

まえがき



この本を書いた理由は？

端的に言えば、役に立ちたいのです。ポスドクというきわめて重要なキャリアを問題なく過ごして欲しいからです。本書ではほとんどの人が最初のポスドク契約期間中に気が付くことを解説しますので、あたかも先達の知恵を借りるような経験ができます。私たちが一緒に仕事をする機会に恵まれたポスドク経験者たちの成功例（そして失敗例）から学ぶことができます。

ポスドクの時期を輝かしいキャリアへ飛び立つ出発点として利用して欲しいのです。私たちには皆さんを産業界、教職や講師職へ誘導する意図はないことにご留意ください。ただし1つだけ簡単な決まりがあります。

ポスドクはキャリアではない

自分で選択する道へと将来進むために、契約研究者として過ごす時間を、技能を磨き、経験を重ね、驚くような履歴書を書けるようになるために活用してください。驚くような履歴書を書くための魔法のように手っ取り早い解決策は存在しないことを忘れないでください（もしあれば、私たちが販売して金持ちになっているはずです！）。この本は、私たちがポスドクとして考えるべきだと思う重要な点を紹介し、知らないと認識すらしていない物事に気付いてもらうために執筆しました。



わかっているのは？

本書の著者は全員、実験用白衣を着た経験を持っています！ ポスドクから大学に職を得て、そこでポスドク的能力開発への必要性やキャリアに関する不安という問題と直に触れるようになりました。残念ながら、今まで総計何人のポスドクと一緒に仕事をしてきたかは記録していませんが、私たち3人を合わせれば数千人に及ぶに違いありません。さらに私たちは、研究資金提供者、

大学の幹部、国家諸機関など、ポスドクに自分たちの生活の現実を理解して欲しいと切望する人たちとも仕事を共にしてきました。

私たちが唱える黄金律（ポスドクはキャリアではない）に加えて、多くの研究職関連の仕事を選択する際に役立つ指標として3つのP、ひと（People）、プロジェクト（Project）、そして場所（Place）があります。この3つのPは本書の至るところで触れられ、たとえばポスドクをする場所を選ぶ場合には自分の状況、プロジェクト、そして研究環境を考慮するなど、さまざまな場面で自分の考えを整理する助けになることでしょう。好機を捉えるには、自分自身の成長、プロジェクトに関するチャンス、そして所属機関が提供するものなどを考えるのです。これは教職にも当てはまります。ひと——この教職に就くことで得るもの、プロジェクト——この教職に伴う負担（授業内容の策定、評価、講義、実習授業）、場所——誰と一緒に仕事をするのか、教員会議の一員になるのか、学生からのフィードバック評価を受けるのか、などです。この3つのPは、研究作業（プロジェクト）と職場環境（場所）を考える際には、影が薄くなりがちな要素であるポスドク個人（ひと）の成長という側面を強調するために本当に役立つものです。

本書の使い方

この本はワークブックですから、手元にノートを用意して、読み進みながら自分の考えを書き付けてください。上述したように、他のポスドクたちの経験に学ぶことで本書の内容はあなたが成功するのに役立つはずですが、残念ながら魔法の答えがあるわけではありません。数多くの助言と情報、そしてすぐ行動に移すよう促す指針が溢れています。

本書はポスドクを選択したときから始まり、次のポジションを得る面接までと時系列の構成になっていますが、各章はそれぞれ独立して読むこともできます。ですから、ストレスを感じているようならすぐに第11章を開き、会議が迫っているとすれば第9章にある人脈形成に関する助言を参照してください。

この本で使う例や経験は、主に私たちの専門分野である科学分野から取り上げられていますが、さらに広範な学問分野（歴史、ダンス、法律、観光、創作

文学)の研究者とも議論した結果、重要なメッセージに変わりはないということがわかりました。私たちは、この本が手垢のつくほどに読み込まれ、研究室のポスドクと博士課程の大学院生の間で回し読みされることを望んでいます(もちろん、自分用に買って頂いても構いませんが!)。私たちのユーモアのセンス(すべての人にうけるとは思いませんが、役立つ内容であればご容赦を)については初めにお詫びしておきますが、私たちイギリス人のユーモアは天候とは逆で、かなりドライな場合があることをご了承ください。



ポスドクが知るべきこと、すべきこと ……この本

本書では、それぞれの段階で何をすべきかを明確にするために次のような記号を使っています。

- ☒ 持っているべき、検討すべき、前向きなこと。
- ☒ 避けるべき、心に留めるべき、後ろ向きなこと。
- ☐ 取り組むためのチェックリスト。

? この記号があったら、一旦読むのをやめて考えてください。答えをノートに書くか電子的に記録すれば自分の考えを明らかにできます。書き留めることが大切です。自分の考えを文書にして見ることに役立ちます。

そして各章の最後に、3つの重要なヒントと参考資料のリストを示しています。