

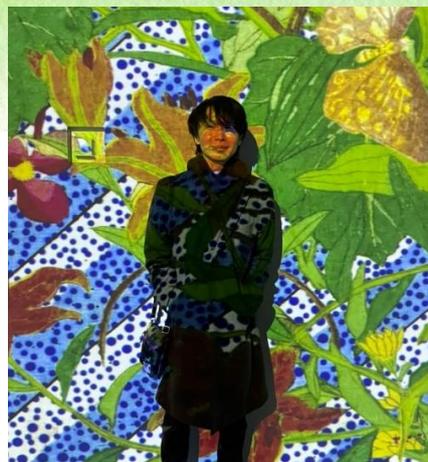
シャイン 065号

## 軽い気持ちで 始めてみませんか？

### 上村 雅人さん

会社名：某通信企業

資格等：産業カウンセラー、キャリアコンサルタント



#### 【受講のきっかけ】

産業カウンセラー養成講座を受講すると、「産業カウンセラーの資格を取得しようと思ったきっかけは？」というテーマが必ずと言ってよいほど話題に上がると思います。その多くの場合、「自分が悩んでいたとき、人に力になってもらった経験があり、今度は自分が誰かの力になりたいと思った」「業務に必要なだから資格を取るために受講した」等の理由が挙げられます。

私の場合は、「何か資格を取ろうかな」と考えていた時に友人から産業カウンセラー資格の話聞き、その時に申込みを逃すと次は1年後になってしまうというタイミングであったため、「資格を取りたくなかった時に1年も待つのは嫌だな」と思ったのが受講の決め手でした。後で振り返った時に「あの時、もっとよく考えて行動した方が良かったな」と思うことは多々ありますが、産業カウンセラーやキャリアコンサルタントの資格取得は、自分が挑戦してみて良かったと思う事柄です。

知識や技術もそうですが、何よりも講座を通して自分の中の価値観や偏見に気付き、その価値観との付き合い方についても学ぶことができたのは良い経験でした。特に、自分の価値観を言語化することはとても重要だと思います。

また、講座では実技指導者の先生やクラスのメンバーの皆さんに恵まれました。年代や職業も様々ですが「世の中にはいい人がいるんだな」と素直に思えた方々のおかげで、約半年間の講座を何とか修了することができました。最近はお会いできていませんが、今でも大好きな人達です。

#### 【資格取得後の活動状況】

私は、普段エンジニアとして、利用者の皆様が携帯電話を当たり前のように影で支えています。その業務の傍ら、会社内のカウンセラーグループに所属し、時々ですが相談業務をさせていただいています。要領があまりよくないせいで、周りの方に比べて積極的に活動することはできていませんが、主たる業務に影響の出ない範囲で頑張っています。

私の勤務する会社には、私の他にも多くのカウンセラーがおり、相談者の要望や相性も考慮しながら必要に応じて周りの方に協力を求めることが可能で、相談業務を行うにあたっては恵まれた環境だと感じています。カウンセラーの皆さんもいい人ばかりです。

この数年で、職場における働き方や人と人との接し方が大きく変化し、互いに顔を合わせる機会が減ってきました。この変化に気付きづらくなった面もありますが、その一方で対人関係のトラブルが減っている部分もあることから、変化は悪いことだけではないとも感じています。

しかしながら、「悩み」は業務上の対人関係だけではなく、キャリア面や心身の健康面など様々ですので、今後も自分が学んできたことを活かす機会は多々あると考えています。

私は、「産業カウンセラー養成講座」でカウンセリングの基礎を学び、「キャリアコンサルタント養成講習」で実際の仕事とどのように紐づけて活かしていけばよいかを学ぶことができたと感じています。そこで、余裕があればセットで資格を取得することをオススメします。カウンセリングやキャリアに興味はあるけれど、受講するかどうか迷っている方には「勢いで学んでみたけど良かったよ！軽い気持ちで始めてみませんか？」とお伝えしたいです。