

第1章

仕事をする基本の気づかい

- 001 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 …… 14
- 002 職場では最初は「個性」はいらない。まずは「型」を大事にするとうい …… 18
- 003 「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 …… 22
- 004 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 …… 26
- 005 上司に絶対にいってはいけない。禁句は「聞いていません」 …… 30
- 006 受信用があつ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 …… 34

- 007 人への頼みごと、根回しをしたら、結果にかかわらず、きちんと報告・御礼を …… 38
- 008 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 …… 42
- 009 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 …… 46
- 010 昇進レースに負けたら、負け犬ぶりは潔く。ねたみは自分の評価を下げるだけ …… 50

第2章

理想の部下になるための気づかい

- 011 どうせなるなら、部下力のある「理想の部下」になりなさい …… 56
- 012 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 …… 60
- 013 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 …… 64

相手のやる気を引き出す気づかい

014	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	68
015	やたらと怒鳴る「毎日台風型」の上司には、 ひたすら平身低頭して聞き流すこと	72
016	一段上の視点で仕事を見るくせをつける 上司の気持ちかわかり、将来の予行演習に	76
017	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	80

018	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	86
019	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	90
020	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	94

021	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	98
022	自分よりも有能な部下がいても、 自分とくらべていちいち嫉妬しないこと	102
023	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	106
024	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	110
025	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	114
026	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	118
027	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」	122

- 028 メールの記事は丁寧に書くこと。
転送され、必ず他人の目に触れると考えると…… 126
- 029 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
…… 130
- 030 「断る」ようないにくいことほど
丁寧に言葉を尽くして、早く伝える …… 134
- 031 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
…… 138
- 032 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
…… 142
- 033 誕生日のちょっとしたプレゼントは
相手を日頃から見ている証拠になる …… 146
- 034 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
…… 150

- 035 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 …… 156
- 036 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
…… 160
- 037 □うるさい親戚こそ実は一番の味方。
陰口が聞こえてきても、「聞こえないふり」
…… 164
- 038 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
…… 168
- 039 「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ずぎない
…… 172
- 040 「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
…… 176
- 041 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
…… 180

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。

- 042 時間が少なくとも、密度を濃くして子どもに接する。……184
「愛の言葉」は臆せず与えること
- 043 女性の話は「ただ聞くこと」に徹する。……188
解決策の提示は余計なお世話と心得て
- 044 友人から受けた恩は忘れないこと。……192
自分が友人にしてあげたことは忘れなさい
- 045 年をとったら貯金より、「貯人」を。……196
人生をより豊かに、ハッピーにしてくれる

おわりに ……200