

## 働き方の変革 - ワークライフバランスは“タイムマネージメント”が重要

(1) 働き方を“短距離走”から“長距離走”へ

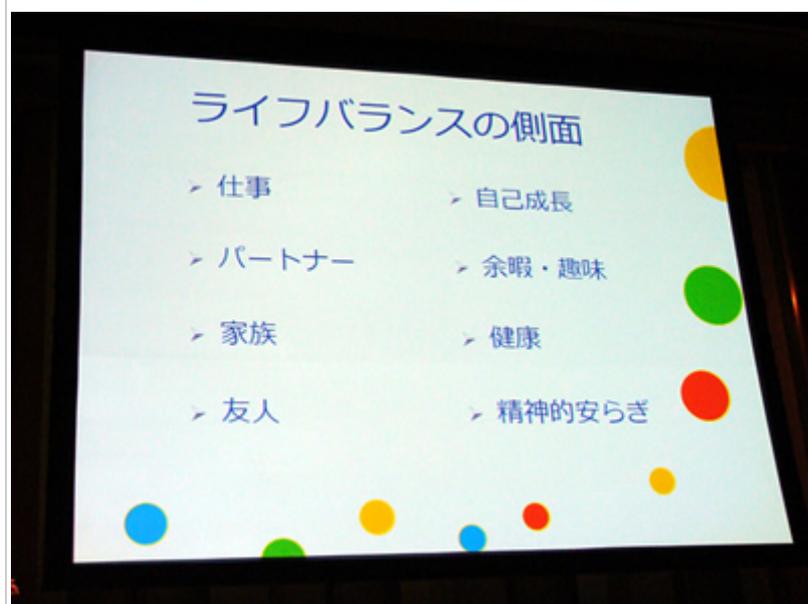
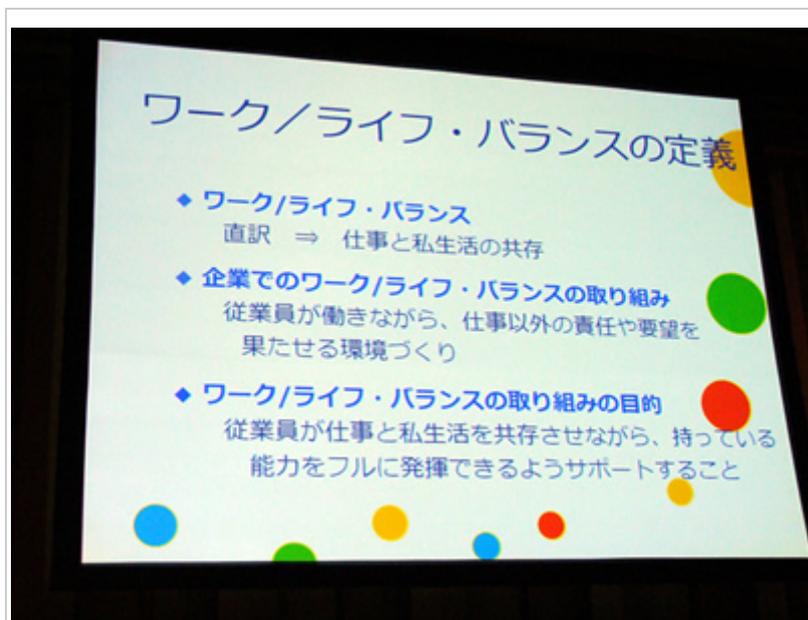
神野恵美 2007/10/22

10日に行われた、マイクロソフトの社内向けイベント「diversity forum 2007 Great Place to Work ～働き方の多様性～」で、ワークライフ・コンサルタントのパク・ジョアン・スクッチャ氏が「ワークライフバランス—持続可能な働き方と個の付加価値向上に向けて」と題した、基調講演を行った。



講演を行うワークライフ・コンサルタントのパク・ジョアン・スクッチャ氏

パク氏によると、“ワークライフバランス”という言葉は20年以上前には海外でも存在しなかった新しい言葉で、現在でも一律の定義がないという。これに対して、まずはじめに“仕事と私生活の共存”というパク氏自身の定義を紹介し、現在なぜワークライフバランスが必要とされているかについて説明した。



