

メンタル不調に （ならない）ために

▷ ▷ ▷ 23

「キャリアの問題」が大きく影響

キャリアコンサルティングは「社会正義」をめざす

今回の本連載の最後で、給与、職場の人間関係、自給与、職場の人間関係、自己の将来の活躍計画など、職場で起る出来事を言いますが、メンタルヘルスに大きく影響する「キャリアの問題」について述べてみます。キャリアの問題とは、働く人と仕事とのマッチング、職場での仕事の評価、昇進・昇格、人事異動、

理な差別是正、従業員の心身状態に関する情報の適正な管理等です。ただ法律で規制をかけたとしても、それだけで快適な職場環境が構築できるでしょうか。働き方は人それぞれ異なった思いの上に存在します。現在はいろいろな意味で多様化の時代です。職場で働く人をもつても、正社員、契約社員、派遣社員、パート社員、障がいのある方、日本人だけでなく多くの外国人も一緒に働く環境にあ

合いながら働く人がいる一方、職場によっては働く時間や休日もそれぞれ違ってきます。さらに、人事異動による職場不応や、状況によっては単身赴任を余儀なくされる、職場のコミュニケーションが良くないなど、さまざまな環境の変化が多くの人にストレスを与えてメンタル不調につながっているのが現状です。転職の理由の三大要素は給与の低さ、キャリアの見通しのなさ、人間関係悪化があげられます。これらは「キャリア」に関する問題で、職場環境の問題が引き金となってメンタル不調につながるという



一般社団法人日本産業
カウんセラー
協会 中部支部
副支部長 産
業カウんセラ
ー 2級キャリアコンサル
ティング技能士 国家資格
キャリアコンサルタント
水野清治

【一般社団法人日本産業カウんセラー協会 中部支部 副支部長 産業カウんセラー 2級キャリアコンサルティング技能士 国家資格 キャリアコンサルタント 水野清治】

現在のいろいろな意味で多様化の時代です。職場で働く人をもつても、正社員、契約社員、派遣社員、パート社員、障がいのある方、日本人だけでなく多くの外国人も一緒に働く環境にあ

当協会では職場の労働者の面談をする「産業力ウンセラー」や「キャリアコンサルタント」が多くありますが、個別の面談の中で「個人では解決できない組織の問題」に気づくことがあります。特にキャリアコンサルタントは、その

Social Justice に貢献すべき使命をもっていると言えます。産業カウんセラーやキャリアコンサルタントは、企業と、そこで働く社員の方たちの間に立つて、互いの思いをしっかりと聴き、皆さんが自ら考え新たな仕組みを作り上げる伴走者になれるよう取り組んでいます。