

技術者だった私は40歳頃に苦手とする専門外の仕事をすることになった。自分の会社生活の中で一番つらい時期だった。将来のキャリアについて不安を持ち、自分のことに真剣に向き合った。自分で何とかしないとけないと思ひ、ボランティア活動をしていた時に、偶然産業カウンセラーという資格に出会った。

ナビゲーター

た。ちよつど自分が悩んでいたのでカウンセラーという言葉に惹かれて、すぐに養成講座に通つて資格を取得した。

その頃私が関わつていた仕事のプロジェクトが中止になつたので、思い切つて産業カウンセラーの資格を活かした仕事をしたいと申し出た。会社生活の中で自分の意思表示をし

産業カウンセラーの現場から

相談者の思いに共感して伴走する

14

行動して起きる偶然を生かす

たのは初めてのことだつた。その結果人事部へ異動になり、機械から人相手の仕事に180度転換したことで新たな人生がスタートしたような気がした。

最初に取り組んだのが福利厚生の仕事である。社員の意見や要望などを聞き、また労働組合とも話し合いをした。ここで役に立つたのが産業カウンセラーとして学んだ傾聴スキル（相手の話をしっかり聴く）だつた。お蔭でコミュニケーションがうまくとれ、仕事がスムーズにいった。そして次に私の専門性が買われて安全衛生の仕事に取り組んだ。管理職、一般社員向けメンタルヘルス講習を企画

資格取得して良かったこと

して、自ら進んで講師を担当した。まさか自分が講師として仕事をするとは夢にも思わなかつた。また社員のカウンセリングも行った。産業カウンセラーという資格が本業につながる、ようやく自己基盤ができた。

定年になつてからもフリーランスとして仕事をしている。主に中小企業の事業所にメンタルヘルス対策の支援を行うことである。一方地域でもコミュニケーション関連の講師をしている。対象者は福祉・介護関係、民生委員、保護司や一般の方々である。地域生活支援拠点からも仕事をいただいている。仕事以外にも高齢者施設での傾聴ボランティアをし

て、地域との関わりができたことが大きな喜びである。

認知症になつた父親の世話でも産業カウンセラーが非常に役に立つた。特にコミュニケーションにおいて言葉を聴くというよりも気持ちを聴く、また昔の思い出などを話してもらうことを心がけた。産業カウンセラーとしての視点があつたからこそできたことである。

教育心理学者クランボルツは、「偶然の出来事が人のキャリアに大きな影響を及ぼす(Planned Happenstance Theory)」と言つているが、私の経験にも大いにあてはまる。

【日本産業カウンセラー協会中部支部会員
産業カウンセラー キャリアコンサルタント 丸山悟】

(火曜日に掲載)

