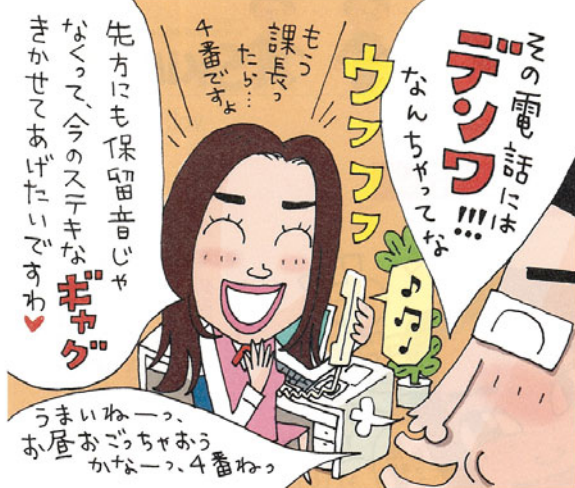


「シティリビング」2007年



**実録** 自画自賛！  
これでわたしはお気に入り

- キチンと仕事**
- 与えられた仕事は、文句を言わずに笑顔でこなす (28歳/サービス)
  - 仕事を頼まれたら素直に引き受け、スピードと適切さを大切に即対応 (30歳/メーカー)
  - 知っている内容でも、最後まで聞くように心がける (31歳/化粧品)
  - われながら面に衣類せぬ物言いが、その分、仕事はきちんとしている (35歳/商社)
  - 人が嫌がる仕事を笑顔で引き受ける。コピーやお茶くみももちろんOK (28歳/食品)

- 心がけが大切**
- 機嫌を損ねないように気を配り、話題をふって積極的に会話する (27歳/メーカー)
  - 誰にでも愛想よく、あいさつをきちんと、笑顔で絶やさないように心がけている (30歳/機械)
  - 男女上下関係なく、常に同じ温度で接する。相談事は他言しない (35歳/団体)
  - 年上の人とのコミュニケーションに苦勞しない。素直に尊敬の念で接することができるから (35歳/商社)
  - 入社したころは、先輩の話聞く役に徹した (28歳/機械)

- うめられるとき**
- あだ名で呼ばれる (27歳/IT)
  - よくランチをおごってくれる。意見がよく通る。よく話しかけてくれる (32歳/飲料)
  - あまり怒られない。ほかの女子より、やさしく接してくれる気がする (28歳/機械)
  - オヤジギャグに、ついウケてしまう (27歳/建設)
  - 周りに社内でも有名なダメ人間が揃っている。比較されていつもプラス印象 (31歳/銀行)
  - 話すのが上手だ。自分を捨てても笑いとれる (33歳/機械)

**実録** モテない私にも  
言い分はアリ



**仕事は仕事！**

- 残業は一切せず、アフター5のお話もしり、さっさと帰る (33歳/サービス)
- 間違っていることは、おかしいと言ってしまおう (28歳/電機)
- 忙しいときに頼まれごとをしたら、ムツとしているのが顔に出してしまう (25歳/商社)

**悪気はないんだけど…**

- 正直すぎる。美辞麗句が使えない (36歳/ホテル)
- 男っぽくてハッキリものを言う (35歳/商社)
- 愛想が悪そう (26歳/サービス)
- 不正なことは、相手が誰であろうと許せない (32歳/運輸)

**周囲を寄せつけないオーラ発信中**

- バレンタインなどもしないし、必要以上しゃべらない (33歳/サービス)
- 信用できないと思った人には、最低限の会話しかしない (33歳/機械)
- 背が低いので、威圧感があるらしい (34歳/建設)
- お局さまに敵対視されている (24歳/建設)

**実録** あの子と私…ココが違う  
**オフィスの  
お気に入り劇場**

オフィスのさまざまなシーンで繰り返しられる「お気に入りOL」の実態を、シティ読者が自己分析&ウォッチング。「確かに納得」な態度から、「それって思い込み？」な意見まで、レポートします。コミュニケーションアドバイザーの指南と合わせて、上司との関係づくりを考えてみて。

