

求人を見つける

オファーを待つ

気になるリスト

転職成功ノウハウ

転職・求人 トップ > 転職成功ノウハウ > 転職の準備をする > 転職理由と退職理由の本音ランキングBest10

転職理由と退職理由の本音ランキングBest10

転職経験者100人に退職理由の「本音」と「タテマエ」を調査したところ、涙なしでは語れない悲劇の退職理由や思わず退職届を叩きつけたという怒りのエピソードが届きました。



堂々の1位に輝いた退職理由とは？そして面接で語った転職理由ランキングの結果は？

目次 [\[表示\]](#)

(PR) あなたの強みを本格診断「グッドポイント診断（無料）」

リクナビNEXT **3**つの強み



日本最大級の求人数！

非公開求人の可能性も！
オファーが届く！

自分の強みを診断可能！

会員登録する（無料）

会員の方はこちらからログイン

オファーを確認する

退職理由の本音ランキング

- 1位：上司・経営者の仕事の仕方が気に入らなかった（23%）
- 2位：労働時間・環境が不満だった（14%）
- 3位：同僚・先輩・後輩とうまくいかなかった（13%）
- 4位：給与が低かった（12%）
- 5位：仕事内容が面白くなかった（9%）
- 6位：社長がワンマンだった（7%）
- 7位：社風が合わなかった（6%）
- 7位：会社の経営方針・経営状況が変化した（6%）
- 7位：キャリアアップしたかった（6%）
- 10位：昇進・評価が不満だった（4%）

▼退職理由のタテマエランキング～面接ではこう答えよう～

給与などの労働条件よりも、人間関係が退職の引き金に

退職理由のホンネランキングトップ3には人間関係に対する不満が2つもランクイン。2位には、「長時間勤務」や「休みが取れない」、4位には「給与が低い」などの労働時間・環境に対する不満が挙がりました。労働条件よりも人間関係の不満で仕事を辞める人が多く、特に上司や経営者など、自分より地位の高い人との人間関係がネックのようです。

キャリアアドバイザーにチャットで相談

いますぐアプリをダウンロード!

どのようにご相談でしょうか？
転職活動について相談したいです。
お任せください、具体的に内容を...

返信メッセージを入力

App Store からダウンロード

Google Play で手に入れよう

履歴書・職務経歴書テンプレート（無料）

ダウンロード

記事カテゴリ

転職ガイド



転職の準備をする



職務経歴書・履歴書を用意する



求人を探し応募する



面接対策をする

1位：上司・経営者の仕事の仕方が気に入らなかった…23%

気分屋の上司に振り回されっぱなし！

気持ちよく働けない人間関係に退職を決意

私の部署の上司は、部下が成績を上げてもすべて自分の手柄にしてしまうせに、自分の失敗はすべて部下に押し付けるから性質が悪い…。機嫌が悪いときは、ミーティングと称しては部署のメンバーを集め、ひとりだけを2時間以上責め続けるわ、顧客に会いに行くフリをして自分の家に帰ってしまうわ…。こんな自分勝手な上司に振り回されているのはストレスが溜まるばかりなので、転職に踏み切った。（その他/21歳・男性）



上司は営業担当として複数の顧客を持っているので、私にも仕事を任せてくれる。それはありがたいのだが、トラブルが発生すると「何をやってるんだ！」とまくしたてるばかり。フォローもできない上司は尊敬できない。このままではやらされ仕事が増えるだけと思い辞表を提出した。（メーカー/27歳・女性）

経理を担当していたのだが、社内のルールを無視する会長に嫌気が差した。決まって精算期日が過ぎた領収書を山のように持ってくるので、「期日を守っていただかないと困ります」というと、「会長に向かってなにを言うか。支払え」と逆ギレ！こんな権力の横暴がまかり通るような会社には先はない、と感じ退職しました。（流通・小売/31歳・女性）

キーワードから求人を探す

▼人間関係 ▼上司 ▼尊敬できる

2位：労働時間・環境が不満だった…14%

やる気はあっても体がついていけない…

連日の残業が原因で、入退院を繰り返す日々

入社した当時から残業時間が月に200時間を超えるような勤務状況が続き、その結果、体調を崩して入院する羽目に…。退院した後も寝不足による交通事故や過労による入退院を繰り返し、給与が医療費へと変わってしまう最悪なスパイラルが続いた。いくら仕事にやりがいを感じていても、体が悲鳴をあげては長続きしないと判断し、退職届を提出した。（商社/25歳・女性）



