



## A

些細なことで大声で怒鳴ったり、不機嫌な態度で大声を出したりする上司ですか。たしかにイヤになりますね。うんざりして辞めたくなるという気持ちはよくわかります。

そのうえでですが、ご自身はどのように対応されようとしているのでしょうか。「うんざりして辞めたい気持ちで一杯になります」と書かれています。が、たしかに辞めるといいうのもひとつの対応策です。ただ、結論を出す前に、辞めるのが最も良い解決策なのか、辞めた後どのよ

### 転職は本当に最善策でしょうか？

うにしていく予定なのかを具体的に考えておく方が良いでしょう。

その場合に気になるのは、前職を辞められて今の職についていらつしやる点です。前職を辞められることになったのはどのようなないきさつからでしょうか。また、現在の職に就かれた目的はどのようなものだったのでしょうか。もし、今の職に就くことに積極的な意義を感じていたのであれば、その職から離れることがご自分にとって良い判断なのかどうか、少し時間を取って、信頼できる人とも相談して考えた方が良いでしょう。

### イメージを明確に 着実な対応を

その結果、今の仕事を続けることになった場合には、不愉快な上司にどのように対応するかを考えるようにします。その場合には、同僚に相談してその上司に意見を伝えたり、他の役職者に相談して注意してもらったりするなど、具体的な対応策を考えてください。辞めることまで考えているのであれば、ご自分が直接苦情を言っても良いかもしれません。慎重に、しかし着実に行動を起こすようにするのが良いでしょう。

## Q

### 上司との相性が悪く つい転職を考えてしまいます



転職2年目の事務職29歳男性です。54歳の上司は気が短くてやたら声が大きく、些細なことですぐ口荒くまくしたてる性格です。社内では離れた席でも不機嫌な声がよく聞こえてきます。就業時間が過ぎても大声で無駄話を続けているため、気になって残業に集中することもできません。他の人は聞き流しているようですが、常に怒鳴り声を聞いているとまるで自分が責められている気がして、気分が落ち込むようになってしまいました。大声を出されるのが恐ろしくて、報告があってもためらってしまいます。私は口数が多い方ではないため、上司から「やる気がみられない」「コミュニケーション力が足りない」と注意されますが、尊敬できない上司に言われても改善しようという気にもなりません。こんな上司のもとで働いていくと思うとうんざりして辞めたい気持ちで一杯になります。

