

# 研究者だって将来は不安です!?

## 允つた、キャリア相談に行こう!!

### ● ● ● キャリア相談のご紹介

#### ● 自分の適性や、働くことに不安がある …

大学の教員や研究職を目指す人も、また一般企業や研究機関等に就職する場合も**必要なのはキャリアプラン**です。

就職への疑問、現状の迷いや悩みと、**早い時期から向き合っ**て、解決することは、人生設計に大切なことです。

#### ● 考えるのも、調べるのも、決めるのも、本人がしなければ本当の意味で自分の将来を決めることにはなりません

キャリア面談では、多くの時間を**本人が自ら話す時間**に充てられます。

キャリアコンサルタントは、本人が**夢と職業人生**を自律的に考える支援をします。本人が**選択した進路に自信**が持てるように、自覚を促すことに重点が置かれます。キャリア面談では、民間企業等への就職を勧誘するようなことはありません。

#### ● 経験豊富なキャリアコンサルタントが担当します

**安心して、心を開いて**、話をするためにも、本人の希望で面談の内容は守秘されます。(カウンセリングの守秘義務)

**自分らしい生き方働き方の選択**を考えるときは、1人で悩まずに、豊富な経験者に相談するのも一法です。

キャリアコンサルタントは、本人の進路決定に関して情報や考えるヒントを提供する、**みなさんの支援者**です。

※ 本件に関するご質問等は、お気軽に下記までお問い合わせ下さい。

東京海洋大学 キャリア開発室

03-5463-0575 (直通)

- 塩谷 和美 (しおたに かずよし)  
キャリアコンサルタント、産業カウンセラー  
kshot0@kaiyodai.ac.jp 又はcdc.shiotani@gmail.com
- 大山 泰一 (おおやま たいいち)  
キャリアコンサルタント、産業カウンセラー  
tohyam0@kaiyodai.ac.jp

キャリアプランを  
一緒に考えましょう



特任教授 塩谷 和美