ワークライフバランスの定義

戦後、80年代までは長時間労働が成功をもたらすという産業構造で高度経済成長を支えてきた日本。しかしながら、90年代に入り、IT革命が起こり、効率という側面働き方に変化が起こった。これに加えて、日本は少子高齢化という新たな問題にも直面しており、年金制度の破綻という局面が、昨今現実味を帯び始めている。さらにグローバル化により、人材のローカライズが進み、国内の労働市場は次第に厳しい状況になっていくことが予想される。

このような変化に対し、パク氏は「70歳ぐらいまで持続可能な働き方をすべき」だとし、これまでの短距離走的働き方から長距離走的な働き方への転換を推奨し、その解決として自ら求められるキャリア像への自己投資が必要だと語った。

日本人が働き者であるという定説は今や国際的に知られる事情だが、労働時間の長さが必ずしも成果に直結しているとは限らない。その具体例としてパク氏が取り上げた“働き過ぎ度”と“国際競争力”の先進国における2007年のランキングで、日本は“働き過ぎ度”では圧倒的に1位だが、“国際競争力”では55ヶ国中24位だ。一方で、“働き過ぎ度”が最下位のオランダは“国際競争力”では8位にランクしており、パク氏は「労働時間とアウトプットの関連性は分からない」と語った。

## 働き方の変革 - ワークライフバランスは“タイムマネージメント”が重要

(2) 成功する人は時間の使い方に長けている

神野恵美 2007/10/22

現在、“格差社会”が叫ばれる日本。パク氏によると、この問題は技術革新とグローバル化、規制緩和がもたらす先進国の宿命だという。さらに「社会全体が高度化して底上げされ、求められる人材は、より高度な人材、あるいはフリーターのような働き方をする人に二極化する」と述べた。そのうえで、いくらでも代わりが存在する労働社会において求められるのは、新しい発想や革新をもたらす感性だとし、そのために必要なのが“ワークライフバランス”であると説明した。

しかし、情報量が無限大に増え続け、それに付随する仕事量が増加するなかで、個人に与えられている時間というのはあくまで一定だ。パク氏は「みなが同じ時間を持っているのに成果が違うのは、成功する人は時間の使い方に長けている」とし、“ワークライフバランス”に取り組むには、タイムマネージメントが重要なカギとなることを強調した。

その具体策として、時間管理の基本は第一に“計画”にあるという。そのためには、長期目標、月間、週間、1日の計画をそれぞれ設定し、長期から期限を逆算して“今やるべきこと”を見極めることが重要性だと述べた。また、日々の実践編として、毎朝出社したらまずは“to do list”を作成し、その日にやるべきことを把握することを提案。さらにこれに優先順位を付け、なるべくプライオリティの高いものから片付けていく方法を推奨した。「仕事の成果は、順番を変えるだけでも違ってくる。この方法で1日1時間ぐらいいは時間ができるはず。その時間を仕事以外の側面に対して自己投資をして欲しい」と語った。

また、同じ時間でベストな結果を出すためのポイントは、自分の強みと弱みを把握し、得意な分野をより強化することにあるという。パク氏は「マイナスをゼロにするよりも、プラスをよりプラスにするほうがより効果的。弱点を克服するというのは重要だが、自分のウリを見極めるときに弱みを選ぶ必要はない」と述べた上、「今既に流行っていることを始めてもあまり意味がない。まだあまり誰もやっていない将来性のあるところを狙うべき」と、他者との差別化を図ることも重要だとした。さらに「仕事でのパフォーマンスを高めたいければ、それ以外の側面を高める必要がある」とし、そのための実践法として“いつもと違うことをする”、“何かひとつ定期的にやり続けることを決めて実行する”という2点を挙げた。

最後に「今後も変わらないのは、“将来がより不確実であること”と“変化が起り続けること”の2点。しかし“change”は自分を変え、向上させてくれる“chance”でもある。ワークライフバランスは、バランスというよりもハーモニー。それが達成できているかの判断基準は自分の価値観が基本。良い悪いというよりは自分がどうしたいかにある」と参加者に対してエールを送り、講演を締め括った。