

2021年度が始まり、多くの会社や組織に今年度も新しい社員が入社しました。筆者にも企業や組織から依頼があり、新入社員の面談が始まっています。今年度はリモートでの面談も予定されています。

新入社員も、色々な期待や不安をもって入社してきています。また受け入れる側の企業や組織も、新入社員の可能性に大いに期待す

## ナビゲーター

るのはもちろん、はたして一緒に仕事ができるか、実際に戦力になるか、現実の仕事に「リアリティショック」を感じてやめていくことはないかなど、さまざまな思いが交錯します。その中で、新入社員に対する研修の一環として面談を行うことで、いろんな悩みや仕事や会社、組織に対する思いや、今の自分を語ってもらうています。

面談の目標としては、一つには、個々人の不安の認識と軽減化があります。環境が変わ

回 2

## 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

# 「仕事人生の始まり」に自己を認識

り、仕事で実際に何をやるのかわからないという不安や、人間関係に対する漠然とした不安を抱え、実際に周りの人々に受け入れられるのか、思うように仕事ができるか、自分の体調はどうか、などいろんな悩みが語られます。一方、自信満々すぎる人もいたり、張り切り過ぎて仕事の成果を早く出そうとしたり、わからないまま焦ってしまい失敗する不安定な人もいます。

色々なことを語ってもらうことにより心が落ち着き、意欲のバランスを取り戻し、安定した本来の自分自身を認識するようになる場合が多々あります。結局、それが仕事に対する理解や動機付け、自身がとるべき行動の整理につながります。

実際に会話の中でおこなう一般的な質問

## 新入社員面談

は、「今、実際に困っていること」や、「今後どのようにやっていきたいか」、仕事のプランやキャリアプラン、ライフプランなどです。また、「いままでで良かったこと（理解できたこと）や」「体験したこと、行えたこと、できたこと」を、どんな小さな認識や成果でも語ってもらうことで、「自己効力感」を高める支援を行います。

実務的なアドバイスや情報提供も行います。例えば、体や心の健康維持やバランスに関すること、仕事に対するモチベーション、理解の仕方、人間関係に対する認識や折り合う方法などがあります。アドバイスは筆者が行っている面談の中でも行ないませんが、当然、受ける側の状況と時期によりアドバイスの内容も伝わり方も違ってきます。結果として、

その人にとって効果がある場合がある反面、むしろアドバイスが裏目に出たり、受け手にとって結果として間違っていたりする場合があります。

したがって、アドバイスは、受け手が、数ある意見や情報の一つとして認識してもらえような伝え方を心がけています。その方法としては、言葉の頭に「私は」を付けたり、「会社としては」として主語をはっきりさせる言い方や、語尾に「思う」を付けることで伝えます。いわゆる「I（アイ）メッセージ」で伝えることで、その取捨選択については自分で判断することを促します。

今後の「仕事人生の始まり」にあたって、面談によってより元気になり、企業や組織にとって戦力になり、自立し、自己責任をとれる人間を目指すための支援をしています。

【日本産業力カウンセラー協会中部支部支部長 シニア産業力カウンセラー キャリアコンサルタント 北村孝基】

(火曜日掲載)

