

シャイン 066号

私をひらく、 カウンセリングの世界

助川 智美さん

会社名：株式会社トランク勤務

資格等：産業カウンセラー

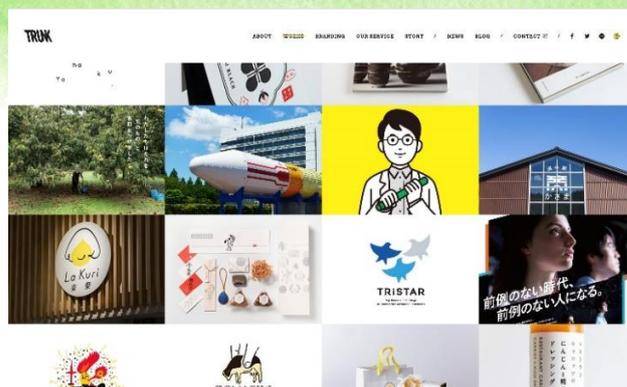
【受講のきっかけ】

大学を卒業した頃、河合隼雄さんの『こどもの宇宙』（岩波書店、1987）を読み、カウンセリングの世界に興味を持ちました。しかし当時はそのような世界との接点がなく「自分には遠い世界だな」という諦めの気持ちでいました。現在の職に就いてだいぶ経ったある日、お客さまから「産業カウンセラーの資格を取得した」という話を聞きました。それまでは遠い存在だった「カウンセリング」という言葉が身近に感じられ、嬉しくなりました。すぐに支部の傾聴体験講座に参加し、養成講座を受講することを決断しました。

【資格取得後の活動状況】

私はデザインの仕事をしています。「ロゴマークやパンフレットをつくって納める仕事」というと分かりやすいかもしれませんが、実は私たちが本当の意味で、デザインを通してお客さまに提供したいことは少し違っています。それは、お客さまご自身が「自分のやりたい仕事はこれだった。自分はこれでいいんだ」と再確認され、実感していただくことなのです。デザインにはそれを顕在化させる力があると感じています。

そのために「つくる」前の「聴く」というプロセスを大切にしています。お客さまがどんな想いでこの仕事をしているのか、仕事を通してどんなことを実現したいのかなど、時間をかけて聴いていきます。産業カウンセラーの資格取得後は、お客さまとの対話がより深いものとなり、デザインの精度があがったことを実感しています。また、デザインが整うことで自分自身を再確認することができ、プライドを持って働くお客さまを見る度に嬉しい気持ちがこみ上げてきます。



webサイトで紹介している制作実績の一部。
それぞれにお客さまの想いがこもっています。

カウンセリングの世界に触れるようになってから、仕事だけでなく自分自身の生き方にも光が差してきたように思います。箱庭療法を体験して自己理解を深めたり、好きな著書の作者の方が開催する講座に参加したりと、今が一番充実しています。それまでは一般的に「よい」とされているものをとりあえず自分もやってみるという感じでしたが、自分にとって「必要」なものとの違いが見えてきたのかもしれない。上司からは「休日は家でごろごろするのが定番だったのに、どうしちゃったの?」と言われるくらい忙しくしていますが、とても楽しいです。それらすべてのきっかけとなった産業カウンセラー養成講座に出会えたことを本当に感謝しています。

現在は、相談員研修を受講しています。研修では、事柄の確認ばかりしてしまったり、要約がしどろもどろになってしまったりと、うまくいかないことも多く、聴くことの難ささと自分の未熟さをひしひしと感じる日々ですが、「傾聴」の経験ができること、それ自体に喜びを感じています。私自身の感覚をひらき、自然体で聴くことに集中できるようになることが目標です。楽しんだり落ち込んだりを繰り返しながら、こつこつ積み重ねていきたいと思っています。