

ストレスチェックリスト（団体用）

宮城県子ども支援会議

支援活動をする際、団体／組織には、活動を行うスタッフのストレスを管理し、スタッフが燃え尽きることなく、安全に活動を行えるよう組織的な取り組みをする必要があります。支援活動を無理なくできるよう、以下のチェックリストをご活用ください。

1) スタッフおよびボランティアへの支援とストレスマネジメント
<input type="checkbox"/> スタッフ(ボランティアも含む)のストレスに対応するための具体的かつ明確な方針と計画がありますか。
<input type="checkbox"/> スタッフの休暇を保障していますか？(具体的な休暇のシステムを作って、実行していますか？)
<input type="checkbox"/> 労働基準法では週 40 時間を超えての労働を禁じています。時間外勤務についても定めています。これらを順守していますか？(また、就業時間が 12 時間以上になる日が 5 日以上連続してある場合には、通常の休暇に加え、5 日ごとに半日の休みをとらせなければなりません。)
<input type="checkbox"/> スタッフの精神医学的訴え(精神的な不調の訴え)に対して対応できるような専門家による支援体制を確保していますか？また、それをスタッフが利用しやすいように情報を与えていますか？
<input type="checkbox"/> 極度のストレスにさらされたスタッフ(惨事の経験や目撃など)がいる場合、適切なセルフケアや専門家の援助が受けられる体制をとっていますか？
2) 活動に向けたスタッフおよびボランティアの準備
<input type="checkbox"/> スタッフおよびボランティアを採用するときに適切な選考をおこないましたか？
<input type="checkbox"/> 活動する地域・コミュニティの文化的社会的背景について、適切な情報をスタッフおよびボランティアが得て、理解していますか？
<input type="checkbox"/> 業務の目標、活動内容を明確にしていますか？またそれらの最新のものがスタッフおよびボランティアに伝わっていますか？
<input type="checkbox"/> 起こりうるストレスについての教育、対処法などの研修などをスタッフおよびボランティアに行いましたか？
<input type="checkbox"/> 就業時間を 8 時間以内におさめるよう監督していますか？
<input type="checkbox"/> スタッフ間の連絡方法を明確にしていますか？
<input type="checkbox"/> スタッフのうち誰かが、ストレス管理や心理的応急処置(PFA)などの心理的なピアサポートに必要な知識を得る研修を受けていますか？
3) 継続的なスタッフおよびボランティアへの支援と管理
<input type="checkbox"/> 活動前後、活動中の報告や話し合いの場を毎日あるいは定期的に設け、全員が参加していますか？
<input type="checkbox"/> 特に心理ケアスタッフに対して十分な技術指導(スーパービジョンや研修)などを行っていますか？
<input type="checkbox"/> ストレスチェックを定期的に行っていますか(1ヶ月に1回、3ヶ月に1回など)
<input type="checkbox"/> スタッフの活動に際しての安全面、衛生面、健康な生活習慣を配慮していますか？

<出典>

*Managing stress in the field

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies

*IASC Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings (災害・紛争等緊急時における精神保健・心理社会的支援に関する IASC ガイドライン)

*Psychological First Aid, guide for field workers (August 2011 in English)