

はじめに 人生は、毎日がオーディション
——あなたは、いい仕事に選ばれていますか？

あなたは、チャンスに恵まれて、仕事にやりがいや喜び、充実感、達成感、満足を感じて、ワクワクする毎日を過ごせていますか？

もしも、いま、「やりがいがない」「なぜかチャンスに恵まれない」「もの足りない」と思うなら、何か不足していて、選ばれていないのかもしれない。

いわゆる「いい仕事」やチャンスは、選ばれた人だけが手に入れているのです。

いちど選ばれた人は、次々にチャンスを引き寄せては高い実績を上げ、周囲の人から羨ましがられるほど活躍して、ますます輝いていきます。いちど「選ばれるコツ」がわかると、何度でもくりかえし選ばれ、加速度を増して成長していくからです。

いまの社会では、選ばれてチャンスをつかんだ人とそうでない人の差は、日増しに開いていきます。グズグズしている間に、大きな差がついてしまうでしょう。

だから、1日でも早く、あなたも「選ばれる人」になってください。

年齢や性別、住んでいる地域、学歴、職業、勤務先の業種や規模、性格、容姿、生い立ちなどは、まったく関係ありません。本人が望むなら、誰でも「選ばれる人」になれるのです。

研修やセミナー、そしてキャリアカウンセリングの場で、私がよく言うセリフがあります。それは、「**人生は、毎日がオーディション**」。

オーディションなんて、映画俳優やモデル、タレントが出るもので、普通の社会人には関係ないと思うかもしれませんがね。

でも実際には、どのような企業でも、経営者は常に「明日のスター社員」を探して、社内でもオーディションを開催しています。

たとえば、こんな場面をイメージしてみてください。

ある会社で、新商品を開発するプロジェクトを発足することになりました。さて、その仕事をいったい誰に任せればいいでしょうか？

こんなとき、経営幹部は社内を見渡して、プロジェクトリーダーやメンバーにふさわしい人の候補を挙げて、それとなく探りを入れてみるものです。

その候補者が仕事をしているところに近づいて行って、こんなふうに尋ねます。

「君は、どんな仕事が得意なの？」

「その仕事では、いつもどんな工夫をしているの？」

これがオーディションであるなんて、本人には伝えません。質問することは、いつもの世間話やあいさつに毛が生えた程度のことばかり。そんな何気ない会話を通して、候補者の人柄や能力、仕事に打ち込む意欲や姿勢を判断して、その人を推薦するかしないかを決めていきます。

そして、ある日、社内で辞令が出ます。

「佐藤太郎殿 △月△日付で、○○プロジェクトのリーダーに任命する」

これが、スター誕生の瞬間です。

選ばれた当の本人にとつては、予想外のビックリニュースかもしれません。あるいは、何年もの念願がやっとなかう日かもしれません。いずれにしても、選ばれた人は大躍進のチャンスをつかんだのです。

オーディションで選ばれるのは、企業に勤めている人だけではありません。

自営業や専門職の人にも、オーディションは開催されています。

パーティや講演会などの会場で知り合い、名刺交換するときのちよつとした会話でも、瞬間的にオーディションの選考が行われています。

あなたの知らないところで、オーディションで審査されていることもあります。あなたを高く評価している人が、他の誰かにあなたを推薦してくれるかもしれません。

実際に私は、会社に勤務しているときも、コンサルタントとして独立起業した後でも、見ず知らずの人から連絡をいただいて、仕事を依頼されたことが何度もあります。それは、誰かが、私のことを紹介し推薦してくれたからにはかなりません。

あらゆる年齢・性別・職種・役職の人が、オーディションの対象者です。

仕事という一つの舞台を完成させるためには、主役も必要ですが、主役と一緒にストーリーを進めていく脇役も、裏方スタッフも必要です。そのすべての配役をめぐって、毎日のようにオーディションが行なわれています。

いつ、どこで、誰が、あなたのことを採点しているかわかりません。

もしかすると、今日あなたが職場で誰かとすれ違いざまに交わした会話が、抜き打ちの面接試験だったかもしれません。今日あなたが上司から頼まれたちよつとした用事が、実技試験だった可能性もあります。職場では、すべての従業員が、常にそういう目で見られているのです。

