

設問

[問い 1]

事例Ⅰでは、CLの思いを受け止めずに「アサーションのスキルが必要(CCt7)」「今を見つめ直さないとだめ(CCt9)」というCCtの主観的なものの見方に基づき、助言している。また、「スキルの習得が一番の近道(CCt8)」の発言から、CLの話したいことよりもCCtが問題解決を前提とし話を展開させようとしているように見受けられる。一方、事例Ⅱでは、全体を通してCLへ共感的理解を示し、これまでの経験や気持ちに焦点を当てながら内省を促している。その結果、「正直それが羨ましい(CL7)」「答えるのは難しい(CL10)」等の本音を引き出し、CLの不安な気持ちに寄り添い、丁寧な応答を心がけていると思われる。

[問い 2]

事例Ⅰの CCt7 (相応しい・相応しくない)

理由：CLと同僚の関係性に対して、「思いを汲み取っていない」とCCtの勝手な解釈で応答している。また、本人の同意も得ずに「アサーション」のスキルの習得を勧め、誘導的な展開になっている点。

事例Ⅱの CCt9 (相応しい・相応しくない)

理由：CLの「好き」という感情の背景にある会社や仕事に対する思いや価値観に焦点をあて、内省を促している。また、今の不安な気持ちと過去の行動との関連性があるかどうかの意図性が感じられる点。

[問い 3]

現時点で考える主な問題点は次の2点である。(1) 仕事理解不足：強みや弱みという適性を把握しておらず、キャリアプランを立てられていない。「特にやりたいことがあるわけでもなく」「働くこと自体に抵抗感もある(CL11)」等の発言から自己認識できていないと思われる点から。(2) 思い込み：後悔している経験に囚われ、将来に不安を感じている。「営業という仕事にしばられて(CL2)」「辞めてしまった会社に復職できると思えない(CL10)」等、過去の後悔に囚われて、視野が狭くなっているように見受けられる点から。

[問い 4]

まずは、相談者が退職後に家庭を支えてきたことを労い、傾聴し信頼関係構築に努めていく。そして、問い3であげた(1)の解消として、以前の仕事の棚卸しに加え、マイジョブ・カードの自己診断やjob tagの職業適性テスト(Gテスト)等を活用する。また、同時にキャリアプランも一緒に考えることで仕事理解を促す。(2)の解消は、過去・現在・未来それぞれの時間軸で気になることをあげてもらい、課題を可視化することで無意識の思い込みや認知の歪み等がないかを共に確認する。以上により、相談者の将来に対する不安を解消し、今後仕事をする選択をしたとしても家庭の役割と両立ができるように支援していく。