

スキルアップ通信 VOL.179

「昇進拒否」しても生き残れるか…“管理職になると 7 割が心身を壊す”

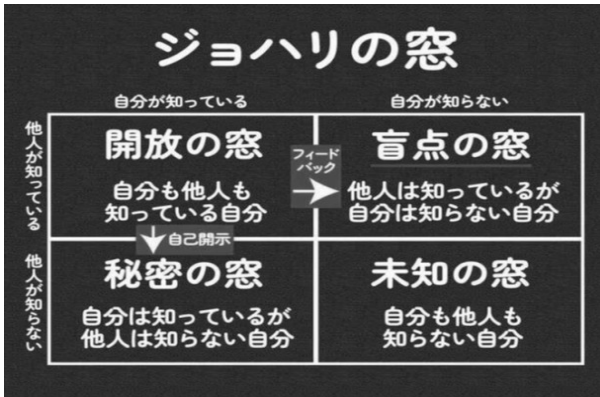
時代に人材のプロが返す納得の回答

～2026 年第 4 号の続き～

昇格拒否を「生存戦略」にするため必要な視点

そうした前提を踏まえてもなお昇格を拒否することは、正しいキャリアの選択となりうるのでしょうか。田岡さんは「キャリア自律ができていのかどうか分水嶺になる」と語ります。「なりたい姿や極めたい専門性があり、そのために今は管理職を引き受けるべきではないと判断するなら、それは立派な生存戦略でしょう。しかし、『なんとなく大変そうだから』という消去法での拒否は、**中長期的にキャリアの選択肢を狭めてしまう可能性もあります**」。だからこそ、自分の適性や目指すキャリアがまだ見えない人は、あえて昇格のオファーに乗る選択肢もあると言います。

「心理学で『ジョハリの窓』というフレームワークがあります。自分が知っている（知らない）自分と他人が知っている（知らない）自分を視覚化した図で紹介されることが多いのですが、この中の『他人は知っているが自分は知らない自分』という領域こそ、キャリア成長のカギとなります。



上司から昇格をオファーされるということは『**管理職としての適性**』を見込まれている証拠。自分は『向いていない』と思っていなくても、やってみたら意外な才能が開花することはよくあります。

そもそも管理職になると、手に入る情報の量が増えたり、見える世界が変わったりします。すると、今までと同じ業務にも多様な意義ややりがいをもって向き合える、収入が増えてモチベーションが上がることも考えられます。自分の可能性を自分で狭めてしまうのはもったいないので、上司の評価を信じてオファーに乗ってみるのも、キャリア上悪くない選択でしょう」

昇格拒否しても「リーダーシップ」は必要不可欠

「管理職にならない＝専門性のみを突き詰めるスペシャリスト」というイメージが持たれがちですが、異なった視点も必要です。スペシャリストとしてキャリアを構築する場合も、高いリーダーシップやコミュニケーション力が求められます。

リーダーシップとは役職に応じて発揮されるものではなく、『**人を巻き込む力**』のことです。

どんなに優れた専門性を持っていても、人や物事を動かさなければ、そのスキルの市場価値は上がりません。昇格しないのであれば、なおさら肩書に頼らず人を動かす力を磨かなければ、キャリアも行き詰ってしまうでしょう。逆に言うと、**管理職にならなくても人材育成には関与できる**ということです。さらに管理職にならない選択をする際のリスクヘッジとして「社外人脈」が重要です。

社外に多様な人脈を持つことは『**井の中の蛙**』になるのを防ぐ意味もあります。20 代、30 代のうちから、社外の勉強会やコミュニティに顔を出し、異なる価値観に触れ続けておくことは、役職を持たないキャリアを歩むうえでの生命線となるはずですよ。

～次回へ続く～

株式会社働きがい創造研究所 代表取締役社長 田岡英明 Diamonds online より

「魚」は洗うべき？ それとも洗わない方がよい？ 意外と迷う問題に「そうだったんだ！」

みなさんは魚を買ってきたとき、洗ってから調理していますか？ 野菜などの食材は洗うけど、魚はどうするのか正解がわからない…という方もいらっしゃるかもしれませんね。

丸ごと一尾の場合は調理前に全体を流水で洗うことが大切です。魚介類を扱うときに気を付けたいことのひとつが「食中毒」。丸ごと一尾の魚や殻つきの貝などには、「腸炎ビブリオ」という、食中毒を引き起こす細菌がついている可能性があります。この「腸炎ビブリオ」は塩分を好む細菌で、海洋中に広く生息していますが、真水の中では生きられない性質があるので、水道水でよく洗うことで、この細菌を死滅させることができます。切り身は基本的に洗わない、干物は水洗い不要です。 クラシルニュースより

