

【香港】 2024年8月14日

働く人の半数が燃え尽き症候群、アクサ調査

香港で働く人の半数が、極度の疲労が原因で急激に仕事への意欲や熱意をなくす「燃え尽き症候群（バーンアウト）」に陥っていることが、フランス保険大手アクサの調査で明らかになった。

調査は昨年11～12月、香港で働く18歳以上の約770人を対象に実施した。「燃え尽き症候群に陥っている」との回答は49%に上り、前年の調査時に比べ27ポイント上昇。このうち専門家に助けを求めた人の割合は16%にとどまった。

過去に経験したメンタルヘルスの不調時に現れた症状を尋ねると「過度の疲労、無気力」（61%）、「コントロール不能なストレス、不安」（52%）、「集中力や意思決定能力の低下」（51%）、「睡眠障害」（49%）、「食生活の乱れ」（39%）などが挙げられた。

仕事による疲労を会社に報告した場合、積極的な対応が得られると考える人は53%だった。また、63%は企業が提供するメンタルヘルスケアにつながる福利厚生や対策が、今の仕事を続けるかどうか検討する際の重要な判断材料になると回答した。