

シャイン

— 受講のきっかけと今 —

シャイン 035号

明るく・穏やかな 職場づくりをめざして

小野田 節子さん

会社名：さくら千手園 所属：支援課 役職：係長
資格：産業カウンセラー



【受講のきっかけ】

カウンセリングについて、以前から興味があり、何となくインターネットで検索していました。すると「産業カウンセラー」が目に入り、養成講座を募集していたので申し込んでみたのがきっかけです。

現在、私は知的障害者支援施設の看護師をしています。普段の仕事は入居者さんの健康管理や救急対応をその業務としています。しかし一方で、職場内の福祉職員が職場の人間関係や深夜勤務に疲れている姿を垣間見るにつけ、「どんな声かけすれば良いだろう？」と悩んでいました。なぜなら、福祉職員の心や体が健全でないと入居者さんにそのことが自然に伝わり、不安定な行動を起こしがちだからです。障害を持つ方々の生活を支えている我が職場は「雰囲気明るく、穏やかであってほしい」と思っていました。このことが養成講座を受講しようとした背景にありました。

【資格取得後の活動状況】

産業カウンセラーの資格取得後は、入居者さんの訴えを今まで以上に耳を傾けようになり心がけるようになりました。入居者さんは自分の言いたいことが伝わらないと、他害や自傷などの行動を起こすことがあります。それを問題行動と捉えがちですが、そうではありません。コミュニケーション障害をもつが故に「本人の困りごと」が相手に伝わらない苦しみから出発していることがほとんどです。そこで、その瞬間を「どう受け止め、どう返す

か」が鍵を握ります。その際、養成講座で学んだ「無条件の肯定的配慮」を心がけています。

また、福祉職員の話しをよく聴き、そこから出発して、看護業務を進めようという姿勢を少しずつ心がけるようになりました。仕事上、困難なことに遭遇しても福祉職員に相談してみたほうが上手くいくことが多いと実感しています。

養成講座を学んだ一番の収穫は『今ここ』の自分を見つめ、冷静に物事を捉える自分に変化してきたことです。また、仕事で失敗しても「次はこうしてみよう」と徐々にポジティブな発想の転換が身についてきたことです。

現在、保健師として、職場のストレスチェックを実施し、産業医、嘱託医(精神科医)と連携して職場のメンタルヘルスに取り組んでいます。問題によっては管理職や様々な部門との連絡調整をすることもあります。また衛生管理者として毎月の衛生委員会を開催し、各部門間の話し合いの調整や「働き方改革」の具現化などに取り組んでいます。「国家資格キャリアコンサルタント」を取得したのち、現在は「シニア産業カウンセラー」を目指して、マイペースで講座を受講中です。

最後に、沢山の方々が産業カウンセラー養成講座を学ばば、家庭や職場や友人とのコミュニケーションの円滑化にきっと役立つことをお伝えしたいと思います。