あいさつコンサルタント  
コミュニケーションアドバイザー

Kouchi Rie

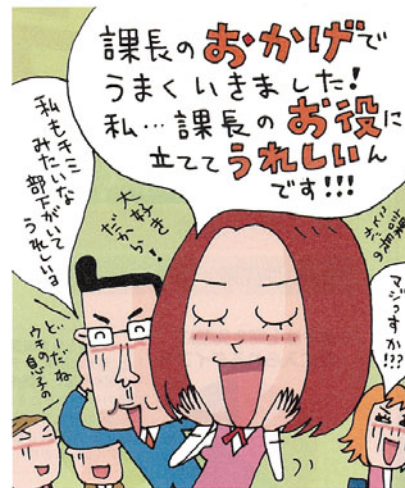
河内理恵(こうちりえ)さん

人と人との関係を円滑にして、創造的にするためのコミュニケーションアドバイザーとして、講演活動や企業などの研修で幅広く活躍中。有限会社アプロード代表取締役



河内さんのホームページ  
<http://www.approach-akk.com/>

**実録** だからあの子はかわいがられるのね



**いつも仕事に前向き**

- いつも「はい」と返事。フットワークが軽く、いやな顔をしない (28歳/商社)
- 頭の回転が速く、気の利かせ方がうまい (34歳/メーカー)
- 何でも報告して、コミュニケーションをよくとっている (33歳/サービス)
- 自分の仕事そっちのけで、上司のために動く。そのアピールもすごいので、「かわいいやつ」という印象を獲得している (34歳/薬品)
- 決して逃げない。常に前向きである (33歳/機械)

**そこまでする!?**

- 甘え上手。絶対に思っていないお世辞やほめ言葉を、ごくごく自然に言える (26歳/保険)
- おじさんのくだらない会話も笑って聞いて、適度に突っ込んであげている (34歳/建設)
- 誕生日などのプレゼントに気が利く (33歳/サービス)
- 天真爛漫な感じ! 裏表なく見えて、気に入られるのでは (34歳/商社)
- 上司には、あきらかに声のトーンと態度が違う (34歳/建設)

**やっぱり外見でしょ**

- 美人。それだけでかなりのポイント (32歳/運輸)
- かわいらしい。いわゆる「いじられる」タイプ (26歳/IT)
- 仕事の処理能力はなくても、巨乳なら許される。チチ力がすべて! (34歳/サービス)
- しぐさがすごくかわいいので、すぐかまってしまいたくなる (34歳/マスコミ)
- とにかく、かわいらしい後輩。キツイことを言っても「かわいいから、いいか」と思ってしまう (26歳/銀行)

あなたのそばにいる？  
上司に**モテる**OL

浮かれるなかれ  
『成長する自分が人生を豊かに…』

今すぐ実践  
ヒューマンスキルアップ **5** 箇条

- 1 さりげなく気配りのできる人になろう
- 2 幸せを呼ぶあいさつを欠かさずに  
①明るく②いつでも③先に④続けてをモットーに
- 3 失敗しても、前向き&笑顔の積極的思考で
- 4 反省はしても後悔はしない。  
ウダウダは時間のムダ
- 5 グチや悪口を絶対に言わない

「職場をどう生きるかは、働く女性にとって大切なテーマ。河内さんは、「周囲には良くも悪くもたくさんのモデルケースがありません。自己満足に終わらせないためにも、自分がやりたいイメージの人をまねてみましょう。ヒューマンスキルを磨くことで、得るものはたくさんありますよ」と話します。例えば、書類の記入漏れがあったときに、「ここ違います」というのではなく、「こちらに記入していただけますか」とさりげなく言える。それ以外、簡単なことですよ。」「もっと成長し、変わる自分に気づいたら、人生がより豊かになりますよ」

今すぐ始めたい、5つのポイントを挙げてもらいました。

実践！よくあるこんなシーン、どうやってきり抜ける？

機嫌が悪いと  
すぐ切れる上司。  
話をするのもコワイ…。

まともにぶつかり粉々になるので、ヒョイと身をかわすように意識して。相手の威圧感を、笑顔でかわす気持ちで。

私の意見は否定ばかり。  
相談しても「自分で考えろ」と  
と言われるんです…。

否定的な言葉が癖になっているのだと、おおらかに受容する努力を。よく観察して、上司の判断を導けるような言い回しを工夫して。

なんとなく好かれていない  
のでは…？  
と気が重いんだけど…。

人間関係は合わせ鏡。相手もあなたの気持ちに気づいているはず。苦手な人にこそ好意を抱き、質問をして共感部分を増やすと、意外と新鮮な発見ができるかも。