

# はじめに

---

「頑張っているのに、なかなか成果が出ない…」

「なんで上司は自分を正しく評価してくれないんだ？」

「なぜ、あいつの方が高く評価されるんだ？ 自分の方が能力が高いのに…」

ビジネスマンなら、そのような不満を持ったことが何度かあるのではないのでしょうか。

しかし、「能力」、「頑張り」、「仕事の成果」、「評価」はイコールではありません。それぞれの関係、しくみを理解していないと、見当違いの努力や、空回りの頑張りをしてしまうことになりかねません。それはとてももったいないことです。

せっかく仕事で頑張るならば、頑なりに応じた成果を出し、正しく評価される方があなたにとっても、上司や会社にとってもハッピーなことです。

本講座では、仕事と成果、評価のしくみを解き明かし、今まで以上に高い成果を上げ、高く評価されるための具体的、実践的な方法を解説します。

高く評価されるためには、際立った特別な能力が必要なわけではありません。猛烈なハードワークが必要というわけでもありません。

必要なことは、能力、成果、評価に関するしくみを理解し、やるべきことを正しく確実に実行することです。

本講座で説明することを、すぐに、すべて実行することは難しいかもしれませんが、でも、できることから始めてみてください。すべてできないとしても、今までできなかったことが少しでもできるようになる、10回のうち1回しかできなかったことが2回、3回とできるようになる。それは、大きな進歩です。

できることから始めてみて、まずは小さな成果を実感してみてください。それが継続する原動力になると思います。

本講座で、あなたの成果と評価が高まることを祈っています。健闘を祈ります。

**第1章 成果と評価について知っておこう** ..... 7

- Subject.1** 成果と評価がアップすると? ..... 8
- Subject.2** 評価を高めるために知っておきたいこと ..... 14

第1章のおさらい ..... 16

**第2章 評価のしくみと自分の役割について知っておこう** ..... 17

- Subject.1** 評価のしくみを知る ..... 18
- Subject.2** 期待されている仕事、役割を知る ..... 26
- Subject.3** 自分に必要なスキルを知る ..... 28

第2章のおさらい ..... 32

**第3章 「人間力 ① 対人関係力」認められる人になるために好感力と共感力を高める** ..... 33

- Subject.1** 素直な人は可愛がられる ..... 34
- Subject.2** 約束を守らない人は信用されない ..... 38
- Subject.3** 元気なあいさつ、楽しい笑顔は職場を明るくする ..... 40
- Subject.4** 主体者意識、当事者意識で「場」を創る ..... 42
- Subject.5** 気配り・サービス精神は人のためならず ..... 44
- Subject.6** 我以外皆我師也 (自分以外は、みんな私の先生) ..... 46
- Subject.7** 上司や同僚は自分の前工程・後工程と意識する ..... 48
- Subject.8** 仕事ができる人ほど謙虚さを持っている ..... 50
- Subject.9** 反対をするなら代替案を出す ..... 52
- Subject.10** 対人関係力を発揮するためには? ..... 54

第3章のおさらい ..... 56

**第4章 「人間力 ② 自己管理能力」セルフコントロールをして自分をマネジメントする** ..... 57

- Subject.1** 自己管理能力とは ..... 58
- Subject.2** 自己管理能力を高めるために自分を知る ..... 62
- Subject.3** しなやかな心、柔軟な心を持つ ..... 64
- Subject.4** 必要な我慢なら耐えるべし ..... 66
- Subject.5** 怒りはコントロールできる ..... 68
- Subject.6** 叱られ上手になる ..... 70
- Subject.7** 成長するために学習し続ける ..... 72