あなたを見ているのは、社内の人だけとは限りません。取引先の会社の社長が、あなたをスカウトしようと思っっているかもしれません。

こう考えると、どんなに小さな仕事でも手を抜けません。たとえ、いま担当している仕事が好きになれなくても、いつか大抜擢される日を信じて頑張ってみましょう。そのあなたの姿を、誰かがしっかりと見ていてくれます。

本書では、あなたが「選ばれる人」になり、チャンスやいい仕事を手に入れるためのコツを紹介していきます。

オーディションに合格するためには、備えておくべき能力があり、それを身につけるのに効果的な方法があります。それが、34の「習慣」です。

ここで紹介する「習慣」には、難しいものや、奇をてらった珍しいもの、特別な道具を使うものは何一つありません。実行しようと思うなら、誰にでも可能なことばかりです。

また、特に決まった順序もありませんし、いくつの「習慣」を実行するかも、あなた

の自由です。「これが気になる」と思う項目から読んで実践いただいても構いません。あるいは、「自分に足りなかったのはコレだ！」と気づいたものがあるなら、そこから取り組んでみるのもお勧めです。

ただ一つだけ言えるのは、「習慣」の効果が出るにはそれなりに時間がかかりますから、始めるなら1日でも早い方がいい、ということです。

いま私は、人材開発と組織の問題解決が専門のコンサルタントで、クライアントのほとんどは日本を代表する大手一流企業です。まったく宣伝も営業もしていないにもかかわらず、大手一流企業が、私を選んでコンサルティングや管理職研修などを発注してくださっています。

とはいえ、初めからすべてが順調だったわけではありません。仕事もプライベートもうまくいかず、体調も崩してしまい、自殺を考えるほど悩んだ時期がありました。

そんなときに学んだものが、キャリア形成理論や心理学です。いくつかの考え方やココロの持ちよう、行動のしかたのコツを知ったことがきっかけで、私自身のキャリアを逆転させることに成功しました。

そして、かつての私と同じように自信を失った人、仕事や生き方に迷う人、望むキャリアを手に入れたいと願う人を助けたいと思うようになりました。それが、キャリアカウンセラーを志して、毎週のように個別面談を続けている理由です。

いまは、企業の経営者やエグゼクティブの方々と、これからの人材に期待する資質や条件などを頻繁に話し合っています。また、キャリアアカウンセリングの個別面談を通じて、さまざまな年齢・職業・立場の方々のご相談に乗らせていただいています。こういう経験を通じてわかったことは、**社会人としての成長に必要なのは、小さな努力と工夫の積み重ね**です。

地味なことでも継続して取り組んでいく。それが、基礎能力として蓄えられ、大きなチャンスを引き寄せ、いざというときに人生を動かす瞬発力に変わるのです。

そのために、ぜひ、本書で紹介する「習慣」のいくつかに、取り組んでみてください。

一人でも多くの人に、自分の魅力と才能に自信をもち、仕事に情熱と生きがいを感じて、イキイキと働けるようになってほしい。そして、そういう人が増えることで、日本の社会全体が輝きと活力を取り戻してほしい。それが、私の願いです。

まずは「あなた」が、オーディションで「選ばれる人」になってください。

あなたが「選ばれる人」として夢を実現し、素晴らしく充実したキャリアと人生を手に入れることを、心から応援しています。

組織変革コンサルタント & キャリアアカウンセラー

門田 由貴子

『選ばれる人になる 34 の習慣』 目次

はじめに 人生は、毎日がオーデイション

—— あなたは、いい仕事に選ばれていますか？

序章 変化する時代にチャンスをつかむ人の条件

変化への備えが、あなたを「選ばれる人」にしてくれる
オーデイションを仕掛けて、進むべき道を切り開く
今の状況から一歩抜け出すために
選ばれる人の二つの条件
巨大な高層ビルと小さな一軒家、目指すのはどちら？
すべての社会人に期待される基礎能力

1章 選ばれる人になる情報を受け取る習慣

伸びる人と伸び悩む人は、何が違うのか？
習慣1 リアクション上手は、受け取り上手
習慣2 受け取るために、ノートを肌身離さず持ち歩く
習慣3 筆記用具を選んで、思考スピードを上げる！
習慣4 ノートの取り方を進化させる！

