

# キャリアNews No.3

個人の生き方・働き方が多様化する中で、組合員のなかには自身のキャリアで悩んでいる方もいます。もし相談があった時、私たち労働組合の執行委員はどのように対応したらいいのでしょうか。  
この「キャリアNews」では相談事例をもとにどのように支援すればいいのか、経験豊富なキャリアカウンセラーがアドバイスします。

## 相談事例 Cさん 入社21年目 男性 43歳 経理部門



私は、大学で経済を学び、今は経理の仕事をしており、仕事は順調です。先日、上司から課長の内示を受けました。管理職の内示をいただいたのは、これまでの仕事が認められたと思うし、上司から内示の話を聞いたときは、正直嬉しかったです。ただ、総務課へ異動して課長をやってほしいとの内示でした。入社して5年間は、総務課で仕事をしていましたが、入社したばかりで、課長の指示で走り回っていた感じです。

16年間、経理の仕事をしてきて、今後経理、会計の専門分野で専門性を磨き、管理職を目指すつもりで、自分のキャリアを考えていました。管理職になりたい気持ちは以前からありましたが、自分に課長職が務まるのか、しかも総務課なのでできるのか不安です。

さらに我が家には認知症の母がいて、また子どもは二人とも小学生です。管理職になって残業が増えることは避けたいと考えています。共働きで、妻は営業で忙しくしています。介護や育児を考えても、課長職が務まるのか不安になります。自分のキャリアをどのように考えたらいいのか分からなくなっています。

## Cさんが相談したいことは どんなことでしょうか。



**「自分のキャリアをどのように考えたらいいのか分からなくなっています。」**  
と来談の理由を話されました。Cさんは、これまでもご自身のキャリアを考え、将来のキャリアの道筋を思い描いていたようです。Cさんは、これまで、「自分のキャリアについてどのように考えるかを分かっていて、今後の自分のキャリアを分かっていた」ということでしょうか。

Cさんの話では、「16年間、経理の仕事をしてきて、今後経理、会計の専門分野で専門性を磨き、管理職を目指すつもりで、自分のキャリアを考えていました」。そこに経理部門以外への異動、総務課で課長(管理職)という仕事上の変化があり、加えて母の介護、小学生の子育てなどの生活状況もあって、Cさんが考えていた将来のキャリアに様々な影響が及んできています。

環境が変化する中で、Cさんは、これまで考えてきた自分のキャリアを考え直さなければならない時期になっています。戸惑ったり、悩んだり、迷ったりするのは、自然なことです。Cさんは、変化する環境の中でキャリアを築いていかななくてはなりません。環境が激しく変化する現在では、柔軟にキャリアを築いていくことが不可欠です。



# キャリアを考えるとは

Cさんは自分のキャリアを考えていましたが、「これまでキャリアを考えたことなんか無い」と思っている方が多いのではないのでしょうか。中高年齢者のキャリア研修で、多くの方が「キャリアなんか考えたこともないし、考えなくても仕事をしてきた」と話されます。

本当に自分のキャリアを考えていなかったのでしょうか。就職・入社、異動・転勤、昇進・昇格、転職、結婚、引越、病気等々人生で起こる様々な出来事・イベントの際に、自分自身のこれまでのことを、現在の状況を、これからのことを考えてきたのではないのでしょうか。

そして、何らかの選択をして、決断をして、キャリアを歩んできたのではないのでしょうか。

**キャリアを考えることは、節目ごとに選択をすることです。キャリアを築くとは、日々活動していくことに他なりません。**

## 考察をふまえて、どのように支援できるでしょうか。

Cさんを支援するには、どうしたらよいのでしょうか。環境変化がCさんのキャリアにどのように影響するかは、一旦横に置いておきます。

Cさんは、将来の目指す目標(ありたい姿)が明確ではないかもしれませんが、描いていたと考えられます。Cさんが目指す目標をできるだけ具体的に明確にします。そして、その目標達成のための課題を洗い出します。その上で課題をクリアにするために、環境変化した現在の状況の中だから出来ることを一緒に考え、支援します。

これは一つのアプローチですが、目標という未来の視点から、現在の状況でできることを導きだします。そしてどんな小さなことでも実行することで、目標に向かって進み始められます。

以上は、相談者を支援するための一つの考え方、一つの方法事例です。

相談者は、様々な事情や考え、特徴をもっています。相談者の状況を踏まえて、支援できることを探し、関わります。

## ～あなたのキャリア(しごと人生)と一緒に考えます～

働く私たち自身が自らの手で自分らしい生涯を作り出していくために、「電機連合キャリアデザインセンター」では経験豊富なキャリアカウンセラーが電話相談に応じ、あなたのキャリア(しごと人生)と一緒に考えます。プライバシーもしっかり保護されますので、安心してご相談下さい。

### ～キャリアについて、あなたの？を気軽にお話し下さい～



三田勝彦 先生

情報通信システムメーカーに35年勤務しシステム営業や販売促進業務に従事。キャリアコンサルタント資格取得後は東京商工会議所にて、従業員のキャリア形成を支援する「セルフ・キャリアドック制度」の普及を担当し、1000名以上の経営者や従業員向けのセミナー講師やキャリアカウンセリングの経験を持つ。現在はカウンセリングを通じた働く人の就職・転職・キャリア支援と、企業内キャリア開発セミナー講師として活動中。



山本貞明 先生

いくつかの職業を経験した後、製造業を自営。1998年社会保険労務士として開業、同時に産業カウンセラー・キャリアコンサルタントを取得し、キャリアカウンセラーとして活動を始める。働く人の考えや興味など、その人らしさを大切にし、1800人以上のキャリア支援に関わる。現在、就職支援機構における転職・再就職相談、大学キャリアセンターにおける進路・就職相談、企業内キャリアプランニング研修におけるキャリア形成支援という、主に3つのフィールドで活動中。

対象

組合員本人とその家族  
(配偶者・子ども)

時間

最長50分

原則

毎週水曜日(祝日、年末年始を除く)  
17:00～20:00

見つけよう つよみ

**0120-324-243** (通話料・相談料無料・携帯からも可)

電機連合キャリアデザインセンター

検索