

キャリアNews No.13

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 Mさん 入社30年目 53歳 男性 技術職

私は、大学の理工学部で学び、入社以来30年間ずっと技術畑を歩んできました。定年後も今の会社で働き続けようと思っていましたが、最近色々なことがあり、自分の将来が不安になってきました。

そこで自分のキャリアを考え直してみようと思いますが、いったい何から始めたらいいか分かりません。

～今まで同じ会社に勤めてきたMさんは、最近になって定年後を含めた自分のキャリアを見直そうと考え始めましたが、どのように考えたらいいのかわからず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、今までの仕事の内容とあわせて、今回相談しようと思った出来事を探ねると、Mさんは、仕事に対する思いや将来に対する悩みの理由を語ってくれました。

Mさんの思い



- 先日職場の上司から、経営方針(事業統合)を理由に自分が担当している製品開発プロジェクトの解散と職場異動を言い渡された。担当事業の撤退と突然の異動指示で戸惑っている。今まで製品開発一筋に頑張ってきたが、新しい職場では若手育成を担当するらしい。
- その話と合わせて「定年後再雇用制度」と「早期退職制度」の説明を受けた。定年までまだ時間はあっていたが、「早期退職制度を選択するか?」と言われてドキッとした。現時点では、早期退職に応募するつもりはない。
- 60歳過ぎても働き続けたいと思っているが、今からどんな準備をしたらよieldろうか?



傾聴する

定年後も今の会社に継続して勤務しようと思っていたMさんは、上司から思いもよらない事業縮小、職場異動と人事制度の話聞いて、定年後を見据えた自分のキャリアの見直しに着手しようと思いましたが、その方法がわからず悩んでいるように見受けられました。

一緒に考える

その話を伺ったキャリアカウンセラーは、Mさんのこれまでの仕事振りや、将来に対する不安を受容、共感しつつ、Mさんの今後のキャリア(自分らしい生き方・働き方)について一緒に整理しながら考えていきました。

その中でキャリアカウンセラーは、

- 60歳定年にはまだ時間があるこの時期に、自分の将来のキャリアや仕事に対する考えを見直す機会を持つことは良いこと。
- 具体的には、
自分の将来の働き方の目標(ありたい姿:WILL):「自分の能力をどこで(社内・社外)生かすか」と、その目標を達成する為の課題(MUST):「活躍できる能力の維持・開発など」を整理し、具体的に行動すること(定年を見据えた事前準備)が大切。
その際には、自分の専門領域(技術力など)以外の基礎的な能力の学びも必要となる。

キャリアカウンセラーとしての対応

- ・特に定年以降のキャリア形成はそれ以前と異なる立場、仕事の進め方になるので、今までのような組織の中で上位を目指す働き方から、自分の内的キャリア(やりがい等)の充実を目指すキャリア意識の転換が必要となる。
- 等の話を、事例を交えてMさんに伝えました。



気づきを与え、語らせる

その結果、面談の最後にMさんから下記のような話がありました。

Mさんからのお話



- ・キャリアカウンセラーと話をし、今後自分がすべき事が分かり、気持ちの整理が進みました。
- ・今まで私は、自分のキャリア形成について自ら主体的に考えることはなく、会社に依存してきましたが、今回の相談を通じて自分で考えることの大切さを理解しました。少し時間がかかるかもしれませんが、これから定年後を意識したキャリアプランを検討したいと思います。



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。

今回は本人の悩みや希望を受容・共感しつつ、事業縮小に伴う職場異動をきっかけに定年後の自分のキャリアに不安を持ったMさんに対して、「第三者」の視点での助言や情報提供等の支援を通じてMさんに寄り添って支援しました。

このように、相談のきっかけや悩みの内容を尋ねながら(問いかけ)、本人の話(悩み・大切にしたい事..)を良く聴き(傾聴)、ときには第三者の視点にたった情報提供等をしなが、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(対話)、相談者のキャリア・プラン作りを支援する(気づきを与える)のが、キャリアカウンセラーの役割といえます。

～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。

無料電話相談(1週間前の事前予約制)

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

<https://www.jeiu.or.jp/wlb/jitsugen/cat1/>

電機連合キャリアデザインセンター

検索

