＜具体例・様式例＞

＜面接指導自己チェック表の例＞

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 仕事の過重性・ストレスについて（該当項目をチェックしてください） | | | | |
|  | そうだ | まあ  そうだ | やや  違う | 違う |
| １）労働時間（残業時間）が長い | □ | □ | □ | □ |
| ２）不規則勤務である | □ | □ | □ | □ |
| ３）拘束時間の長い勤務である | □ | □ | □ | □ |
| ４）出張が多い業務である | □ | □ | □ | □ |
| ５）交替勤務が多い | □ | □ | □ | □ |
| ６）深夜勤務が多い | □ | □ | □ | □ |
| ７）人間関係のストレスが多い業務である | □ | □ | □ | □ |
| ８）作業環境について | □ | □ | □ | □ |
| 温度環境がよくない | □ | □ | □ | □ |
| 騒音が大きい | □ | □ | □ | □ |
| ９）精神的緊張性の高い業務である | □ | □ | □ | □ |
| 自分または他人に対し危険度の高い業務 | □ | □ | □ | □ |
| 過大なノルマのある業務 | □ | □ | □ | □ |
| 達成期限が短く限られている業務 | □ | □ | □ | □ |
| トラブル・紛争処理業務 | □ | □ | □ | □ |
| 周囲の支援のない業務 | □ | □ | □ | □ |
| 困難な新規・立て直し業務 | □ | □ | □ | □ |
| 業務に関連しないストレスについて（家庭問題等） | | | | |
| □低い 　　 □高い | | | | |