーポンを発行する仕組みのため、管理コストがかかりません。また従量課金のため固定費もかかりません。(利用上限額や企業負担額を設定可能)

・パワハラ防止法対応

2022 年 4 月 1 日より中小企業についても義務化されるパワハラ防止法に対する措置としての外部の相談窓口としてご利用いただけます。

・相談者(社員)の情報は企業にも非開示

相談内容は企業の担当者に伝わることなく、企業担当者は大まかな相談内容のカテゴリを月末のレポートで知ることができます。

<サービス URL> <https://www.unlace.net/business>

<サービスの流れ>



1. 登録・設定

登録・設定にかかる時間は最短5分でオンラインで完了します。設定が完了した直後からサービスをご利用いただけます。

2. 従業員への告知

設定が完了したらクーポン発行ページを従業員に共有しましょう。また共有の際には「ネガティブなことがあり導入する」のではなく、D&Iのための導入と伝えていただくのがお勧めです。(下記参照)

3. 従業員の利用

設定したドメインのメールアドレスを入力すると、クーポンコードが届くシンプルな仕組みを採用。従業員は簡単にクーポンを受け取れます。



尾林 晋史
精神保健指定医、日本医師
会認定産業医

■Unlace 顧問の精神科医尾林先生コメント

職場の人間関係についての悩みは、いつの時代にも根深く、自己理解やキャリアについての悩みは、近年、より深刻度を増しています。コロナ禍も後押しし、働き方やキャリア形成が複雑化する中で、これらの悩みは、増えることはあっても、減ることはないでしょう。精神科医としても、産業医としても、相談へのハードルの高さを感じている人は多いものの、そのハードルを越えた先には、相談者の確かな安心や安堵を感じます。相談相手としての信頼度は高く、相談に対する抵抗感は小さい。そんな頼れる身近な伴走者が、強く求められている時代なのではないでしょうか。

■ebook “人事労務が最低限知っておくべき従業員のメンタルヘルスケア”

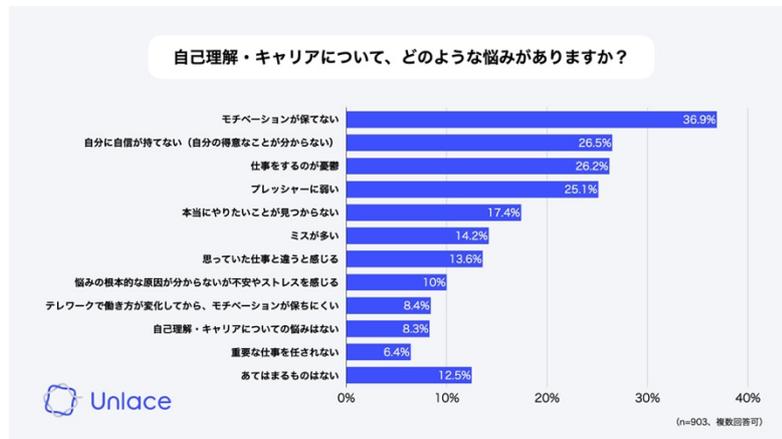
企業が対応すべき従業員に対する基本のメンタルヘルスケアの方法から、2022 年 4 月に中小企業でも義務化されるパワハラ防止法への対応までをまとめた人事労務担当者への資料をダウンロードいただけます。

