

スポーツの世界におけるパワーハラスメント、通称「スポハラ」は、指導者が選手や同僚に対して行う不適切な言動や行為を指します。以下に代表的な事例をいくつかご紹介します。

■ スポーツ指導におけるパワハラの例

1. 暴言・人格否定

- 「お前は才能がない」「辞めた方がいい」「恥さらしだ」などの侮辱的な言葉。
- 他の選手の前で名指しで叱責し、恥をかかせる。

2. 過度な身体的指導

- 正当な指導を超えた暴力（殴る、蹴る、物を投げるなど）。
- 怪我をしている選手に無理な練習を強要する。

3. 不公平な扱い

- 特定の選手だけを試合に出させない、練習に参加させない。
- 成績や実力に関係なく、私情で評価を下げる。

4. 私的な雑用の強要

- 練習後に指導者の私用（買い物、掃除、送迎など）を命じる。
- 部活動の枠を超えた私的な奉仕を強要する。

5. 過度な精神的圧力

- ミスをした選手に長時間の説教や無視。
- 成績不振を理由に退部をほのめかす。

6. 性的・ジェンダー的なハラスメント

- 容姿や性別に関する発言（「女だから根性がない」「男のくせに泣くな」など）。
- 更衣室や身体に関する不適切な言及。

■ 特徴と注意点

- スポハラは、「指導」という名目で行われるため、正当化されやすい傾向があります。
- 被害者が未成年である場合、保護者や学校、クラブの責任も問われることがあります。
- 最近では、スポーツ庁や各競技団体がハラスメント防止ガイドラインを策定しています。

パワーハラスメント（パワハラ）は、職場において職務上の優位性を背景に、業務の適正な範囲を超えて精神的・身体的苦痛を与える行為と定義されます。以下に、一般的な事例をいくつかご紹介します。

■ 一般的なパワハラの事例

1. 暴言・人格否定

- 「お前は使えない」「頭が悪い」「辞めた方がいい」などの言葉で、人格を否定する。
- 会議中や他の社員の前で侮辱する。

2. 過剰な業務命令

- 明らかに達成不可能なノルマを課す。
- 他の社員よりも極端に多い業務量を一人に押し付ける。

3. 業務妨害・排除

- 意図的に仕事を与えない（「仕事を干す」）。
- 会議や情報共有から除外する。

4. 私的な雑用の強要

- 上司が部下に私用の買い物や送迎を命じる。
- プライベートな用事を業務として扱う。

5. 身体的な攻撃

- 机を叩く、物を投げる、肩を叩くなどの威圧的な行為。
- 暴力を振るう、またはそのような素振りを見せる。

6. 過度な監視・干渉

- トイレや休憩の回数を細かくチェックする。
- 業務の進捗を異常な頻度で確認し、プレッシャーをかける。

■ 注意点

- パワハラは上司から部下だけでなく、同僚間や部下から上司へのケースも存在します。
- 行為者に悪意がなくても、受け手が苦痛を感じていればパワハラに該当する可能性があります。