

「イソベっちの、前へ前へポップー！」

2011年9月04日(日曜)

ゲスト:榎本正己さん(株式会社ジャパンEAPシステムズ EAP相談室 関西室長)

第20回の「のびのびさん」は、
株式会社ジャパンEAPシステムズ EAP相談室 関西室長の、榎本正己さんです。

Q. 株式会社ジャパンEAPシステムズとはどのような会社ですか？
企業さんと契約をして、その企業さんの従業員や家族にカウンセリングのサービスをする会社です。ご利用者の年齢は幅広く、およそ17歳から70歳ぐらいまでの方が相談に来られます。

Q. どのような悩みが多いですか？
仕事の量が多い、仕事の質が合わないといった悩み、キャリアやストレスに関する相談などがあります。最近多いのが、会社で認められていないことにストレスを感じているという悩みです。

Q. そういう方にはどのようなアドバイスをされるんですか？
カウンセラーはアドバイスをしません。その方にどういう話をすれば気持ちが落ち着くのかを考えます。例えば、会社で認められていないという悩みの方には、上司に敵意をもたずに、認めてくれる部分もあるのでは、と聞いています。そうすると気持ちに余裕が出て、何が必要か冷静に考えられるのではないのでしょうか。カウンセラーに話したことは、一度、ご自身の中でも整理がついてるので、上司や同僚、家族にも話しやすくなるというのがポイントです。

Q. こうした分野で大商さんが主催する検定もあるそうですが…
メンタルヘルスマネジメント検定と言いまして、会社員の方が自分たちで心の健康を守っていくために、必要な知識を知ってもらうための検定です。3種は一般社員の方。2種は管理職の方。1種は会社の社長や人事の担当者に取得していただくことを想定しています。

Q. 大切にしている言葉「のびのびワード」を教えてください。
「CoolHead WarmHeart」です。
カウンセリングは、人に対する関心や愛情や熱意があってこそ相手に伝わるものだと思います。

ありがとうございました。