

シャイン 068号

## 定年後に見つけた自分の道

### 阿部 次郎さん

会社名：サンネット株式会社

役職：顧問

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】

約40年間勤めた機械メーカーを退職する1年程前、住んでいる自治体主催の「定年後の過ごし方」をテーマとしたセミナーに参加した際、同時に配付された「産業カウンセラーの養成講座」の無料体験講座のリーフレットに目がとまり、早速電話で申し込み、受講しました。1日の体験コースでしたが、内容がとても新鮮で、「傾聴」や「産業カウンセラー」といった言葉が、自分のこれからの人生を考える上でとても大切なことのように感じました。また、自分は積極的に行動するタイプでしたが、あまり人の話を聴くというタイプではなかったので、人の話を「聴く（「聞く」ではなく）」ということ、そして働く人の心の声を受け止めて寄り添い、一緒に考えるということがカウンセリング資格として存在することに正直驚きました。2014年、65歳の夏のことでした。11月のスクーリングをスタートに、自分よりかなり若い方々と学ぶ生活が始まりました。通信制10か月コースの養成講座でしたので、時間をかけてじっくりと取り組むことができました。

講座受講中にそれまで勤めていた会社を退職し、縁あって25名ほどの小さなIT企業の顧問として若手リーダーのマネジメント教育を担当することになりました。若い人の多くがそれぞれ悩みを抱えていることや、それを自分の言葉で話すことにためらいやあきらめを感じていることも肌で感じるようになりました。これが講座での大きな気づきにつながり、産業カウンセラーの役割の大切さを理解することができたのだと思います。2016年に資格試験に合格し、その年の秋に国家資格キャリアコンサルタントの試験にも合格できました。その直後に、顧問を務めていた会社が現在お世話になっているサンネット（株）と合併することになり、2017年に私自身も一緒に移り、引き続き顧問として働いています。

#### 【資格取得後の活動状況】

所属する支部で開催される講座に参加したり、全国大会で知り合いになった他の支部の方が主催する勉強会等に参加したりしていましたが、2017年の春、相談員になるための研修講座を見つけ、飛び込みました。2年間夢中で相談員研修の基礎とカウンセリングの実技を学びました。特に実技研修では、カウンセリングにおける傾聴の難しさを味わい、身体で理解することができたと思います。「受容、共感、自己一致」については、今も修行中です。講座終了後は、支部の電話相談員を月1回程度経験させてもらいながら3年目に入ります。「相談員になるためのカウンセリング・実践力トレーニングコース研修」にも2年続けて参加しています。

今年1月に会社の管理職候補者を対象とした講話の依頼を受けました。そこで、これまでの学習の成果を土台として自分なりにアレンジした、ライフ・キャリア及びライフ・キャリア形成における傾聴の重要性についての講話を行いました。

経営層も全員この講話を聴講され、とても喜んでいただきました。特に、社長が関心を寄せていただいたことで、会社の階層別研修の大幅な見直しを検討する方向であるとのことでした。

現在私は72歳になりますが、幸い元気に働くことができているので、これからも自己研鑽を重ね、支部認定相談員になることを目標に自分自身のライフ・キャリアを積み重ねていきたいと考えています。「気がついたら100歳のカウンセラーになっていた」と、後から自分の年齢に気づくくらいの生き方をしていこうと、定年後に見つけた自分の道を歩いています。