エール 2

キャリアデザインを描こう

皆さんは5年後、10年後、さらには20年後、自身がどのような生活を送っていたいか考えたことはありますか？〝キャリアデザイン〟という言葉があります。狭い意味では、**仕事をどのようにキャリアアップしていくか、目標を立てて計画的に考えて行くこと。**そして広い意味では、**人生をどのように生きて行きたいか、そのためにどんなキャリアを積んで行く必要があるかを計画的に考えて行くことです。**

先日、40代後半の歯科衛生士Aさんの悩みをきく機会がありました。

彼女は、職場での人間関係や業務内容の不満と、家族から自分が正社員として仕事をすることに理解が得られていないことがストレスとなり、「どうして良いかわからない」「答えが出せないなら辞めるしかない」と一人悶々とした日々を送っていました。

私は、①理想とする職場環境や業務内容、そして②家族が正社員で働くことに理解を示さない理由について、Aさんに質問しました。

答えは、①衛生士経験は長いがまだまだ勉強不足で、自分に自信が持てない。でも若いスタッフには負けたくない。②夫から「どんなに頑張って仕事をしたところで、自分より高収入になれるのか？　家族を犠牲にしてまで正社員でやりたいのはなぜ？」とまで言われる状態。衛生士として中途半端な働きをしたくないという思いをわかってもらえない。こんな自分が嫌い。そう泣きながら話してくれました。

このような悩みは私も経験しています。ですから、Aさんは①職場や家庭内で自分の存在意義に自信を持てていないのでは？　②自分がしたいことは何なのか、そのためには何をしなければいけないのか、というキャリアデザインが考えられていないのでは？　と感じました。

キャリアデザインを考えた行動は、能動的な生き方を自身で模索し、描いていくことです。自身の現状を受け入れて受動的に生きることも1つの選択ですが、不満な現状も容認しなければならず、ストレスが溜まります。

もちろん、能動的生き方も大変です。常に考えなくてはなりません。自分に合った環境を、自分で導きだし、作っていかなければならないからです。

だからこそ、早い時期に計画性を持って、社会情勢や家族のライフイベントを予想しながら、キャリアデザインを考え行動していくことが重要になってきます。そこには、職場でも、家庭でも、自信を持って生き生きとしているあなたが存在しています。

私はAさんに『いまからでも遅くないよ。3年後、5年後、自分がどう生きていたいかを考え、これからその努力をしていけば、3年後の自分をきっとあなたは好きになっているから』とエールを送りました。

カムバック歯科衛生士
復職応援します

株式会社スマイル・フォー・ユー
代表取締役／歯科衛生士
長岐 祐子

歯科衛生士歴30年。多くの歯科医院での勤務を経て、子育て後、フリーランスとして活動。2011年に人材育成・教育事業のスマイル・フォー・ユーを立ち上げる。

- 日本歯周病学会認定歯科衛生士
- ＪＳＯＩインプラント専門歯科衛生士
- 日本歯科衛生士会認定歯科衛生士生活習慣病予防
- 日本成人矯正歯科学会歯並びコーディネータ
- 日本成人病予防協会認定　健康管理士一般指導員
- コーピングインスティテュートコーチ
- 整理収納アドバイザー１級

(株) スマイル・フォー・ユー
03-6311-8720
歯科医院の人材育成・教育・復帰のご相談は、お気軽にお問い合わせください。

イベント情報

毎週水曜日
歯科衛生士のためのプライベート研修 開催中！

会場：錦糸町駅前歯科医院（東京都墨田区）

自信を持って仕事が出来ない、基本の技術が教えられていない、何年かのブランク後にスムーズ職場復帰が出来ない……。そんな一人悩まれてい歯科衛生士さんに自信を持って、予防歯科の担い手になって頂けたらと考えています。

参加のお申し込み、詳細につきましては
(株)スマイル・フォー・ユー　TEL 03-6311-8720
までお気軽にお問い合わせください。