

高柳佳代子著「カウンセリング」Management Law Letter 86, 2010 新緑号、  
高井・岡芹法律事務所刊を読む

## カウンセリング

1. 私の仕事は、社会保険労務士です。
2. 社会保険労務士の仕事って何をやるのですか、とよく聴かれます。「うーん」何て返事をしたらいいのだろうか、社会保険労務士にもいろいろ業務があるのでいつも迷います。
3. 労務、雇用、年金が大まかなところでしょうか。いわば会社の人事部や総務部などに関わる業務とだけ思っているとわかりやすいかと思います。「ああ、年金相談とかやっていますよね」とよく言われますし、皆さんの印象では、この年金業務や役所への書類の提出代行が主な仕事とされているようですが、3号業務と称される仕事もあるのです。
4. 会社は、沢山の人が集まって仕事をしているので、仕事上に関わらず、感情的な行き違いから起きるトラブルも時にあります。そのような問題の相談も受けます。人は一人ひとり個性があって、だから問題は一つひとつが異なります。誰もが自分の考えを支持してくれることを望みます。でも誰にも自分の思っていることをわかってもらえないと、自分は孤独だと思い、時に心を閉ざしてしまうこともあります。
5. 私は、社会保険労務士の3号業務の中で力を入れたい仕事として、カウンセラーを選びました。それは、過去に陥った苦境から脱出した自らの体験により、カウンセリングの持つ力というものを実感していたからです。
6. ご縁をいただき関わらせていただくことになった会社に、メンター制度という方法を取り入れているところがあります。それは、新入社員の個別のサポートを狙いとしています。
7. この会社は3つの県、45カ所の事業所に分散しているため、社員の皆さんの悩みや要望を会社に伝えるのに時間がかかります。これを何とかしたいと思いました。
8. そこでメンター制度を拡大してカウンセラーを養成し、新入社員の研修のみならず、塾生や親御さん、はたまた同僚との人間関係の構築にも活用できないだろうかと提案させていただきました。幸い経営者にご賛同いただいたことで、今は社内でカウンセリング養成講座を開きカウンセラーの先生をお招きして、私はその助っ人をしています。

9. 選ばれて研修に参加している若い人達は、本当に一生懸命自分を磨いています。カウンセリングを学ぶことで、まずは自分の心が助かるのです。自分の心が助かることで、他の人の心を受け入れられるように自分が変わっていることに気がつきます。すると周りの人の反応が変化していくのです。
10. まず、カウンセリングを学び始めた方々の一番の難関は「喋りたい欲求をいかに自分の中で克服し、いかに相手に話を『共感』を持って聴くことができるか」でした。「黙って人の話を聴く」、これは喋り慣れた人にとって苦痛にも等しいのです。私も同様です。
11. でもまず「聴くこと」。「傾聴すること」。「耳で一四の心を、聴く」のです。共感を持って。この「共感をもって話を聴く」ということは永遠のテーマのような気がします。「相手の感情と全く同じになれることはありませんが、心を寄り添わせよるように話を聴いて一緒に考えましょう」と私の先生は仰るんですよ。
12. 話を聴いてもらうことで、自分の辛い心の凝りが少しでも解けかかるきっかけになれば、新しい考えを受け入れることができるんですね。心が凝り固まっている人は、自分の耳を塞いで相手の話は聴かない、それでいて自分のことをわかってもらえないと思い込む。そこに何か意見のようなものを飲ませようとしても、それは無理です。心の器がアップアップしていますから。
13. 話を聴いてもらうことで、「自分は一人ぼっちではないんだ」と思えてきたら、そこから一步踏み出して新しい考えを器に少し入れることができる、自分が関わっている相手の話に聴く耳を持つるようになるのではないのでしょうか。
14. まもなく養成講座は2年目が修了します。ひよこちゃん達は10人になろうとしています。皆、頼もしいですよ。

#### [コメント]

開倫塾のカウンセラー養成講座を御担当頂いている高柳先生のエッセイ。「傾聴」と「いっしょに考えること」の大切さがよくわかる。今年で3年目に入る。

- 2010年4月18日 林明夫記 -