2章 選ばれる人になる意識を高める習慣

習慣5 自動的に情報を集める「アンテナ」を立てる
習慣6 自分の人生に望むものをハッキリとオーダーする
習慣7 常に「次のステージ」に立つ準備をしておく
習慣8 複数のロールモデルから、「いいところ取り」をする
習慣9 理性の力でモチベーションを高める

3章 選ばれる人になる自己投資の習慣

インプットされた情報の量と質が、キャリアを決める
習慣10 「選択と集中」で、職場のNo.1スキルを手に入れる
習慣11 知らないことを知ること、視野を広げる
習慣12 脳を、アイディアとヒラメキの宝庫に変える
習慣13 1日で、本100冊分の情報と視点、人脈を手に入れる
習慣14 理解した情報を、行動と成果に変える
習慣15 年間予算を決めて、自分の未来に投資する

4章 選ばれる人になる人付き合いの習慣

- 誰と付き合うか？ それで成長スピードが決まる
- 習慣 16 職場の「生きたノウハウ」を学び、信用を勝ち取る
- 習慣 17 賢人の学び方で、「器」を広げる
- 習慣 18 仲間と将来を語り、人生を学び合う
- 習慣 19 高い視点から、あなたを引き上げてもらおう
- 習慣 20 優れた人・格上の人から、刺激を受ける
- 対話こそ、自分みがきの最良の方法

5章 選ばれる人になるアタマみがきの習慣

- 「思う」と「考える」は別次元
- 習慣 21 行動・思考・感情を記録して、教訓を導く
- 習慣 22 会議とハウレンソウの前に、メモを作る
- 習慣 23 アイディア増幅装置を使いこなす
- 習慣 24 数字で考え、数字で説得する
- 習慣 25 広く可能性を検討して、YESと言う

6章 選ばれる人になるココロみがきの習慣

- 習慣 26 自分のココロと向き合い、自己理解を深める
- 習慣 27 聞こえない声を聴き、見えない言葉を読む
- 習慣 28 小さな変化から、意味を読み取る
- 習慣 29 ココロの内側を、満足と感謝で満たす
- 習慣 30 運気を高めて、晴れやかに1日を始める

7章 選ばれる人になる少し差がつく習慣

- 習慣 31 実験を仕掛けて、進化する
- 習慣 32 人望と影響力を手に入れる
- 習慣 33 オーディションに応募する
- 習慣 34 自分の役割を精一杯に生きる

8章 選ばれる人になる自分磨きの注意点

- 現在のあなたをイジメないで！
- キャリアアップは長期戦で
- 「知っている」から「できている」へ
- あなたの土台は、バランスがとれていますか？
- オーディションの審査員は、だませません
- キャリアに「棚からボタ餅」なんて、ありえない

「正しい努力」は、多くの実りをもたらす
人生に、ムダな努力なんて一つもない
天網恢恢、疎にして漏らさず

おわりに

巻末資料① アクションリスト

巻末資料② 参考情報

●著者プロフィール

門田 由貴子（かどた ゆきこ）

組織変革コンサルタント、キャリアアカウンセラー。株式会社エトス代表取締役社長。

主に大手企業で、コンサルティングと研修を通じて、毎年2,000人以上のビジネスリーダーの問題解決とスキルアップを指導している。人と組織の問題を1時間でズバリと見抜き、思考と心理の両面から問題解決していくスタイルには定評あり。

日本電気株式会社（NEC）で、自ら企画主導したプロジェクトで「功績賞」「社長賞」を受賞。コンサルティング部門で売上No.1を達成し、クライアントの評価により再度「社長賞」を受賞。経営幹部候補者向け「特別MBA講座」修了。

20代で「自分探し」に悩んだことをきっかけにキャリアアカウンセラーを志し、仕事や生き方に迷う社会人を助けたいとの思いから、2003年に起業して個別面談を開始。クライアントから「困ったときのドラえもん」と呼ばれ、セミナー参加者からは「具体的にわかりやすい」「実践的でスグに使える」と好評を博している。

産業カウンセラー、キャリアコンサルタント、ASK 診断士、産業能率大学講師。
著書『ザ・チェンジ！人と職場がガラリと変わる12週間プログラム』（フォレスト出版）は、2011年に日本創造学会「著作賞」を受賞。

門田由貴子 公式ホームページ <http://www.ethos-net.com>

Twitter ID KadotaYukiko