面接時には「忙しい時期は年に3カ月だけで、残業代が出ない分、残業時間も少ない」とっていたのに、ほぼ年間を通して終電コースで、サービス残業の嵐。「話が違う」と上司に詰め寄ると、「残業が多いのは仕事が遅いから」と相手にしてもらえなかった。何度交渉しても改善の余地が見受けられなかったので新しい転職先を探した。（不動産・建設/33歳・男性）

PCサーバーの不具合続きで仕事の効率が上がらない。メールがほとんど活用できない環境なので、クライアントとのやりとりは電話かFAXが基本。ひっきりなしに鳴り響く着信音に業務は中断を余儀なくされ、全く主業務に集中できない環境だった。何をしたくてこの会社にいるのかわからなくなり転職に踏み切った。（その他/28歳・女性）



内定・退職の準備をする

みんなの転職

企業インタビュー

転職ケーススタディ

転職コラム

転職エージェント活用ガイド

人気ランキング



1 履歴書・職務経歴書テンプレート (Excel・Word) 無料ダウンロード



2 職務経歴書の書き方とテンプレート (Word・Excel) ダウンロード&職種別見本



3 簡単作成！自己PRテンプレートと面接での伝え方 (例文&強み診断付)



転職活動に役立つ！無料自己分析ツール「グッドポイント診断」



年収とは？年収を聞かれたら、手取り額と総支給額のどちらを答えるべき？

ピックアップ



職務経歴書の書き方とテンプレート (Word・Excel) ダウンロード&職種別見本



簡単作成！自己PRテンプレートと面接での伝え方 (例文&強み診断付)

リクナビNEXTの公式サイトを装った不審なサイトにご注意ください

[詳しく見る](#)

イベント・セミナー

※リクルートエージェントに連携します



申込締切日が近いイベント・セミナー

キーワードから求人を探す

▼残業ほとんどなし ▼標準労働時間8時間 ▼働きやすい職場

3位：同僚・先輩・後輩とうまくいかなかった…13%

会社は井戸端会議の場じゃない！

女性社員の顔をうかがう毎日がストレスに

部署のメンバーの大半が女性で、自分よりも年上のいわゆるお局様ばかり。仕事中はおしゃべりばかりで、仕事が全くはかどらない。男性社員たちも女性社員の顔を常にうかがっている状態なので、注意もできない有り様。ストレスは溜まるいっぽうだし、こんなメンバーでは会社の将来に希望が持てなくなってしまった。（サービス/25歳・女性）



「昨日は誰と飲んでた」「今度あの二人が旅行に行くらしい」など、社内で常に噂が飛び交っていた。しかも、何か情報を公開しないと仲間外れにされ、妙に詮索してくる風潮が嫌だった。公私混同が激しくプライベートが筒抜けな状況に辞職し、転職活動を開始した。（不動産・建設/26歳・女性）

中途入社だったが、研修期間はなく、みんな忙しそうなので業務に関する質問ができなかった。かといって自分の判断で仕事をしようとすると思われるので、いつまで経っても成長しない。しかも、同僚とはプライベートな話をする暇もないほど忙しく、親しくなる時間も持てない状況。このまま在籍しても仕事が覚えられそうになかったのですぐに退職した。（マスコミ/31歳・女性）

キーワードから求人を探す

▼チームワーク ▼アットホーム ▼調整力

4位：給与が低かった…12%

進んで残業をこなさなければ

生活が成り立たないほどの低給与

手取り18万円のうち残業代が7万円。毎日残業をしなければ生活できない状況だったので、こちらからお願いして残業のある現場にまわしてもらっていた。さらに、年に一度の昇給もわずかに1000円上がっただけ。日々の残業にいつまで体が持つかが不安だったので退職することにした。（IT・通信系/25歳・男性）



社内の平均昇給額は約1万円だが、私だけ3年間給与（基本給）が据え置き。評価基準を満たしていたと思うが、特別な職種だったため、上司や人事が私の仕事内容を把握していなかった。こんな会社ありえない！と、我慢の限界を超えた。（商社/40歳・女性）