【ebook ダウンロード URL】 <https://forms.gle/3PgaW2wunTaArdRH6>

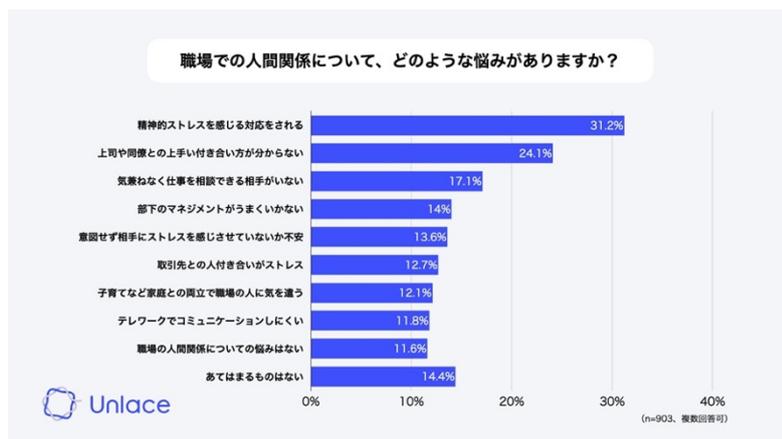
■調査結果

<悩みの種類>

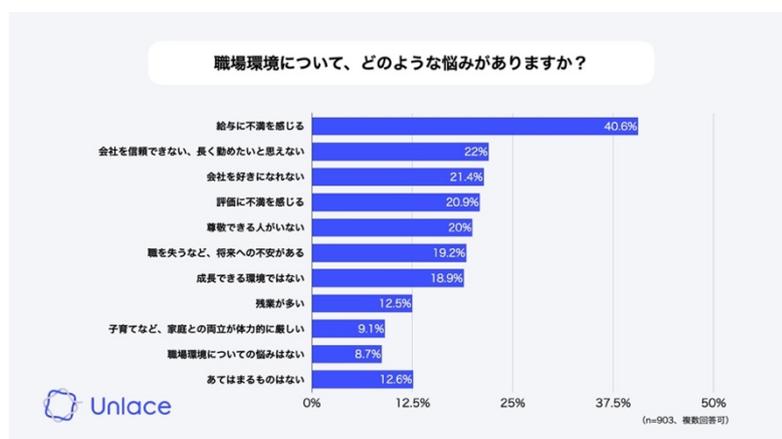
・【自己理解・キャリアについての悩み】1位「モチベーションが保てない(36.9%)」2位「自分に自信が持てない、自分の得意なことが分からない(26.5%)」3位「仕事をするのが憂鬱(26.2%)」



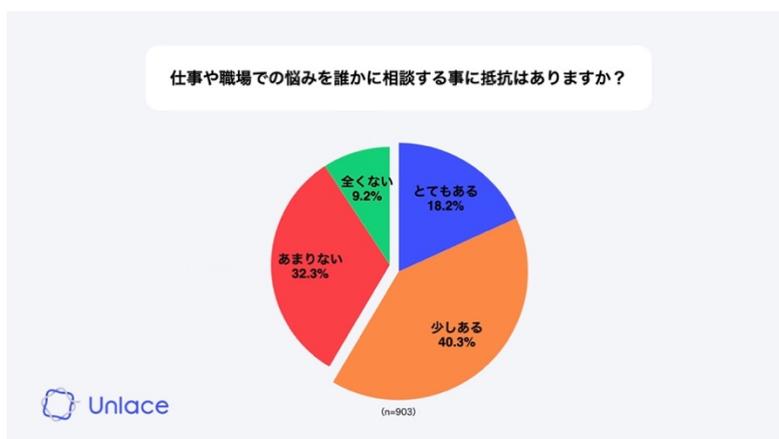
・【職場での人間関係についての悩み】1位「精神的ストレスを感じる対応をされる(31.2%)」2位「上司や同僚との上手い付き合い方が分からない(24.1%)」3位「気兼ねなく仕事を相談できる相手がいない(17.1%)」



・【職場環境についての悩み】1位「給与に不満を感じる(40.6%)」2位「会社を信頼できない、長く勤めたいと思えない(22.0%)」3位「会社を好きになれない(21.4%)」



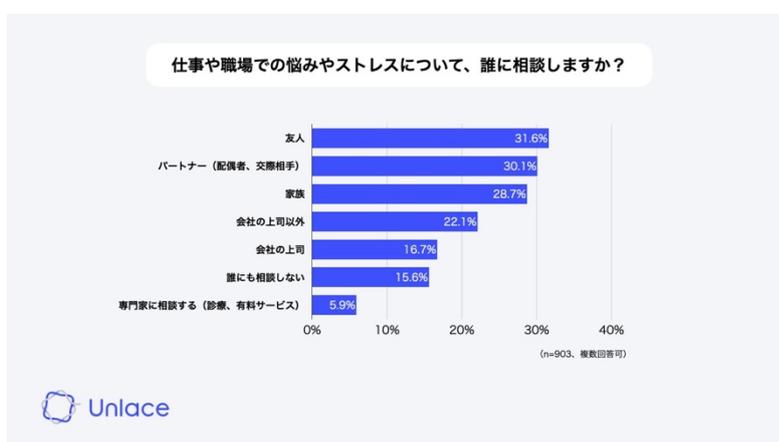
・仕事や職場での悩みを誰かに相談することについて、**約 6 割(58.5%)が”抵抗がある“**(とてもある 18.2%、少しある 40.3%)と回答、男性:60.4%、女性:39.6%で男性の方がやや多い傾向



