

문서번호	안전관리처-998
보존기간	준영구
결재일자	2016.02.26.
공개여부	공개
방침번호	이사장직무대행 방침 제 65호

★과장	팀장	안전관리처장	경영전략본부장	이사장직무대행
협 조				

「행복한 삶, 건강한 일터 만들기」

2016년 직원 정신건강 개선계획

2016.

「행복한 삶, 건강한 일터 만들기」 2016년 직원 정신건강 개선계획

공단 특성에 최적화된 맞춤형 프로그램을 도입하여 각종 직무스트레스와 정신적 불안요인을 제거할 수 있도록 체계적으로 추진함으로써 정신건강 증진 및 행복하고 건강한 일터를 구현함으로 대시민 서비스와 업무능률 향상에 기여코자 함

* 관련근거 : 2016년 주요사업(핵심사업, 예산)

I 기본방향

- 직무스트레스 조사결과를 반영한 다양한 정신건강 개선프로그램 추진
 - 주요 스트레스 원인에 대한 문제점 및 해소방안이 될 수 있는 프로그램 도입
- 직원과 가족이 함께 참여할 수 기회 확대 및 다양한 주제를 설정하여 심리 안정 및 업무효율 극대화
 - 가정문제에 대한 심리상담 대상 확대 및 다양한 가족단위 프로그램 도입

II 추진배경

- 다양한 정신건강 프로그램 진행으로 지속적으로 스트레스 위험도의 고위험군이 감소하고 있으나, 여전히 직장인 평균보다 높음
 - 고위험군(2015년) : 1차(24.2%), 2차(18.1%) *직장인 평균 : 16.3%
- 각종 프로그램의 참여기회 확대 및 프로그램의 질적 향상 필요

○ 산업안전보건법상 직무스트레스에 의한 건강장해 예방조치 필요

관련 법령

◆ 산업안전보건법 제5조(사업주의 의무)

사업주는 근로자의 신체적 피로와 정신적 스트레스 등으로 인한 건강장해를 예방하기 위해 사업장의 유해·위험요인을 파악하고 관리·개선조치를 취해야 함.

◆ 산업안전보건기준에 관한 규칙 제669조(직무스트레스에 의한 건강장해 예방 조치)

사업주는 근로자의 직무스트레스로 인한 건강장해 예방 위해 근로조건 개선, 복지 지원, 건강증진 프로그램 시행 등 다양한 조치를 취해야함.

III 추진방향





직무스트레스 조사 및 심리상담 용역 추진

- 목 적 : 스트레스 조사결과에 따라 개인별 심리상담을 연계할 수 있도록 일원화하고, 직원 뿐만 아니라 부부, 자녀에게 가정 문제에 관한 심리상담 기회를 제공하여 가족친화를 통한 정신건강 개선 및 업무몰입도 극대화
- 추진내용 : 직무스트레스 조사 및 심리상담 지원서비스
- 소요예산 : 19,000천원

□ 직무스트레스 조사

- 대 상 : 전직원
- 추진내용 : 년 2회 정기적 온라인 스트레스조사 실시
 - 조사항목 : 직무 중 발생하는 스트레스(직무 요구도·자율성·불안정, 관계갈등, 조직체계, 보상부적절, 직장문화) 조사 및 일상생활 스트레스(불안, 우울, 분노, 신체화) 수준 파악
- 결과활용
 - 개인별 스트레스 조사 후 희망 시 심리상담 지원서비스 제공
 - 조직단위 스트레스 수준 종합분석 후 결과 중 관계갈등 항목에 한해 직위자 근무평정 반영(기획조정실)
 - 직무스트레스 조사결과의 부정적 요인을 해소할 수 있도록 다양한 프로그램 연계 추진

□ 심리상담 지원서비스

★대상확대

- 대 상 : 전직원 및 직원 직계가족

*가족희망자(부부, 자녀)는 가정문제에 한해 상담 지원(년4회)

- 심리상담 영역 : 직장, 개인, 가정 내 직면한 다양한 문제

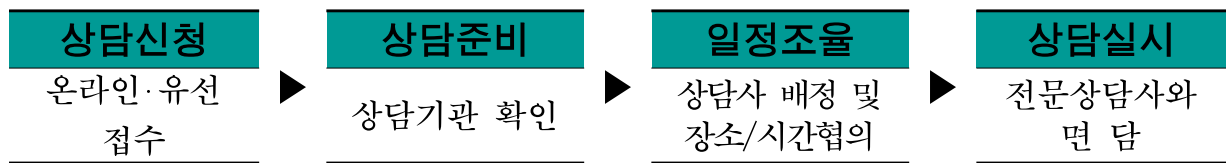
직무관련	직무스트레스, 업무부적응, 대인관계, 경력개발 등
감정관리	스트레스 관리, 우울·분노, 감정조절 등
기 타	가정, 자녀, 부부, 건강상담 등

