

第1章

仕事をする基本の気づかい

はじめに	3
01 社会人として働くゴールデンルールは、「挨拶」「時間を守る」「約束を守る」の三つ	16
02 職場では最初は「個性」はいらない。まずは「型」を大事にするとよい	20
03 「それは私の仕事ですか？」は、自らの成長の機会を逃す悪魔の言葉	24
04 職場はあくまで「仕事をする場所」。人の好き嫌いをいわないのがルール	28
05 上司に絶対にいってはいけない禁句は「聞いていません」	32
06 受信力があってこそそのコミュニケーション「聞く力」のある部下が求められている	36
07 人への頼みごと、根回しをしたなら、結果に関わらず、きちんと報告・御礼を	40
08 会社の近所で上司の悪口をいわない。耳に入れば、仕事で不利になることも	44
09 上司に叱られても、涙目になったり、あとあとまで引きずらない	48
10 昇進レースに負けたら、負け犬ぶりは潔く。妬みは自分の評価を下げるだけ	52

理想の部下になるための気づかい

11 どうせなるなら、部下力のある
「理想の部下」になりなさい

12 上司の不得意やうっかりミスは
あくまで「さりげなく」フォローする

13 自分がやりたい仕事、得意なことは
上司に日頃から、やんわりアピールを

14 人間は嫉妬するのが当たり前。
嫉妬させないのが、部下としてのマナー

15 やたらと怒鳴る「毎日台風型」の上司には、
ひたすら平身低頭の態度で聞き流すこと

16 一段上の視点で仕事を見るくせをつける
上司の気持ちが変わり、将来の予行演習に

58

62

66

70

74

78

17 育児、介護など個人の事情は上司に伝えておく。
ただし、公私の区別はつけること

82

18 仕事を頼むとき、とくに部下に仕事を
依頼するときは、納得させて仕事をさせる

88

19 自信がなく、人を認めることができない
部下には小さな成功体験を積みませよう

92

20 部下を叱るときは人前で叱らないこと。
ほめるときは、人前でおおいにほめよう

96

21 部下にとっていいリーダーとは、
三つの「キ」を与えてくれる人のこと

100

相手のやる気を引き出す気づかい

第4章

気持ちを伝える気づかい

- 22 自分よりも有能な部下がいても、自分と比べていちいち嫉妬しないこと
- 23 有能な女性ほど、仕事を抱えこみがち。でもそれは部下の昇進の機会を奪うこと
- 24 あなたが上司なら、部下を昇進させる力のある上司になりなさい
- 25 女性が年上の男性部下を持った場合、丁寧な言葉で接すること
- 26 地位が上がっても偉ぶらない、無理な仕事はしない。外の人にも丁寧に接すること
- 27 リーダーが部下にできる最大の気づかいは、世話ではなく、「成果を出すこと」
- 28 メールの文章は丁寧に書くこと。転送され、必ず他人の目に触れると考えて
- 29 大事なとき、自分の気持ちを伝えたいときはメールよりも手紙を書くのが効果的
- 30 「断る」ようないいにくいことほど丁寧な言葉を尽くして、早く伝える
- 31 自分がもてなす場合は飲みすぎないこと。可能なら、事前に相手の好みを調べたい
- 32 上司に「今日は無礼講」といわれたら、日頃いえない感謝の言葉をいってみよう
- 33 誕生日のちょっとしたプレゼントは相手に日頃から見ている証拠になる
- 148
- 144
- 140
- 136
- 132
- 128
- 124
- 120
- 116
- 112
- 108
- 104

第5章

身近な人への気づかい

- 44 友人から受けた恩は忘れないこと。
自分が友人にしてあげたことは忘れなさい
- 43 女性の話は「ただ聞くこと」に徹する。
解決策の提示は余計なお世話と心得て
- 42 「時間が少なくなるとも、密度を濃くして子どもに接する。
「愛の言葉」は臆せず与えること
- 41 子どもの社会性を育てるため、祖父母など
世代の違う大人とどんどん交流させよう
- 40 「いい学校・大企業」はもはや幸せではない。
子どもに真の力をつける教育を選ぼう
- 39 「働いていること」を子どもに謝らない。
やましさを子どもにお金を与えすぎない
- 38 育児の目的は子どもが独り立ちでき、
「挫折や失敗から回復する力」をつけること
- 37 陰口が聞こえてきても、「聞こえないふり」
□うるさい親戚こそ実は一番の味方。
- 36 夫の親、親戚などは、「仲良くなれたら
儲けもの」くらいの気持ちで接するといひ
- 35 きれいな芝生の「色あせた部分」を認め、
夫婦関係は折り合いをつけよ
- 34 プレゼントとは、物だけではない。
「相手をほめること」も最大のプレゼント
- 194
- 190
- 186
- 182
- 178
- 174
- 170
- 166
- 162
- 158
- 152

第1章

仕事をする 基本の気づかい

仕事をするとき、最低限踏まえて
おきたいことは、何でしょうか。
ここでは仕事に向き合う
基本の気づかいを紹介します。

おわりに

202

45

年をとったら貯金より、「貯人」を。
人生をより豊かに、ハッピーにしてくれる

198