

パワーハラスメントの克服過程の研究

The process of overcoming workplace bullying

益本 茉奈

Mana Masumoto

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻 修士課程

キーワード：パワーハラスメント、克服過程、被害者支援

Key words : Workplace bullying, The process of overcoming, Victim support

1. 研究目的

パワーハラスメント（以下パワハラ）は被害者の精神健康に多くの悪影響を与えることが分かっており（津野，2016；坂口ら，2014），被害者への早急な対応が求められる。

パワハラ被害者へ介入を行った事例（今北ら，2021；吉谷，2005）により，支援者が被害者の主体的な行動を促す事で克服に向かうことが報告されている一方，被害者自身が経験した克服過程は明らかになっておらず，被害の克服に有効な職場や周囲の態度については十分に検討されていない。

そこで，本研究ではパワハラ被害者の視点からパワハラを克服していく経験について把握し，パワハラ克服の促進・抑制要因を検討する事を目的とした。

2. 方法

〈研究協力者〉パワハラを克服した者2名。

Aさん 25歳 金融職員 役職なし 勤続3年

Bさん 49歳 看護師 役職なし 勤続1年

〈調査期間〉2023年5月～2023年11月

〈調査方法〉半構造化面接法によるビデオ通話でのインタビュー調査を1名に対して3回

〈調査内容〉パワハラが自分の中で問題ではなくなった地点までの経験や感想について

〈分析方法〉本研究では複線径路・等至性モデル（Trajectory Equifinality Model : TEM）による質的分析を用いた。

尚，本研究は大妻女子大学研究倫理審査委員会の承認（番号：05-005）を受けて実施された。

3. 結果

分析の結果，パワハラ克服要因は①パワハラを受けた職場から離れること②安心できる職場を

得ること③パワハラ行為の原因が上司にあると確信すること④自己への信頼感を回復させることの4つであった。

要因①，②は仕事環境に関する事である。克服過程においては2段階で安全な職場を手に入れていることが示唆された。

1段階目ではパワハラを受けた職場から離れる。ストレス源から物理的な距離をとる時点よりも今後被害を受けなくなるという保証を得ることが要点であった。そして，2段階目で安心できる職場を得ることは1段階目で手放した職場を安心できる形で取り戻す過程であった。すなわち，パワハラ被害の克服にはストレス源から離れるだけでは不十分であり，これから仕事をする自分が安心できる居場所を取り戻す必要があると示された。

要因③，④はパワハラの原因帰属に関する事であった。被害者はパワハラを受ける中で〈他罰的な気持ち〉と〈自罰的な気持ち〉という形で葛藤が生じている。③パワハラ行為の原因が上司にあると確信する事で〈他罰的な気持ち〉が肯定され，④自己への信頼感を回復したことで〈自罰的な気持ち〉が否定されたと考えられる。

また，③パワハラ行為の原因が上司にあると確信するためには上司に対する自分の中の認知を変容させる1段階目と，自分の上司に対する認知を他者から保証される2段階目が存在した。

さらに，④自己への信頼感を回復させる事はパワハラ被害を受けている最中には行われなかった。ここから，自己への信頼感の回復は自分一人では成しえず，これから生きていくために社会人としての自分を他者から評価される事が重要だということが示唆された。

4. 考察

パワハラ被害者への支援は、これ以上被害を受けないよう保証し、被害者の安全を確保した後、安心して仕事ができる職場を用意する事が仕事環境への対処として挙げられる。

また、被害者一人ではパワハラの原因帰属を判断できないことが本調査で明らかとなった。パワハラの原因が上司にあり、被害者にはないと他者が保証することが重要である。さらに社会人としての被害者を肯定的に評価する事が、被害者の自己信頼感の回復に役に立つことが考えられる。

5. 主要参考文献

- [1] 今北 哲平・竹田 伸也・田治米 佳世 (2021). パワハラにより PTSD を発症した女性に対する認知行動療法 一価値に沿った行動の拡大と QOL の向上— 認知行動療法研究, 47, (2), 167-179.
- [2] 吉谷優子 (2005). 職場でのパワーハラスメント被害から回復した事例 アディクション看護, 2, (2), 44

