

秋田県内在住の産業カウンセラーの皆さん、こんにちは！ 回覧板秋号をお届けします！

リレー投稿『思うこと』-19-

思うこと

船木 伸仁

私は2022年2月、産業カウンセラーに登録されましたが、秋田ふれあいこまち会のご厚意により2020年10月、資格取得に先駆け入会しました。当時、私以外の会員は皆、有資格者でしたので、一人ひとりのお姿から目指すべき道標が示されているように見えたものです。

私は現在、民間企業の管理職として勤務しながら勉強会に参加しています。カウンセリング実習の際など、会員の皆さんから有益かつ実践的なアドバイスをいただき、新たな学び・気づきを得る貴重な時間を過ごさせて頂いていることに心から感謝しています。

2021年4月～10月、産業カウンセラー資格取得を目指し養成講座を受講。動機は次の3点でした。

1.社員の復職支援担当者だった時、休職者の話を聴く際、自分の経験則・価値観に基づき応答していたが、エビデンスの裏付けがない対応の妥当性に疑問を抱き、専門知識・技法の習得が必要と痛感した。

2.自分にとってかけがえのない友人や親戚が自ら命を絶つ、悲しい出来事あり。無力感に苛まれた自分にできることを模索する中で、新たな学びを得て何らかの形で自殺対策支援に関わる契機としたかった。

3.公認心理師・浅沼知一先生から「船木さん、産業カウンセラーに向いていると思いますよ」と言われたことに背中を押された。

受講中は、講師陣からダメ出しされることが多く「おいおい、浅沼先生、俺には適性ないじゃ

ないかー」と突っ込みを入れたくなることもありましたが、講師陣のきめ細かでの確なご指導と、受講生仲間との励まし合いなどのお陰で無事に講座修了。その後の試験も合格することができました。

資格取得したら良い変化があるのではと期待していましたが、何かが大きく変わった自覚はなく、1年前は産業カウンセラーになりたい気持ちが強かっただけに、少し拍子抜けしたというのが今の正直な気持ちです。

今春から再就職で、職務内容・執務環境の変化により、以前の勤務先と違い産業カウンセラー3つの領域に直接携わっていないことも影響していると思われれます。

また、自分の中で無意識のうちに、資格取得がゴールになっていたと思に至ることもありました。

更に日常に流されて、やりたいこと、なりたいたいのものを追求する姿勢が欠けていたように思います。

一方で「相手の言葉をよく聴き、そこに込められた感情・背景を探求するようになった」「ジョハリの窓での自己分析で自分の物事の捉え方の癖を理解し、ネガティブ思考のループが軽減された」ことなど、他者からは分かりにくいかもしれませんが、内面の部分で小さな変化（成長）を自覚できたのは良かったです。

今回、リレー投稿を担当することで、初心にかえる良い契機となりました。

今一度「自分は何のため、何をやりたくて、叶えたくて産業カウンセラーになったのか」自問自答し、原点に立ち返り、まずは受講動機2からアクションを起こしたいと思います。



県運営部・学習グループ等活動状況

◆ 各月定例学習会

9月3日 zoom 研修

「初心者でもできる最新！

セルフキャリアカウンセリング」

講師 こまち会会員 渡部昌平さん

10月1日 「呼吸法でリラックス」

講師 こまち会会員 佐藤博美さん

11月5日 秋田県庁出前講座

「引きこもり対策、理解、対応について」

講師 秋田県健康福祉部障害福祉課 進藤さん

秋田県精神保健福祉センター 三浦さん

◆ サキホコレ会定例学習会

日時：7月31日 9時半～11時半

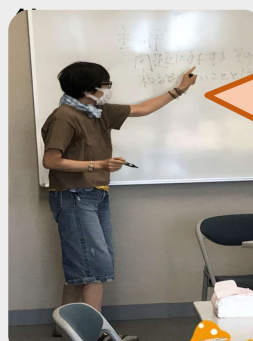
会場：大仙市神宮寺 嶽雄館

参加者：4名

担当：佐藤 のり子さん（協会認定講師）

テーマ：「主訴・見立て・方針」の再確認と

面接実習



主訴・見立て・方針のプロセスにそって、クライアントの問題を分かるうとする態度＝共感が大事！！



◆ 第17回 北東北「生きる支援フォーラム」 in 秋田 10/15～16 開催

秋田県運営部も会員になっている「秋田・こころのネットワーク」が主催する標記フォーラムが開催され、県運営部員が参加しました。青森・岩手、山形から多くの団体が現地参加し、オンライン参加も含めると80名余の参加者となりました。また、ライフリンク代表清水康之さんが基調講演など、二日間にわたりアドバイザー役を務めました。

今回は岩手県開催。



◆ サキホコレ定例学習会

日時：9月4日 9時半～11時半

会場：横手市男女共同参画センター

参加者：3名

担当：赤沼 紀美子さん

テーマ：事例検討



『ジュノグラムを用いて検討しよう！』

充実した語り合いの場になりました♪

◆ 自殺予防相談員育成講座開催します！ ～相談員のための事例検討会～

日時：11月20日 10時～16時

会場：ゆとり生活創造センター遊学舎

講師：秋田大学医学系研究科 佐々木久長先生

皆様のご参加、お待ちしております。

◆ 秋田県運営部連絡先

秋田県運営部への問い合わせなどにご利用ください。

運営部長連絡先 080-9259-6005

メール jaico_akita@yahoo.co.jp

スパムメール防止のため、●を@に置き換えてご利用ください

