



【2018-02-21】

遊道楽歩（雑感）

書を友に、酒を楽しみ、
人生を味わう



今週の雑感

『余裕をもって会社生活をする』

長野修二

余裕をもって会社生活をする

会社生活を送ると相当なストレスが溜まることは間違いないところでしょうか。

ストレスそのものは、どんな人でも必ずあるものですが、その耐性に関して言えば、まさに個人の領域になるでしょう。

結論からすれば、ストレスをどのように感じるかは、一人ひとり違いますし、ストレスなしに生きている人など、まずいないでしょう。

「ストレス」とは、本人が重要でないと思っている事柄には生じてこないし、個人の価値観や信念と関連しているといわれています。また、「ストレス」とは、生活上におこった変化に対応するために必要なエネルギーの量だともいわれています。

人生では、ストレスもうまく活用することが必要かも知れません。理由は、人生や会社生活に変化ということが不可欠であれば、ストレスも当然ですし、ある程度負荷がかからないと、変わらない、変わらないということになるからです。

とくに会社生活で受けるストレスは、生活の大部分を企業の中で過ごすわけですから、その人の人生に大きな影響を与えることになります。

今般の厳しい経済環境下では、厳しい目標設定の中で経営者から一般社員までその立場立場で大きなストレスにさらされているといっても過言ではないでしょう。

会社生活の中で自分自身がやっていけるどうかの判断は、いろんな人達に、数々のアドバイスをもらえたとしても、最終的には自分自身で決定するしかありません。

それでも比較的若い独身者であれば、転職も容易に行えるでしょうし、究極的なストレスの開放は、ストレスの原因となっているものから自分自身を開放すること、いわゆる会社をやめるという選択が可能です。

他方、妻帯者や比較的年齢が高い独身者などは、会社をやめるという選択はそうそう簡単にとれないものです。

家族を取り巻く環境や個々人には複雑な要素があり、高い年齢であれば社会状況、いわゆる転職可能年齢などがあるのでしょうか。

この点でも人ごとにその人を取り巻く条件は一人ひとり違い、十分な貯蓄がある人や妻が一定程度稼いでいる人、あるいは自らの仕事における能力そのもので他社に転職が可能な人、さらに起業ができる人など、そもそもストレスを受け流していくだけの余裕がある人達もいます。

反対に、そのような条件を備えていない人では、その会社にとどまるという選択しかとれないものです。

この場合に変化が必要だと思うことがあれば、そのストレスは想像を絶するものになりそうです。

私は前者でしたから、住宅ローンなどの負債が比較的少なく、自分の能力に対して過剰なうぬぼれ（他人は、世間知らずと言います）も手伝ってひたすら転職を繰り返してきました。

それでも転職後は、1社を除いてそれほどうまくいきませんでしたからストレスの連続だったのでしょうか。

その影響は家族に相当な負担を強いたと思います。

妻がおこなってくれた家庭のマネジメントがよかったおかげで、ここまでこれたのだと、感謝しています。

勿論、息子たちにも迷惑をかけてしまいましたが、私と違いしっかりと就職して頑張ってくれていることにも感謝の言葉しかありません。

私は挑戦に次ぐ挑戦でしたが、やっている本人は楽しいものですが、まわりにいる家族は大変迷惑なことだったでしょう。

それでも、ぎりぎりではありましたが金銭的な余裕があったこと、あるいは家族が協力的だったことなどのおかげで今日まで生き延びることができました。

これから就職する人やまだ企業に入社して間もない人は、現状の企業の状況を見ながら、常に自分のポジションを作れるように金銭的な蓄えを怠らず、さらにあらゆる環境下でも自らのために実務を通し幅広い専門性を学び、さらにどのような体制を構築すれば、企業が成長していくのかということを実践的に学び、自らの仕事能力のステップアップを怠らないようにしておくことが重要です。

とくに、これかからの時代は、ローンなどで無理な借り入れをする

ことなく、自分の生活に余裕がもてる範囲を知り、さらに家族がいれば家族と日常的に生活の余裕をどのようにしてもてるかということをよく話し合っておくことです。

他人との比較は、もともと個々のベースが違いますからまったく比較になりません。

まして多くの情報も[一般化の罠](#)にはまることになるでしょう。

あくまで個々人が自らの状態を把握しながら決定しなければなりません。

だからこそ、真剣に仕事をし、幅広くいろいろなことを学ぼうとする姿勢ができてきます。

企業におけるストレスは自分を苦しめるだけでなく、家族を含めて人生を苦しめることになります。

会社に過度に寄りかからず、自分をスタンスを決めて、自らの能力に応じた人生を構築していくことを目指していくことです。

そのような人が経営職にあがれるような企業であれば、そのような企業は間違いなくこれからも、人の成長をベースにしながら、企業も成長していくことになるでしょう。

問題は、このようなスタンスの企業が少ないこと、いわばこのような考え方の人間が少ないことです。

その意味では、長期的な視点から起業をすることも視野にいれておくべきでしょうか。

こちらは「運」もありますから、あせあらずじっくりと取り組むことが求められるでしょう。

とにかく会社生活や家庭生活を他人と比較してもはじまりません。

常にストレス（自らを破滅させるような事柄）から解放できるだけの余裕をもった生活態度と健康を含めた生活全体のバランス感覚を、自分なりに（自分しかわかりません）身に付けておくことが自らや家族を守ることになると、私は信じています。