付記

本研究は大妻女子大学人間生活文化研究所の研究助成 (DB2339) 「パワーハラスメントの克服過程の研究」を受けたものです。

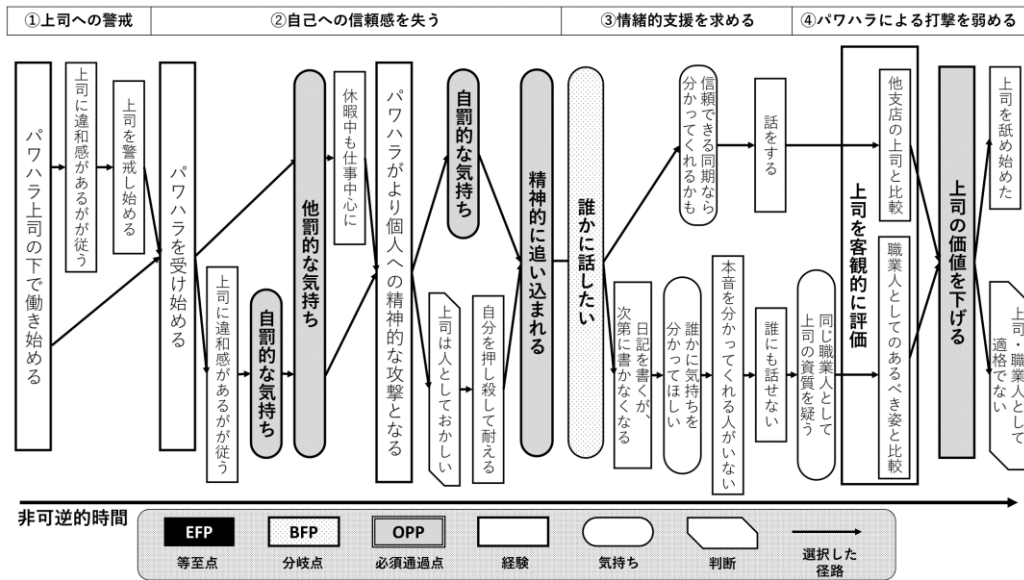


図 1. パワハラの克服過程 (①上司への警戒～④パワハラによる打撃を弱める)

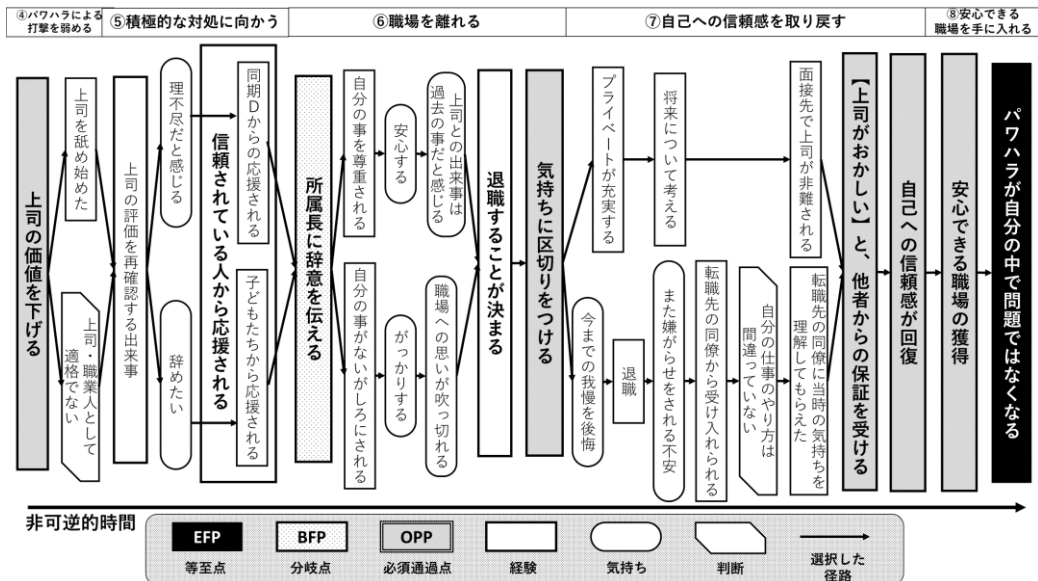


図 2. パワハラの克服過程 (⑤積極的な対処に向かう～⑧安心できる職場を手に入れる)