

シャイン

— 受講のきっかけと今 —

シャイン 031号

カウンセラーになりたくなって

堀子 孝夫さん

自営業（メンタルヘルス、ハラスメント研修講師）

資格：産業カウンセラー、国家資格キャリアコンサルタント



【受講のきっかけ】

私はメーカーに勤務して営業9年、人事21年という経歴でしたが、2000年より少し前に、会社の中でメンタルに悩む方々が段違いに増えてきているという状況が起こりました。何とかしたいと考えるものの、日々の面談対応に苦慮し、養成講座を受講に至りました。

養成講座を修了後資格試験にも合格しましたが、当然それだけで面談が格段に上達するわけではありません。何とか得意分野を身に着けたいといういろいろなアセスメントや療法、手法も学びに行き、交流分析などはその後の研修でもたくさん応用ができました。

会社では見様見真似で「メンタルヘルス研修」を月1回行ったりしていました。会社で面談を続けるうちに、メンタルの背後に必ずと言っていいほど「仕事の悩み」「組織の悩み」「人間関係の悩み」があることでキャリア・コンサルタントの資格試験にも応募して資格を得ることができました。

【資格取得後の活動状況】

企業人事の中で養成講座をはじめ様々な研修やワークショップなどを受講しているうちに「カウンセラーになりたい」と思うようになりました。次に考えたのは、「どうすればカウンセラーの知識と技術と経験が

身につくのだろう」「どこに働く場所があるのだろう」ということでした。

考えた末に思い付いたのが再就職支援企業です。履歴書やキャリアシートを送り付け、自己都合でメーカーを退職し入社した会社で待っていたのは、思った通り「面談の日々」でした。しかも目の前に現れる大半の方が、メンタル不調が疑われる人ばかり。その会社ではメンタルに詳しいカウンセラーがいなかったため、悩みのきつい状態の方はほとんど私が担当できるという環境でした。事業拡大でキャリアディベロップメント研修も開発することになり、そちらの研修講師も数多く担当することになったのもうれしい経験です。

個別カウンセリングと研修講師の日々が7年続いて、定年を迎え、今度はようやくメンタルヘルス総合サービスベンダーへ転職がかないました。前職で知己を得た精神科医の先生のご紹介で、面接もなしに入社できました。ここでは7年間メンタルヘルス研修やハラスメント研修、メンター研修などの講師を担当させていただき、退職して現在に至ります。

この3月で68歳となりましたが、いまだに研修のオーダーをいただきうれしい限りです。私のメンタルヘルス研修などのモットーは「情報のアップデート」と「受講者の皆様と誠心誠意向き合う」です。