

【特集】キャリアの過去、現在、未来

—現代行動科学会第34回大会テーマセッションから—

転職を経て考えること

菊池 美歩 (いわてリハビリテーションセンター)

今回、『キャリアの過去、現在、未来』というテーマをいただき、自身のキャリアについて振り返るとともに、深く考える機会をいただいた。

学部1年生の終わり頃、自分の将来を考えた際、臨床心理士として働きたいという思いがあった。しかし、臨床心理士の資格取得のために大学院卒業が必要であること、そのための学費を自分で工面したいと思い、社会人として経験を積んだ後に大学に戻り、学びたいと考えた。臨床心理士になる前にしかできない経験があるのではと考え、あえて業種にこだわらず就職活動に臨み、IT関連の企業に内定をいただいた。入社から4年間、自社システムの動作検証等に携わった。その企業に4年間勤務し、その後は大学院に進学し平成27年度に現在の職場に入職した。現在は臨床心理士として、脳卒中や脳外傷による高次脳機能障害を抱える方々の神経心理学的検査による評価や認知訓練、入院患者のカウンセリングを行っている。

前職と現在の仕事では業務内容が異なり、何か前職の経験を生かすことができているだろうか悩んだ。直接的に役立っていることはパソコンの操作が早いということしか思い浮かばなかったが、間接的に役立っていることを考えた時、相手の主体性や強みに焦点を当てて関わろうとしていることではないかと思い至った。前職では同じチームのメンバーの主体性を引き出すために意見を聞く機会を取り入れていた。現在の職場でリハビリやカウンセリングに来てくださる患者様に対しても同じことを大切にしたいと考え、関わるよう心掛けるようにしている。また、学生時代は何事も前向きな気持ちを持つことを大切にしていたが、前職で仕事の厳しさに直面し、どうあがいても後ろ向きな考えから抜け出すことができなかった。そのような気持ちを抱いてしまう自分を責めていたが、悩んだ結果、否定的な感情を持っている自分も自分なのだと思えるようになった。このような経験がなければ、前向きな気持ちでいればどのような状況でもなんとかなるという考えを患者様に押し付けてしまっていたかもしれないと考えることがある。

患者様1人1人、多様な生活背景やニーズを持っており、新しい出会いがある度、その方とどのように関わっていくか悩みながら仕事に臨んでいる状態である。前職では転職を見越して働いていたが、長年勤めている上司や先輩の仕事や周囲からの信頼感を間近で感じ、次に就職する時は長く働きたいと考えていた。今後は現在の職場で経験を積み、関わりを持った方々へ安心感を少しでも抱いてもらえるように成長していきたいと考える。