

まえがき

この本を手にとってください、本当にありがとうございます。私は現在、人財育成コンサルタントとして、百社以上の企業様で、主に研修講師として活動しています。

なぜ私が人財育成コンサルタント業を営んでいるのかについては第一章でお伝えしますが、元々は就職活動を経て、生命保険会社に勤務するサラリーマンでした。

十五年間勤務する中で、多くの経験をさせていただきましたが、実はこれといった知識もスキルも持ち合わせていませんでした。少なくとも私はそう感じていました。

今振り返ると、そもそも夢や志といったもの、つまりマインド（姿勢）が高くなく、周囲の期待に應えるために、必死で仕事をこなしていた期間が非常に長かったと思います。

そういった中、自分自身が将来に不安を覚え、苦しんだときに、多くの人に支えられ、ようやく働く目的や意義を持つきっかけを得ることができたのです。

そして、私のように苦しんだり、悩んだりしている方々をもっと応援していきたい！ という思いが強くなり、独立・起業しました。

現在、研修などを通じて、年間約三千名のビジネスパーソンに出会いますが、とても前向きに仕事に向き合い楽しんでいる方がいらつしやる一方で、目の前の仕事に追われ疲弊している方々も多くいらつしやいます。いや、非常に多いと感じています。

そんな方々に、研修以外でももっと具体的に貢献していきたいと考えていたときに、執筆の依頼を受ける機会をいただきました。

自分が研修で語っている講義内容や演習内容を書籍にすれば、もっと多くの人に届けることができ、サポートできる！そして、これまで受講してくださった方々のフォローができる！ と思い、当然のようにこのチャンスに乗ることにしました。

この本を通じて、次のような方に貢献できれば嬉しいと思っています。

- ・ 目の前の仕事に追われ、働く意味や目的がなかなかみいだせない。
- ・ 自分の強みがわからず、どのように成果を出せばいいか悩んでいる。
- ・ 仕事にばかり時間が取られ、プライベートが楽しめず、悪循環に陥っている。
- ・ 「あなたの夢は何？」と言われても、答えられないし、考えたくもない（しかし、本当は持てたらいいなと思ってる）。
- ・ メンタル的につらい。少しでもこの気持ちを和らげたい。

・もつと笑顔で生活したい。

・うちの社員をもつとイキイキと輝かせたいが、やり方がわからない（迷っている）。

まずは気楽に読み進めてください。

決して強制はしません。何か一つでも気づきを得ることができたとしたら、あなたの人生を変えるきっかけを作ることができたとしたら、私にとっては感謝しかありません。

まずはじめに、私の人生が変わったきっかけからお付き合いいただけると嬉しいです。