

仕事編

Work



仕事は好きだしやりがいもあるのですが、約10年も同じことをやっていると、どこかでルーティンになり、楽なほうへ流れてしまう自分がいます。モチベーションを保つにはどうすればいいでしょう？(あっこ・30才・公務員)

非日常的な行動で、自分をリフレッシュさせて!

私だって、仕事に飽きたことなんていくらでもあるわよ。モチベーションを保つには、仕事以外の何かを見つけることが大切ね。毎日同じことの繰り返しだから、仕事に対するモチベーションも下がるのよ。だから、いつもとは違う、自分にとっての非日常的な行動を起こしてみるの。簡単なことでもいいわ。新作の映画を見るとか、舞台を見るとか、おcomaバーだってオススメよ。昔は、女の子は入りにくかったけど、今はそれじゃ商売にならないから(笑)、観光として気軽に入れるお店がたくさんあるの。おcomaバーのママと接すると、すごくパワーをもらえるし。私も落ちこんだとき

は行ってパワーをもらうの。エステやマッサージで体をほぐすのもいいわね。とにかく楽しいことにふれること。

あとは、仕事とは別の好きなことをやってみるのはどう？私の場合はバンド活動なんだけど。昔からやってみたかったことを思い出して行動を起こしてみよう。アラサー世代って、だんだん若さも衰えて、いろいろあせったりする時期じゃない？あせればあせるほど悲壮感が出ちゃうから、そうやって、常に自分からリフレッシュをしていくことが大事よ。せっかく好きな仕事ができるんだから、がんばんなさい!!



女性の少ない業界で営業職をしています。今までは女である珍しさや若さもウリにできましたが、30才を前にこのキャラでいいのと考えています。また、普遍的な「人を引きこむ話術」があれば教えてほしいです。(モコ・29才・営業)



お給料はいいけどつまらない今の仕事と、この先どうなるかわからないけどおもしろそうな仕事、どっちを選ぶべきでしょう？未経験の仕事にチャレンジするには、年齢的な部分でも不安があります……。 (真央・27才・OL)

自分から求めて、ステキな人とたくさん出会ってみて♡

まずは、年齢について自分で区切りを決めるのはよくないわ。大事なのは心の年齢と肌年齢よ(笑)!私の場合、仕事とプライベートととくにキャラは変えてないわね。変えると疲れちゃうから。仕事はもちろん、人としても何かを学びたいなら、年上の人と接したり、お手本になるような尊敬できる人を見つけたりしたらどうかしら?社内にはないなら、異業種交流会みたいなパーティとかに積極的に出かけて、いろんな人を見てみる。少しでも変わりたいと思うなら、考える前に行動しなくちゃね。

人を引きこむ話術については、それを持っている人つきあえばいいのよ。それこそおcomaバーとかは話術の宝庫よ(笑)。発声練習もいいわね。アイウエオの母音をはっきり発音すると、言葉がキレイに伝わるの。あと、人を注目させるときの話し方のコツとしては、声の「低い」「高い」、スピードの「速い」「遅い」、声の「小さい」「大きい」を上手に使分けると。テレビショッピングもそうだし、売れているタレントさんや、ホストなどの客商売の人たちって、必ず話し方にこれを盛りこんでるの。少し注意して聞いてみるのも勉強になると思うわ。

本気でやるなら、年齢とか経験は関係ないのよ!

どっちか選ぶなら、おもしろそうな仕事に決まってるじゃない!仕事は楽しむもの。がんばるものじゃないのよ。でも、まず最初に“なぜ今の仕事がつまらないのか?”を考えるべきね。一生懸命楽しむようにしてないから、つまらないのかもかもしれない。一分一秒、気を抜かないでやってみたことがある?一生懸命楽しむようにしていれば、周りも変わってくるし、楽しくなってくるのよ。

よく自分を見つめ直して、そこを考えたうえで、新しい仕事にチャレンジしたいなら、年齢的な不安は考えなくてもいいと思う。私だってテレビショッピングの仕事始めたのは34才のとき。最初は通販会社のバイヤーで、その後はお寿司屋さんだったのよ(笑)。なんでも、始めるのに遅すぎることはない。どうなるかわからない不安があったとしても、本気で一生懸命楽しめば大丈夫なの。“本気の神様”っていうのを私は信じてるんだけど、本気でやっていると、本気の神様はまず根気をくれて、次に勇気、そして元気、最後に人気をくれるの。それが成功のヒミツよ。

逆に絶対ダメなのは、怒ることと人の悪口を言うこと。これさえ気をつければ、必ず誰かが助けてくれるはず!

仕事はがんばるものじゃない。一生懸命本気で楽しむものよ♡

ベガス味岡さん

PROFILE

テレビ通販番組にて、“5分間で1億円”という驚異の売り上げをたたき出したカリスマ通販マン。プロの販売員、バイヤーとして通販番組のショッピング・アドバイザーや、MCのほか、タレント活動や講演会などで幅広く活躍中。現在は、企業の商品アドバイザー、販売コンサルタントに力を注ぐ。公式HP: <http://www.aji.tv/>

