

(参考) 相談時によく使う声かけ例

○ケース1

- ①眠れないことがよくあるんですか。朝、自分で起きれますか。何時頃起きますか。一日の生活リズムはどんなものですか。
- ②お医者さんに出かけていますか。薬を飲んでいますか。かっとなることがあるという話ですが、どんな状況の時にそんなことがあるんですか。
- ③お医者さんは働くことについて、どのようにおっしゃっていますか。
お医者さんの意見書で例えば、週三日、一日3時間、軽作業という方もおられます。
- ④履歴書に書かれた仕事の内容、その時のやりがいなどの話からスタートしましょう。

○ケース2

- ①まずは、働くことについて気持ちを整理してみましょう。なんのために誰のために働いてきたのでしょうか。(注) その過程で就労意欲をなくしている原因を探る。(健康、人間関係、家族関係、勤務先の倒産等))
- ②将来何をしたいのか、本当にしたいこと、どんな仕事を希望するのか、ヒト・モノ・情報の3分野からイメージを膨らませてみましょう。
- ③(人と接触することの少ない職場を希望する方には) 仕事をすることによって生活にメリハリがつくので働くといいです。人間関係の問題は、みんなが経験することなので素直にそれを受け止めましょう。(相談できる人を探したり、うまくやり繰り返していく方法を身に付けるとよいと思います。)
- ④キャリア形成には終わりはありません。新たな課題が出て、それを乗り越えて成長していけると思います。一つの仕事に絞らず、できそうな仕事を考えることから始めてみては如何でしょうか。
- ⑤考えられる仕事の求人票を当方から5~6社提示します。次にあなたがつきたい仕事の求人をハローワークで検索(ハローワークに行けない場合はインターネットハローワークや求人誌から)5~6社プリントして持参してください。双方で集めた求人を突合して、合致する求人、合致しない求人に分け、その理由を考えていくことから始めましょう。

○ケース3

- ①将来何をしたいのか、本当にしたいこと、どんな仕事を希望するのか、ヒト・モノ・情報の分野からイメージを膨らませてみましょう。
- ②短期・単発(期間限定)の仕事でよいので試しに仕事をしてみませんか。
- ③(少し背中を押せば就職活動に向かえそうな場合)履歴書をみるとしっかり働いてきたことがわかります。いろいろな仕事をすれば自ずと視野が広がってきますから、働いてみることにしましょう。

- ④考えられる仕事の求人票を当方で5～6社提示します。あなたがつきたい仕事の求人をハローワークで検索（ハローワークにいけない場合はインターネットハローワークや求人誌から）5～6社プリントして持参してください。双方で集めた求人を突合して、合致する求人、合致しない求人に分け、その理由を考えていくことから始めましょう。

○ケース4

- ①（母子家庭の母の場合）早く就職をというスピードを求めるならば、（子育ての時間帯を考えながら）求人の多い介護施設・学校での調理補助の仕事に就職できるでしょう。
- ②また、手に職をつけて就職したいということであれば、職業訓練・求職者支援訓練制度があります。医療事務コースを受講された方の就職が容易なようです。（この場合も子育ての時間帯を考える必要があります。）
- ③家族のライフステージを長期的な視点から考え、自分が本当にどうすると家族にも自分にも一番良いのか考えてみましょう。
- ③今の時点で正社員となることのメリット、デメリットも考えてみましょう。

○ケース5

- ①転職が多いということは、経験の面で強みになります。この経験をフルに生かしましょう。
- ②転職が多いことを面接時に指摘されることが心配ならば、転職の多い経験を強みにして自分の長所を見つけ出し、それをアピールしましょう。
- ③（営業等の職歴が長い相談者の場合には）人と人とのインターフェース（付き合い）が強みだと思います。（マンションの清掃といった）現業の仕事ばかりでなく、例えばマンションの清掃・管理の仕事で理事会に出席・記録する仕事、介護事務所の受付窓口など「企画営業」の仕事で生かせると思いますが如何でしょうか。