

私は大学を卒業後、20年近く主に航空業界で働いてきた。キャリアが長くなるにつれて、管理職になり、関西国際空港の副支店長職をまかされた。当時は、女性管理職はまだ少なく、ストレスに感じることもあったが、仕事は楽しく、一生この業界で働いていくつもり

ナビゲーター

でいた。40歳を目前に結婚することになり、それも新しい居住地は地元から遠く離れた場所だった。支店がなく、色々考えたが、決心を固め結婚退職という道を選んだ。

新しい生活が始まったものの、これからどうしようか、就職活動か専業主婦かと悩んでいた時、「産業カウンセラー養成講座開講、受講者募集中！」という新聞記事を主人が見

回 19

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

養成講座との出会い

つけ、「勉強してみたら」と勧められた。この記事との出会いが私の転機となった。

講座は企業の人事の方や医療関係の方が多く、私は無職で、これまでの仕事経験は畑違い、基礎知識が皆無の状態からのスタートだった。講座自体は受講者が学びやすいように、産業カウンセラーに必要な知識を学ぶ講義とカウンセリング演習を織り交せて、知識として学んだことを演習でトライできるように工夫されていた。

私が苦戦したのは、カウンセリングの基本である「傾聴」である。これまでは仕事上の確に判断し速やかに指示を出すことが重要

人生の転機

だったため、気持ちに寄り添うことを後回しにして、自分の気持ちにふたをして、「感じることを忘れていくことに気づかされた。

カウンセリングはクライアントの気持ちを受け止め、「共感的態度」で関係性を築くことが重要であり、クライアントを評価することでない。

私はカウンセリングの基本を理解するのに時間がかかったが、傾聴の態度や方法を身につけることは産業カウンセラー、キャリアカウンセラーとして必要なことであり、また社会人として生きていく上で、他者より良

い関係性を築いていく上でも大切で、さまざまな場面で生かしていけると感じている。

7カ月に渡る講座を無事修了し資格取得できたのは、一緒に学ぶ仲間の存在が大きい。これまでほとんど関わる機会がなかった異業種の方々との出会いである。彼らは演習で苦戦する私を受け止めて寄り添ってくれた。彼らの存在があったからこそ、資格取得ができた。今の自分があるように思う。今でも連絡を取り合い、研鑽の機会を持っている。これからこの貴重なつながりを大切にしたい。

人生の転機に産業カウンセラー養成講座と出会い、現在資格を活かし新たなキャリアを歩めていることに感謝している。

【日本産業カウンセラー協会中部支部 北陸事務所キャリア部チーフ 産業カウンセラー キャリアコンサルタント 岡田早代子】
(火曜日掲載)

