

# キャリアNews No.6

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 Gさん 入社20年目 女性 事務職(40歳)

私は、電機メーカーで事務職として20年働いています。経理の補助の仕事をしています。今後のことを考えると、何か資格をとったほうがいいのではないかと悩んでいます。何か有効な資格がありますか？

事務職として20年勤務してきたGさんは、何か資格をとったほうがいいのではないかと悩んでいるようです。



## キャリアカウンセラーとしての対応

### 問いかける



そこで、今の仕事に対する思いと資格取得を思ったきっかけを尋ねると、Gさんは相談しようと思った理由と、最近感じている仕事に対する不安を語ってくれました。

### Gさんの思い



- 数字を使う仕事は好きで、長年実施している経理業務に関しては自信があり今の職場環境には特に不満はない。
- 定年までこの会社で働きたいと思ってきたが、最近事務業務のシステム化や外注化が進んできて、今の仕事(経理補助)が今後も続くか不安である。
- 特に人に誇れる専門的なものがないので、自分のスキルアップの為に今後役に立つ資格を取りたいと思っているが何を取ったらいいかわからない。

### 傾聴する



- 入社以来20年間事務部門で働いていたGさんは、職場環境の変化(間接業務の外注化等)や今後の自分のキャリアを意識してスキルアップのための資格取得を考え始めたようですが、自分の進みたい方向(働き方・生き方)の整理をせずに資格の検討を始めた為に、習得すべきスキルが整理できず悩んでいる模様です。

### 一緒に考える、情報を伝える

その話を伺ったキャリアカウンセラーは、Gさんのこれまでの仕事に対する思いや、定年まで継続して働きたいという本人の希望を共感しつつ、まずはGさんの今後のキャリア(自分らしい生き方・働き方)についての思いと一緒に整理することを勧めました。

その中でキャリアカウンセラーは、資格は知識・能力の証ではあるが実務能力の証明とは限らない。

一方、「仕事を通じて身につけたスキルを使って実務能力が向上すると、結果的にキャリアアップに繋がると」という仕事を通じた能力開発の有効性の話をしました。

そして、入社20年経過したGさんの相談したかったことは、ご自身の「将来(キャリア)を見越したスキルアップ(学び直し)の進め方」で、必ずしも資格取得が目的でないことを、対話を通して確認しました。

## キャリアカウンセラーとしての対応

### 気づきを与え、語らせる



そこで、スキルアップの進め方を考える為には、「将来自分がどうありたいか」の目標を描く事が必要で、その為の自己分析とキャリアの棚卸を勧めました。

具体的には、

- まずはGさんが今までの仕事経験を振り返って「職業上の価値観(大切にしていること、やりがい)や、得られたもの(経験・スキル・強み・)を整理して、今後のキャリアの方向性(キャリア・プラン)を考える。
- その上で、その目標に到達するためにはどんなスキルとスキルアップの方法があるかを、今後一緒に考えることにしました。

その結果、面談の最後にGさんから下記のような話がありました。

### Gさんからのお話



今まで自分の経験を振り返ったり、これからやりたいことを考えるなどの機会がなかったので、まずは過去の経験の棚卸をしてみます。その上でまた相談させてください。

今日は話をして、自分の中にあったモヤモヤが整理できました。

## キャリアカウンセラーの役割

キャリアカウンセラーは、相談者が自分のキャリア(働き方、生き方)を考えるお手伝い役です。

自分のキャリアアップの事で悩んでいたGさんは、キャリアカウンセラーとの対話を通して、「将来の目標(ありたい姿)」を考えることの大切さに気づきました。

その過程でキャリアカウンセラーは、「第三者」の視点で、資格の持つ意味や自己理解(やりたい事・出来る事…の整理)の進め方を支援しました。

### 問いかけ

相談のきっかけや悩みの内容を尋ねながら

### 傾聴

本人の話(価値観・大切にしたいこと…)をよく聴き

### 気づきを与える

時には第三者の視点にたった情報提供等をしながら、本人にとって望ましい今後のキャリアについて一緒に考え、相談者のキャリア・プランを支援する

## ～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。

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