



eMC Library 「この一冊」

EAPの相談はキャリアと切り離せない。
多様性の時代にクライアントのこころ
をキャリアとともに支えるノウハウを学ぶ

EAPカウンセリングに持ち込まれる相談には、職場の人間関係や働き方、自己実現の悩みなどがあります。生きることは働くこと、その逆も然り。労働者のメンタルサポートが中核業務のEAPカウンセラーとして、こころとキャリアの両輪で支援ができることは、支援の幅を広げ、実務において支援方法の引き出しを多く持つことになるのではないのでしょうか。本書は「仕事に愛され、会社に選ばれ、主体的に自分のキャリアを積み上げられる人材になる！」ために、キャリアの心理学の理論に基づいたワークから、レジリエンスといった、自身を見つめ、こころを鍛える学びもたくさん詰まっています。CBTのワークシートを使いこなすには経験が必要で難しいイメージですが、「ジョハリの窓」や「キャリアアンカー」などは、支援マインドがあれば馴染み易く、十分に使えるのではないのでしょうか。自己理解を促進し、仕事の価値観を共有することで、相談者のこころに響くサポートが見えてくる。キャリア支援のノウハウにふれ新しい可能性もぜひ追究していきましょう。



著：杉山 崇 ナカニシヤ出版（2018）

本書はリカレントやEMCAアカデミーでも講座を提供くださっている神奈川大学の杉山崇教授による新刊。キャリアとメンタルの統合的支援を提案し、キャリア支援の世界でも大活躍中。実はこの「キャリア心理学ライフデザイン・ワークブック」を使った、杉山教授によるスペシャル講座を2019年1月12日（土）にリカレント新宿で開催します！ ぜひ実際にキャリア支援のノウハウを学んでみませんか！



VOICE