- 방 법 : 상담기관 전문상담사 1:1 대면/이메일/전화상담

- 장소·시간 : 신청자 희망 장소 / 회당 50분 이내

※ 대면상담의 경우 상담실, 회사, 자택근처 등으로 상담사와 사전조율

- 이용절차



☞ 증상이 고도인 경우 의료기관과 연계 집중치료 유도



1day 힐링 프로그램 추진

- 목 적 : 단시간 내 치유, 힐링할 수 있는 프로그램 제공

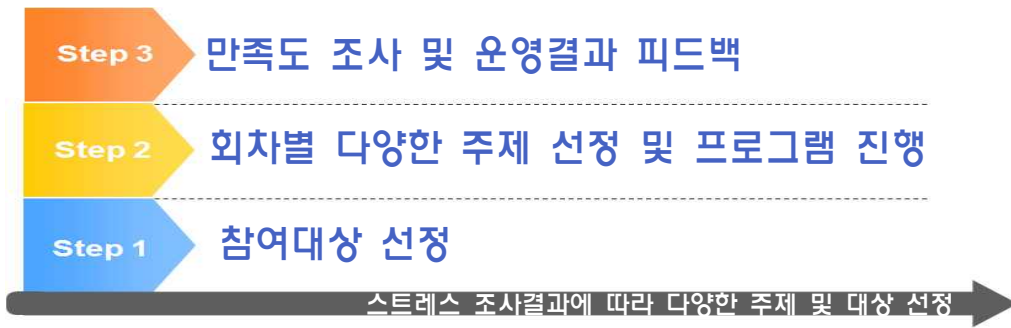
- 대 상 : 희망직원 및 직원 직계가족

- 기 간 : 회당 4~8시간(1일 근무시간 기준) 이내

- 인 원 : 회차별 15~20명 내외

- 희망직원 개별참여는 물론 직무스트레스 조사결과 중 '관계갈등' 요인에 대한 결과를 반영하여 그룹별(팀,소 단위 등) 참여지원

- 운영방법 : 전문기관 위탁 + 자체운영



- 프로그램 구성 : 그룹 구성원 업무, 성별 등 특성에 맞게 구성

휴 식 형	영화감상, 연극관람, 공원나들이, 박물관 등
체 험 형	미술치료, 체험 예술활동 등

- 운영장소 : 본사, 사업장내 공간 및 대외 시설 활용
- 소요예산 : 10,000천원

□ 미술심리치유 프로그램 운영

★대상확대

- 추진내용 : 미술색칠을 통한 심리상태 개별 파악 및 상담지원
- 대 상 : 직원 및 직계가족
- 운영방법 : 본사 및 대규모 사업장 방문지원을 통한 미술치유 및 외부 카페(가족동반)방문을 통한 개별 참여 지원
- 운영기간 : 5월 ~ 10월

□ 각종 문화행사 및 공연 참여 지원

★신 규

- 추진내용 : 가족과 함께 즐길 수 있는 각종 문화공연 참여기회 제공
- 대 상 : 부서(팀,소)단위 및 개별 가족 지원
- 운영방법 : 년 중 다양하게 개최되는 공단 사업장 문화공연 및 관계갈등, 가족친화를 주제로 하는 다양한 공연 참여지원
- 운영기간 : 5월 ~ 10월



사내 힐링마당 ‘행복한 일터’ 운영

- 목 적 : 사내 소통의 장 마련 및 전반적인 힐링, 치유 분위기 조성
- 일 정 : 연중 운영
- 추진방법 : 공단 전자결재 게시판 및 사내 메일 이용하여 게시 및 공람
- 스트레스 관리법, 심리상담 서비스 홍보 등 전문정보 게시·공유



정신건강개선 전문실무자 양성

- 교육과정 : 각종 직무스트레스 관리 실무
- 일 정 : 안전보건공단 지역본부 교육일정(3월 확정)에 의함
- 대 상 : 근무환경개선팀 3명
- 소요예산 : 비예산
- 교육기관 : 안전보건공단 (서울지부)

2

스트레스 관리 휴(休) 프로그램 테마 확대운영

- 대 상 : 직원 및 가족(지원자) ★대상확대
- 추진내용 : 합숙형 스트레스관리 휴(休)프로그램 추진
 - 만족도조사 시 지속적으로 건의된 직원 휴연수 기간 확대
 - 직원 휴연수 참여기회 증대 등 양적 성장과 함께 프로그램 질, 내용, 기간 확대를 우선으로 추진
 - 과년도 호응이 높았던 ‘직원+가족’ 캠프를 ‘부부’ 참여로 확대 운영
 - 서로 알아가고 이해하고 소통하기 위한 가족친화 프로그램 구성
- 추진일정 : 연 3회

참여대상	직원+간부	가족캠프	부부(夫婦)
추진일정	5월~6월	7~8월	9~10월

○ 운영방법 : 힐링프로그램 전문기관 위탁

- 회차별 다양한 주제에 따른 장소 및 관련 전문기관을 선정하여 참여 유발
- 교육적 활동을 지양하고, 쉼과 재충전을 위한 프로그램 구성 및 운영
- 부서별 인원 배분 시 직무스트레스 결과를 반영하여 참여자 선발
- 다양한 주제, 장소 및 질 높은 연수시설을 직원들에게 제공하기 위해 회차별 별개의 전문기관과 수의계약 체결



○ 소요예산 : 56,000천원

V 행정사항

○ 각종 정신건강 프로그램 추진 시 개별 세부 운영계획 수립 및 추진

- 부서별 업무특성을 고려하여 프로그램 운영 시기, 대상자 선정

추진과업		수행일정			
		2~3	4~6	7~9	10~11
정신건강 개선 계획 수립		■			
근로자 지원 프로그램 (EAP) 실시	직무스트레스 조사		■		■
	전문기관 연계 심리상담 서비스	■			
	스트레스 개선 각종 힐링프로그램	■			
스트레스 관리 휴(休) 프로그램 운영			■	■	■

*인재개발원 교육 일정 등 협의 추진

붙임 ; 2015년 정신건강 개선사업 추진실적 1부. 끝.