

シャイン

— 受講のきっかけと今 —

シャイン 025号

養成講座はかけがえのない経験

小田 慎一郎さん

会社名：某メーカー 所属：人事グループ 役職：主任

資格：産業カウンセラー



【受講のきっかけ】

人事グループに異動となり、担当業務の一つとしてメンタル不調を抱える社員の対応をするようになったのが5年前のこと。当時は知識ゼロの状態であり、どんなサポートをすれば良いのか勉強するところからのスタートでした。めげそうな気持ちにもなるなか、会社が契約しているEAPサービスのカウンセラーAさんのアドバイスを受けながら取り組んでいきました。

メンタルヘルスへの理解が進むにつれ、人間の心理について深く学びたいと強く思うようになりました。ただ、いざ行動に移そうと書店に足を運ぶも、“心理”と名のつく書籍はまさに山のように選びきれない。ネットで検索するも、どの講座で何を学べるのかイマイチつかめない。やきもきしていたそんなとき、Aさんに勧められたのが産業カウンセラー養成講座でした。

【資格取得後の活動状況】

心理学の体系に触れられたのはもちろんですが、繰り返し傾聴の練習ができたのは私にとってかけがえのない経験となりました。傾聴スキル向上のため、資格取得後はどのような場面でも相手の話をしっかり聴こうと心がけています。

成果を実感する場面もでてきました。就職活動中の大学生と面接する機会があるのですが、「面接官の方が、よく話を聴いてくれました。」と、好感のこもった

フィードバックを学生からいただくようになったのです。うれしくなただけでなく、緊張している学生の本音を引き出すためには、問うのではなく聴く姿勢が大切なのだと思わせて気付かされました。

最近は学生の職業選択により影響をおよぼすのも、産業カウンセラーの役目となり得るととらえるようにしています。今後も学習を継続してカウンセラーとしてのレベルアップを図りながら、ゆくゆくはAさんのように誰かの道しるべになるのが目標です。

半年ほど前から月に1～2回程度ではありますが、介助犬の育成支援のためのボランティア活動に参加させていただいています。街頭で道行く方々に募金を呼びかけながら、広報担当の犬たちのリードをにぎるのが私の役割です。犬が好きという単純な動機で始めたのですが、東京オリンピックそしてパラリンピックの開催をひかえた今、介助犬の存在と必要性を世の中にひろめていると思うと、大きなやりがいを感じます。

犬たちは言葉こそ返しません、人間の話をつよく聴いてくれているように見えます。あの愛くるしい表情が人の心を開かせるのでしょうか。彼らから傾聴のスタイルを教わっているようです。

※介助犬とは、落とした物を手元に持ってくるなど、身体が不自由な方の日常生活動作を補助するために特別な訓練を受けた犬のことです。