

シャイン 075号

10年の時を経て、 スタート地点に立てました

筑後 えりなさん

会社名：一般社団法人飛翔 就労移行支援
就労定着支援事業所 パレット稲毛海岸
役職：生活支援員
資格等：産業カウンセラー



【受講のきっかけ】

私は、元々、父がアルコール依存症で、小学校二年生の頃から、「アラティーン」という、アルコール依存症の親を持つ子供たちのピアカウンセリングを行っている場に参加していたため、自然とカウンセリングや心の学びについて興味を持つようになりました。

そのため、働きながら、放送大学の教養学部に入學し、当時、心理認定士の認定に必要と言われていた科目は、ほぼ履修し卒業しました。そうした流れの中で、人の心に関わる活動がしたいと思うようになりました。そこで、産業カウンセラーと精神保健福祉士の資格を取得しようと決め、働きながら、必死の思いで「産業カウンセラー養成講座」と、夜間開講の「精神保健福祉士養成講座」に通い、両方の資格を取得しました。

【資格取得後の活動状況】

実は、私は資格を取得してから10年以上、活動ができていました。途中、協会の「傾聴」を深める一年間の講座に通ったり、その他の心理療法を学んだりして、学びを深める機会を持つてはいましたが、活動に対する敷居の高さを感じてしまい、活動を始める勇気を持つてずにいました。

そんな私が、資格を活かした活動を始めようと決めたのは、長男が年長さんとなり、次男のプレ保育が始まった頃でした。子育てを通じて自分の心が変わり、成長したのだと思います。

初めに、傾聴ボランティアになろうと決意し、一年半に及ぶ講習の受講を始めました。今は、その講習も終盤に入り、電話実習生として実際の相談電話に出させていただいています。3月に認定を受けることができれば正式な相談員になれる予定です。また、子育てを経て、7年半ぶりの仕事として、一般社団法人飛翔就労移行支援就労定着支援事業所 パレット稲毛海岸の支援員としてお仕事をさせていただけることになり、もうすぐ半年になります。面談時や、利用者さんとお話をする時など、学んだ「傾聴」を大切にしたいと感じています。

また、事業所でうつ予防のプログラムをさせていただいた際に、昨年8月に協会で「うつ予防・改善のための睡眠・栄養学の知識とサポート研修」を受講し学んだお陰で、専門的な知識や最新の情報などを利用者さんにお伝えすることができました。

今後も、大いに協会の講座を利用し、学びを深め、支援に役立てていけたら幸いです。