

「45～55歳」の期間でやっておきたいこと

「45～55歳」は大切な期間です。“55歳の壁”（＝役職定年や役割交代で自分を見失ってしまう）を前に、不遇な立場に置かれたり／自分の存在が弱まったり、「自分は何者？」／「これから、どうすればいいのか？」という「問い」に直面するようになります。

➔ **これが、「ミッドライフ・クライシス」（＝中年の危機）です。その際、「自分のため」から「他者のため」に変換し、「他者を支援すること」に『開発的チャレンジ』します。「他者からの感謝」は弱っている自分／途方に暮れている自分を蘇らせ、状況を反転させてくれます**

「ミッドライフ・クライシス」の状況を「きれいさっぱり払拭する」（＝Clean／Refresh & Wipe）ため、「Well-doing遺産」（＝自己承認と獲得：役職／収入など）に固執せず、『Well-being資産』（＝健康寿命／職業寿命／社会活動寿命を伸ばす力＝生きる力、幸福度・健康度）に意識を向けます。

➔ **そして、「一回目」の総仕上げと「ライフキャリア・トランスフォーメーション」（＝ライフキャリアの変換）の準備をします。「準備」の要（かなめ）は、次の2つです。**

(1)	生き方・働き方を変換して、「今いる会社で貢献する」という「覚悟」を持つ。—— 例えば、これからは「支援型リーダーシップを発揮して、周りを徹底して支援する」とか／「成長できる分野への進出を提案し、自ら率先して汗をかく」など、「他者支援と貢献」に徹していくことを意識して行動する
(2)	追い込まれてからではなく、先手を打って動く。—— 置かれた場所で枯れてしまっただけでは元も子もない。「置かれた場所で咲く」という固定観念から自分を解放し、広く社会に目を向け、「この広い社会の中で、自分をもう一度咲かせよう」と考える。人間は、移動できない植物と違って「動ける」のだから

この期間に『二回目の仕事人生&人生』の「マインド」（＝他者支援と貢献）を3割織り込むことが大切なポイントです。こうして「自分ならではの経験値」を積み重ねていけば、「今いる会社」の中で活躍できるし、「社会という広い舞台」ではもっと活躍できます