

シャイン

— 受講のきっかけと今 —

シャイン 032号

産業カウンセラーは パラレルキャリアのはじまり

斎藤 直美さん

業種：総合人材ビジネス業 所属：事業推進

資格：産業カウンセラー、国家資格キャリアコンサルタント



『東北震災復興ボランティアでの復興公営住宅の清掃活動』

【受講のきっかけ】

会社で嫌なことがあって「誰かこのモヤモヤを聞いてくれないかな」「私のように理不尽さに苦しみ、人知れず悩んでいる人がたくさんいるかもしれないな」と思ったのがきっかけです。すぐに産業カウンセラー協会に受講の申し込みをしたのですが、既に申し込み期間は終了。普段の私ならそこでやる気を削がれ受講を諦めるのですが、この時は違って次の申し込み開始日を手帳に書き込みました。「私、本気だ！」と自分でも驚いたことを覚えています。

【資格取得後の活動状況】

東関東支部の傾聴ボランティアに所属して、2～3か月に1度ケアセンターで傾聴ボランティア（お話相手ボランティア）をしています。ベテランのIさんから「利用者さん（施設を利用する方々）は、話をすることでライフレビューができ、自分の人生に折り合いをつけることができる」（エリクソン発達段階 老年期：統合 vs 絶望）と教えていただきました。私は未熟でライフレビューまではいかないのですが、受容し共感してお話を伺っていると、だんだんとお顔が高揚し「楽しかったわ」とおっしゃって頂くやりがいを感じます。

会社では、社長を筆頭に事業部他13名で【キャリアコンサルティングルーム】を開設しました。社内

のキャリアコンサルタント資格保有者を中心に結成され、様々なセミナーやキャリアにまつわる情報を発信し、個別キャリア面談を実施することを目的にしています。2019年2月にはカードソートを利用したセミナーを開催しました。「これからどうなりたいと思っているのか、漠然としていたものが可視化できた」などの感想が寄せられ、ご自身のキャリアを見つめ直すお手伝いができたと手ごたえを感じています。今後は首都圏を中心に出張セミナーを計画中です。

今でも産業カウンセラー養成講座の同窓生とは『“情報共有”という名の飲み会』を通して交流しお互いを高めあっています。不定期ですが読書会を行っており、前回は国分康孝著「カウンセリングの理論」を課題図書にして理解を深めました。

当面の目標はメンタルヘルスマネジメント検定1種合格することです。これからも働きづらい、生きづらいと苦しんでいる人に寄り添うために自己研鑽に励んでいきます。

