

働いていると「自分の

キャリアはこの先どうなるのか」と漠然とした不

安に直面することも少な

くありません。そこで今

回は「直面する壁とその

乗り越え方」を自身の経

験を振り返りながらお話

したいと思います。

1つ目は「方向性を合

意した仲間とそれぞれ得

意なことを掛け合わせて

乗り越える」です。

家族、育児、仕事で当事

者は常に自分のため、責

任感ゆえに「全ての役割

を自分が担うべきだ」と

思い、何をしても壁のよ

う感じることがありまし

た。そんな時にこそ、子

## 女性管理職が語る

# 苦手なことをやめてみる

ームプレイが重要です。

子育ても仕事も一人でし

ているわけではないの

で、家族や友達、職場の仲

間など二人ひとりの得意

なことを掛け合わせて進

めるようにしています。

この時、大前提として

いるのが、方向性と信念

が合致している仲間とチ

ームを組むことです。

私の場合、夫が最たる

例で、4人の子供の学校

や習い事を決める時は、

得意なことを掛け合わせ

て進めています。夫は子

供の個性を理解し、それ

P&G シンガポール 事業部  
ファブリック ケア  
& アイディリティ ケア

高原 直子氏



たかはら・なおこ 2006年大学院卒、P&G入社。日本で小売業における消費者と市場を分析・理解して戦略立案する職務などを経て22年6月よりシンガポールに赴任し現職。4児の母。

いと意識し、立ち止まら

ないようにしています。

特に、キャリアは「ア

ップ」だけという思い込

みがあるのではないでし

ようか。実際は同じ場所

で専門性を深めたり、ラ

イフステージの変化に合

わせてスピードを緩めた

り速めたり、様々な方向

があり、その時々で目標

は変わってよいのです。

私もこれまで上司や同

僚の経験談を聞きながら

キャリアの多面性を理解

してきました。一方、自

最終的に自分です。助言 意なことに使うほうがよ

を糸口に行動を起こすこ り前向きに毎日を過ごす

ことが、壁を乗り越えるこ ことができるためです。

とにつながりませ。行動 何かしら苦手なことと

といっても難しいことで 向き合っているのであれ

はなく、小さいなことか ば、小さなことからでい

最後は「苦手なことは めてみるのはどうでしょ

得意な人に任せて、壁を うか。心に余裕がある自

乗り越えるエネルギーを 分の方が、多少の困難に

捻出する」です。 も力強く立ち向かうこと

仕事や生活で自分が楽 ができ、不安解消に向け

しめることもあれば、苦 して行動するときのエネル

手なこともあると思いま ギーを捻出することがで

す。私の場合は料理が苦 きると感じています。

手なため、得意な夫にお 次々に現れる壁を乗り

願いしています。料理を 越えるために、苦手を手

しないのは、うまくでき 放して手に入れた行動の

ないことにストレスを感 エネルギーを使い、これ