

従来わが国では、学校を出て最初に就職した会社に定年まで勤務するのが当たり前で、中途で退職するというのはまれなケースでした。その「生涯で1社主義」が崩れたのは、バブル崩壊後の企業に

## ナビゲーター

よるリストラがスタートでした。会社の倒産で心ならずも退職を余儀なくされた方もありました。

「日経ビジネス」で何十年か前に「会社の寿命は30年」という特集が組まれたことが

◆ 12 ◆

# 人生100年時代に向けたキャリア開発

その考え方と方法

ありますが、今やその寿命はさらに短くなっています。一方、日本人の寿命は延びていますので、会社の存続期間よりも長い期間働くことになり、転職あるいは再就職するのが普通になりました。

再就職のステップは、①自己理解↓②仕事理解↓③啓発的経験↓④意思決定↓⑤方策の実行↓⑥実施後のフォローという流れで、それぞれのステップでキャリアコンサルタント

## 再就職の支援ステップ

ントがカウンセリング等を通じて支援することになります。それぞれのステップにつきましては、次回から個別にご紹介いたしますが、ポイントは下記のとおりです。

①自己理解：自分はどういう仕事が好きか(want)、どんな仕事はうまくできるか(can)、どんな仕事であれば打ち込めるか(value)、自分の強みと弱みは何かなどですが、仕事に就くに

あたって家族等自分の置かれた環境の制約条件についても考慮(自己理解)する必要があります。

②仕事理解：求人によってどんな会社があり、職種は何か、採用に当たっての能力条件は、どんな労働条件なのかなど、把握する必要があります。①の自己理解に基づき、自分にできる仕事か、やりたい仕事かなど確認しましょう。

③啓発的経験：自分が志望している職種が実際にはどんな仕事なのか、キャリアコンサルタントと相談してそれを実感できる機会を作り、行動することによって新たな情報が得られます。応募予定会社を訪問して従業員が働いている姿を見ることができれば、働く職場環境、企業風土などもつかむことができます。学生の場合は、「インターンシップ」という職場体験があります。

④意思決定：再就職にあたって複数案がある時に、どんな基準で決定するか、何を譲れない絶対条件とするか、譲歩するかなど明確にします。

⑤方策の実行：応募企業に履歴書・キャリアシートを送付するとともに、応募企業についてさらに調査し、面接に備えます。

⑥実施後のフォロー：面接後、応募企業にお礼の手紙を書いたり、就職が決まったら即戦力になれるように心身を整えるとともに、必要な準備をします。

# 「自己理解」から「実行」「フォロー」まで

【日本産業力ワーカー協会 会員・キャリアコンサルタント・社会保険労務士 杉本 和夫】

(火曜日掲載)

