

〈ISO 45001 OH&S 職安衛連載專欄 3〉



職場心理健康

近年來，心理健康領域因日益受到主流的關注而受益。因此，職場心理健康的議題也更受重視。BSI 與企業健康工作者公司(Corporate Health Works, Inc.) 的 Norma McCormick，以及諾丁漢大學組織健康與發展中心 (Centre for Organizational Health & Development, University of Nottingham) 的職業健康與政策教授 Stavroula Leka 一起談論關於如何用標準來處理這項重要的議題。



問 您為何認為職場的心理健康與安全在近年來日益受到關注？

NORMA：近期我們談論心理健康的方式有所轉變，這意味著這不再是甚麼難以啟齒的事——人們不再認為這是必須隱瞞或否認的事。同時，人們也越來越能理解心理健康如何直接影響我們生活的各個層面。

STAVROULA：我認為社會經濟背景發揮了重要作用，特別是自上次金融危機以來。隨著工作保障的惡化和工作變得更加緊張，精神健康狀況不佳的情況也隨之增加。我們還看到了新形態僱傭關係的興起，例如英國的零時契約 (zero-hour contracts) 和歐洲的彈性安全模式 (flexisecurity model)，這兩種形態都讓員工更難主張其工作條件和權益。

問 在現代的職場中，影響心理健康的關鍵因素為何？

STAVROULA：研究人員提到了工作場所的「心理社會」層面。這可以涵蓋從工作日程、時程表、安排任務方式的靈活度和工作與生活平衡，以及所涉及的人際關係等任何內容，一個健康的工作場所涵蓋這所有層面，它可以促進員工的長期健康和福祉，以及組織的永續發展。

問 除了道德上的考量外，為何企業應關注職場的心理健康？

NORMA：心理健康欠佳對長期的經濟前景構成嚴重威脅。根據一項近期的研究指出，除非採取重大行動，否則心理健康疾病在 2010 至 2030 年間可能會為全球經濟帶來高達 16 兆美元的支出。¹

STAVROULA：我認為近年來雇主已逐漸意識到心理健康對營運的影響。壓力導致較高的缺席率，以及績效欠佳和生產力下降——你可以快速瞭解到這將如何影響長期的組織成功。另一方面，促進工作中的福祉意味著促進參與、履行和績效。

問 若講到改善職場心理健康，企業主要的挑戰是什麼？

NORMA：每個組織都有各自的工作環境要求和員工的心理健康狀況。一般來說，較大的公司已經有專門的人力資源專家來專注於這些挑戰，而較小的公司則會更加耗費時間和資源在健康和福利管理方面。

然而，大型和小型組織能夠開始管理職場心理健康的過程都是相同的——找出主要的風險因子，接著評估可以做什麼來改變工作環境。對企業主來說，第一部分往往是最困難的，因為這涉及對其營運和做法進行公開和誠實的評估。

STAVROULA：有時用於討論這些問題的術語和語言是影響進步的一個主要實際阻礙。儘管相關意識已逐漸提升，但在討論心理健康仍舊比較敏感的工作場所，對於管理者而言將話題重點放在如：工作組織的貢獻議題上要來得容易許多，而非使用仍然可能引發不安的術語，如「工作壓力」或「精神疾病」，探討精神不健康的來源應該列為優先事項。

問 標準如何能在促進職場心理健康方面發揮作用？

NORMA：標準可為企業面對職場心理健康帶來重大影響。2013 年 1 月發布的加拿大職場心理健康與安全國家標準 CAN/CSA-Z1003-13/BNQ 9700-803/2013 是全世界第一個相關標準²。許多加拿大的大型組織目前正使用這項標準來建立其營運核心的預防性流程³。

¹ <https://www.mentalhealthcommission.ca/English/what-we-do/workplace/national-standard>

² https://www.mentalhealthcommission.ca/sites/default/files/2017-03/case_study_research_project_findings_2017_eng.pdf

³ <https://www.reuters.com/article/us-health-mental-global/mental-health-crisis-could-cost-the-world-16-trillion-by-2030-idUSKCN1M12QN>

STAVROULA: 過去十年，建立此領域的標準趨勢正在增長。如同其他國家，澳洲已依其《工作健康與安全法》發展並推廣心理健康的重要性。BSI 在 2011 年發布了 PAS 1010 管理職場心理風險的指引標準，而其他國家，如義大利、日本、瑞典、西班牙和愛爾蘭亦有其框架和工具。

“標準對企業在工作場所處理心理健康的方式產生巨大影響。”

NORMA: 在國際上，我們有即將推出的 ISO 45003，該標準著重於工作場所的心理健康與安全，預計將在 2021 年發布。ISO 45003 制定的目的是作為 ISO 45001 的補充，將協助組織釐清其特定營運模式的責任，並誠實地評估可能會對心理健康產生負面影響的問題，以解決任何目前面對這些問題的難處。未來，此標準將提供關於實施預防性管理架構的指引，以改善職場的心理健康。

STAVROULA: 該標準亦要求組織對其施行措施所造成的影響進行控管，並持續蒐集員工的意見。這將強調取得良好進展的「領先指標」，以及需多加關注的「落後指標」。這些指標可包含例如：病假的天數和病因。

問 展望未來，ISO 45003 的目標是什麼？

NORMA: 儘管過去十年已推出多個國家標準和工具包，但 ISO 45003 將會是第一個解決職場心理健康的國際標準。我相信，範圍更廣、受信賴程度更高的國際標準將幫助更多的組織解決這一關鍵問題。

STAVROULA: 我很樂見 ISO 45003 作為補充 ISO 45001 的指引，ISO 45001 是涵蓋範圍較大的職業安全衛生標準。很重要的是，心理健康不再僅僅作為個人問題來處理，透過努力改善：發展心理健康的工作環境是創造正向改變的關鍵。ISO 45003 預示我們正朝著重於預防的作為邁進。●



 連結網頁	新版標準驗證&購買 infotaiwan@bsigroup.com 02-2656-0333	 連結網頁	新版教育訓練 training.taiwan@bsigroup.com 02-2656-0333
---	--	---	---

● 洽詢 BSI | 稽核驗證、產品測試、BSI 訓練學苑、VerifEye 認證平台、BSOL 標準資料庫

BSI英國標準協會

T: +886 2 2656 0333 | E: infotaiwan@bsigroup.com | www.bsigroup.tw