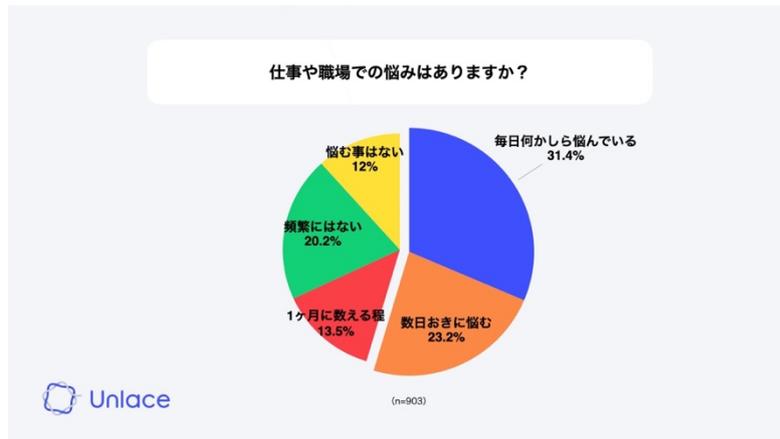
・悩みを相談することへの抵抗感、上位の理由は「相談しても解決するイメージがつかない(41.3%)」「相談できる人がいない(27.7%)」「人に弱みを見せることに抵抗がある(27.3%)」



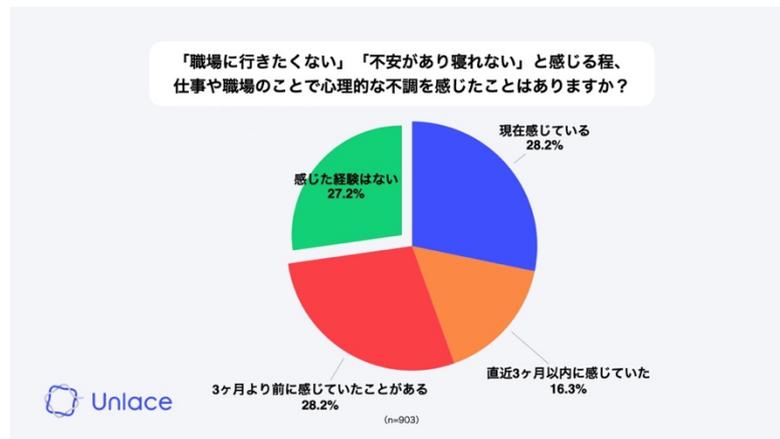
・仕事や職場での悩みやストレスの相談相手として「友人(31.6%)」「パートナー(30.1%)」「家族(28.7%)」と相談相手は**社外の人**が上位に



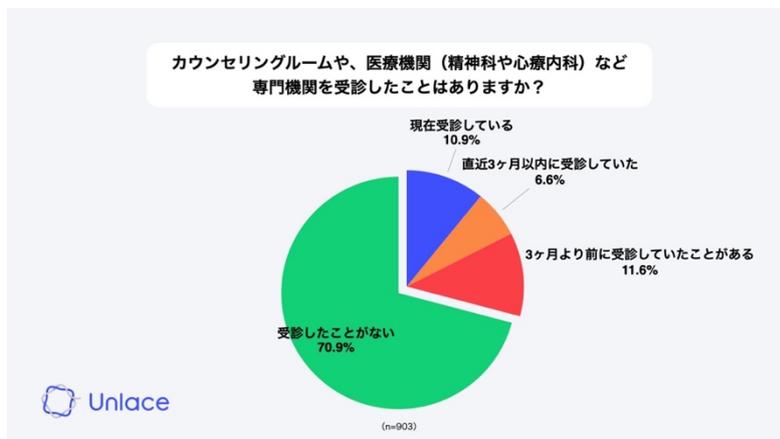
・仕事や職場に関する悩みの頻度について、毎日悩む・数日おきに悩むと回答した人が約5割(54.6%)



・「職場に行きたくない」「不安があり寝れない」と感じる程、心理的な不調を感じた経験がある人が全体の72.8%



・カウンセリングルームや、医療機関(精神科や心療内科)など専門機関の受診について、「現在受診している」「直近3ヶ月以内に受診していた」と回答した割合は男性61%、女性39%



■「働く人の悩み調査」概要概要

<調査の方法>インターネット調査

<調査対象者>全国の就業者(20歳~59歳)

<有効回答数>1075名(男性:544名、女性:531名)

<調査実施日>2021年09月13日~2021年09月20日

▼「Unlace(アンレース)」について

当社は2020年12月から心理資格を持つカウンセラーによるチャット形式でのオンラインカウンセリングサービス「Unlace」をスタートさせました。心理資格を持つカウンセラーによるオンラインカウンセリングサービス「Unlace」は紹介型のサービスではなく、資格保持カウンセラーと相談者のマッチング型サービスにすることで、相談者が必要性を感じた時にいつでも匿名で相談できる即時性と手軽さを目指したサービスを展開しています。

▼「Unlace(アンレース)」利用者エピソード

<https://www.unlace.net/testimonial/>

<会社概要>

社名:株式会社 Unlace

所在地:東京都渋谷区道玄坂1-2-3 17階

代表者:前田康太

設立:2020年1月10日

URL :<https://about.unlace.net/>

事業内容:Unlaceの開発・運営