

私がキャリアコンサルティングの世界に足を踏み入れたのは1998年のこと。もうすぐ23年が経過する。就職・転職支援、企業従業員向け支援、キャリア教育など、多様なキャリア支援の機会を得てきた。振り返るとその多くはクライアントの人生の転機に関わる相談であったと感じる。

## ナビゲーター

私がキャリア支援を始めたこの時期は、大企業の倒産、リストラなどが続き、雇用不安が高まった年であった。当時は終身雇用の企業が多く、大企業に就社できれば一生安泰と思っていた人も少なくなかった。リストラや失業によって家族が崩壊したり人生設計が狂った人も多かった。アメリカの学者であるN・シユロスバーク

# 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

24

# 転機に寄り添う

は、転機を、「①期待していたことが起きたとき」「②期待していたことが起こらなかったとき」「③予期していなかった出来事が起きたとき」の三つに分類した。この区分によれば、リストラによる失業は、「③予期していなかった出来事が起きたとき」にあたる転機と言えるだろう。

23年の間には景気の良い時も悪い時もあったが、景気の良し悪しに関わらず、そして、たとえ自ら希望したものであっても、クライアントにとって失業はストレス強度の強い出来事の一つであることに変わりはない。人生の転機に揺れ動くクライアントの気持ちに寄り添い、自分らしい新たな人生を見つけてい

## 「受援力」を持とう

ただくことができるときや、未来に向かって歩む頼もしい宣言を聞き笑顔で見送ることができたときは、キャリアコンサルタントとしての喜びを感じる瞬間であった。

転機は失業だけではない。病気や障害、介護なども身近にある転機だ。年齢を重ねてから病気や障害を持ち、治療や障害特性とつきあいながら働く人も少なくない。また「期待していたこと」であり、嬉しいことが起きた場合であっても、危機的な転機となりうる。

例えば子どもが生まれたとき。待ち望んだ出産であっても、「子育て」や「育児と仕事との両立」は一人で抱え込むとつらいこともあるだろう。ライフとキャリアは隣り合わせだ。

シユロスバークは転機を乗り越えるために、リソースの点検「4S点検」(4S①②③④)を提唱した。中でも私が強調したいのは「③支援」である。転機にあつて困ったとき、社会や地域には私のようなキャリアコンサルタントをはじめとして様々な支援者やサポートをしてくれる機関がある。ひとりでは

【日本産業力カウンセラー協会会員 産業力カウンセラー 国家資格キャリアコンサルタント 1級キャリアコンサルティング技能士 大澤美紀】

（火曜日掲載）

