



## 希望と異なる配属先で 仕事に適応できず 悩んでいます



メーカーで働く24歳の会社員です。研究職を希望して入社したはずでしたが、畑違いの営業部に配属されてしまいました。営業職は自分の知識や経験の足りなさを痛感させられることばかりで、1年経った今でも上司からは何かにつけて叱られる毎日です。私自身も「この会社に向いていない」という思いを抱えながら目の前のごとを何とかこなしている状況です。もともと要領よく仕事ができるようになるには、こつこつ勉強を積み重ねるしかないとは承知しています。しかし現実には毎日の膨大な雑務に追われて疲れ果ててしまい、心にも時間にもそんな余裕が持てません。これから先に優秀な後輩でも入社すれば、私は本当に必要のない人間になるはずで、そう考えると自分の将来に少しの希望も見いだせません。夜には悪い想像ばかりが頭をよぎって、不安に押しつぶされそうになります。満足に眠れず仕事にも影響が及ぶようになりました。この悪循環から、どうにか抜け出せないものでしょうか。

### 一人で悩むと ネガティブ思考に なりやすい

畑違いの仕事に戸惑っていらつしやる様子が伝わってきます。たしかに、研究職と営業職とは働き方のスタイルがかなり違うように思います。そうした適性を考慮していないように思える会社の姿勢にある種の憤りも感じていらつしやるのではないのでしょうか。そうなる

と、今の仕事に集中できず、成果も上がってきません。そうしたときに、今後の可能性についていろいろ考えていらつしやるのはとても良いと思

### 人との会話が ヒントになることも

います。ただ、一人で頑張ろうとされているのが気になります。一人で考えていると、良くないことを考えやすくなり、また、そのためにこころの元気がなくなるといふ、悪循環が生まれます。

こうしたときには、誰かに相談してみたいかがでしょうか。職場の先輩や上司に相談してみてもいいでしょうか。職場の事情がわかっているの適切なアドバイスももらえる可能性もあります。会社に保健

スタッフがいれば、そうした人に相談しても良いかもしれません。専門的な立場から助言してもらえられませんか。会社ですぐに相談できないようであれば、友人や家族に相談しても良いでしょうか。職場の状況はわからないかもしれませんが、あなたが、あなたのことをよく知っているだけに、良い意見を聞けるかもしれません。

いずれの場合も、他の人に話をしたり、他の人の意見を聞いたりするだけで、考えが整理できて解決の道筋が見えてくることあります。困ったときには、自分の世界に閉じこもらないことが大切です。