第4章のおさらい ..... 74

**巻末 成果・人間力に関する名言・金言集** ..... 75

- Subject.1** 20人の思想家や評論家・経営者の名言 ..... 76

# 学習スケジュール

■学習の前に予定を立て、計画的に学習しましょう。

Chap	Sub	タイトル	学習予定日	学習終了日
1	1	成果と評価がアップすると？	月 日	月 日
	2	評価を高めるために知っておきたいこと	月 日	月 日
2	1	評価のしくみを知る	月 日	月 日
	2	期待されている仕事、役割を知る	月 日	月 日
	3	自分に必要なスキルを知る	月 日	月 日
3	1	素直な人は可愛がられる	月 日	月 日
	2	約束を守らない人は信用されない	月 日	月 日
	3	元気なあいさつ、楽しい笑顔は職場を明るくする	月 日	月 日
	4	主体者意識、当事者意識で「場」を創る	月 日	月 日
	5	気配り・サービス精神は人のためならず	月 日	月 日
	6	我以外皆我師也（自分以外は、みんな私の先生）	月 日	月 日
	7	上司や同僚は自分の前工程・後工程と意識する	月 日	月 日
	8	仕事ができる人ほど謙虚さを持っている	月 日	月 日
	9	反対をするなら代替案を出す	月 日	月 日
	10	対人関係力を発揮するためには？	月 日	月 日
4	1	自己管理能力とは	月 日	月 日
	2	自己管理能力を高めるために自分を知る	月 日	月 日
	3	しなやかな心、柔軟な心を持つ	月 日	月 日
	4	必要な我慢なら耐えるべし	月 日	月 日
	5	怒りはコントロールできる	月 日	月 日
	6	叱られ上手になる	月 日	月 日
	7	成長するために学習し続ける	月 日	月 日
巻末		成果・人間力に関する名言・金言集	月 日	月 日
第1回添削課題			月 日	月 日

## Chap.1

成果と評価について知っておこう

### 学習のねらい

まず、成果と評価が上がると、どういうメリットがあるのかについて整理します。そして、評価される人とされない人の差はどこにあるのか、成果と評価を高めるためにはどういう流れで何をすればいいのかについて学習します。  
評価が上がるメリットをしっかりと認識し、心に刻み込めば、目標を持って学習でき、行動習慣として継続していくためのモチベーションとなるでしょう。

### 本章での学習内容

1. 成果と評価がアップすると？
2. 評価を高めるために知っておきたいこと

学習日 年 月 日～ 年 月 日

# 成果と評価がアップすると？

## 成果と評価アップによる三つのメリット

企業に勤務するビジネスマンとして同じ働き方をしている人でも、仕事に対する意識は様々です。バリバリ頑張って、早い出世を目指す上昇志向の人もいれば、マイペースで働き、ほどほどに成果を上げ、仕事と生活のバランスをとりたい人もいます。

仕事を行う目的も人によって様々です。自己実現と自己成長を求め、仕事にやりがいと楽しさを追及する人もいれば、仕事は生活のための収入を得る糧だから、やりがい、楽しさなんて求めない、と割り切って考える人もいます。

人それぞれの働き方、スタンスがありますから、どれが正しいというものはありません。しかし、自分の能力を高め、高い成果を出し、評価を高める方が結果としては効率的であり、合理的であり、楽しくハッピーなことが多いのです。

まず、それを理解してもらうために、成果と評価をアップさせるメリットについて整理します。主なメリットとして、次の三項目があげられます。

- ①自己実現、自己成長ができる
- ②他者からの承認を得られる
- ③経済的な余裕が出る

また、メリットを時間で考えると、短期的メリットと中長期的メリットに分けられます。メリットを項目と時間で整理すると次のようになります。

### ■成果・評価アップのメリット

	短期的	中長期的
①自己実現、自己成長	仕事のやりがい 達成感	スキルアップ 幸福で充実した職業人生の実現
②他者からの承認	上司からの評価アップ ねぎらいの言葉	昇格 昇進
③経済的	賞与額アップ	昇給額アップ 退職金のアップ 生涯賃金のアップ

## 自己実現、自己成長のメリット

### ■短期：日々の成長実感、仕事のやりがい

自己実現、自己成長の短期的なメリットとしては、日々の成長実感と、仕事のやりがいがあるでしょう。仕事のやりがいは「頑張って良かった！」という達成感、充実感を生みます。

### ■中長期：スキルアップ

中長期的なメリットとしてスキルアップがあげられます。今までできなかったことができるようになった、今までよりも早く、正確にできるようになった。そのようなスキルアップによる満足感、成長実感は「もっと難しい仕事にチャレンジしてみよう！」という気持ちを起こさせますし、さらなるモチベーションを喚起します。スキルアップはビジネスマンとして成長していることを意味しています。そのスキルは、あなたが働いていくための大きな資産になります。

今後、今の会社で働き続けるにしても、転職するにしても、スキルはあなたがお金を稼ぎ続ける強力な武器になります。お金という資産は使えば減りますが、スキルという資産は減るどころか、活用すればするほど増えるものです。

また、成果、評価を出し続けているということは、長期的に見れば「幸福で充実した職業人生」の実現につながります。学校を卒業してから、リタイアするまでの長い職業人生を幸福で充実したものにできれば、あなたの人生そのものも豊かなものになるでしょう。

## 他者からの承認

### ■短期：ねぎらい、感謝の言葉

他者からの承認で短期的なものは、上司や同僚、顧客からの承認でしょう。「よく頑張ったね！」「お疲れさま！」という上司や同僚からねぎらいの言葉