昇給ペースの男女格差が大きく、女性はある年齢に達すると基本給の昇給がなくなる会社だった。好きな仕事だから続けていたが、同期の男性社員とはどんどん給与差が開き、同じ仕事をしているのが馬鹿らしくなった。（メーカー/25歳・女性）

08月04日
(金)14:30~
転職活動を始める前に！求人・企業の選び方セミナー

08月04日
(金)19:00~
90分で完成を目指す！【営業職】職務経歴書作成セミナー

08月05日
(土)11:00~
キャリアデザインセミナー

08月05日
(土)15:00~
自己分析セミナー

08月07日
(月)14:30~
面接や職務経歴書に役立つ！効果的な自己PRと志望動機の作成…

オンラインイベント・セミナー開催中！

全ての日程を見る

リクナビ
NEXT 3つの強み



日本最大級の求人数！

非公開求人の可能性も！
オファーが届く！

自分の強みを診断可能！

会員登録する（無料）

会員の方はこちらからログイン

オファーを確認する

キーワードから求人を探す

▼残業手当 ▼社員に還元 ▼成果主義

5位：仕事内容が面白くなかった…9%

「やりがい」を求めて入社したのに 単純な雑務ばかりでモチベーションも低下

制御設計のプログラミングがしたいから選んだ会社だったのに、実際にやらせてもらえる仕事は会議やプレゼン用の資料作成といった雑務ばかり。それでも我慢していたが、**あまりに変化のない業務に仕事に対するモチベーションも下がってしまった**。このままぬるま湯に浸かっていたらダメになると思い転職を決意。（メーカー／39歳・男性）



顧客のニーズに合った資産運用を提案する仕事に憧れて入社したのに、実際はその時々で会社が推奨する商品を売り、ノルマを達成する日々だった。しかも**顧客に専門知識が乏しいのをいいことに、必要のない商品まで提案しなければならない**。こんな会社の方針では顧客に対して申し訳ないと思ひ、違う会社に転職した。（その他／24歳・女性）

月の半分以上が暇な職場。**朝から仕事がないことも珍しくなく、会社に着いても新聞やインターネットを見て過ごしていた**。上司から仕事を指示されても短時間で終わるものがほとんどで、雑用やほかの人の手伝いをして時間が増えてしまう始末。もっと自分が成長できる職場を求め、退職届けを提出した。（商社／23歳・女性）

キーワードから求人を探す

▼モチベーション ▼ベンチャー企業 ▼プロとして

6位：社長がワンマンだった…7%

家族経営の会社で上層部はすべて親戚。直属の上司も社長の甥だったため、無茶な残業を押し付けられてもなかなか断れなかった。どれだけ売り上げを伸ばしても、昇進するのは社長に気に入られた人ばかり。**社長や上層部に媚びを売ってまで、出世したいとは思わなかった**ので会社を辞めました。（サービス／29歳・女性）

キーワードから求人を探す

▼リーダー候補 ▼協調性 ▼評価制度

7位：社風が合わなかった…6%

サービス残業はあたり前で、体調不良で休んだり、有給休暇を取ろうものなら周囲から総スカン…。**「みんなで協力して仕事をこなす」という意識はなく、手を抜いている人がいないかを監視し合うギスギスした社風に耐えられなくなった**。（商社／33歳・男性）

キーワードから求人を探す

▼助け合い ▼未経験者歓迎 ▼女性が働きやすい

7位：会社の経営方針・経営状況が変化した…6%

新卒で入社したが、その後すぐに経営が思わしくなくなり、ボーナスも残業代もカット。「2年我慢すれば上向くから」という経営陣の言葉を信じて耐え続けてきた。しかし、**7年経っても全く経営状態は上向かず、むしろリストラの噂が大きくなるばかり**…。会社の将来が不安になり、退職を願い出た。（専門コンサル/33歳・男性）

キーワードから求人を探す

▼堅実 ▼成長中 ▼黒字

7位：キャリアアップしたかった…6%

キャリアカウンセラーのスキルが活かせるといわれ、営業社員のマネジメントを担当することに。しかし、**与えられた仕事内容は面接や採用業務ばかりで、まるで人事部のような扱い**。これでは勉強したことやスキルが活かせないと考え、転職を決意した。（金融・保険/27歳・女性）

キーワードから求人を探す

▼キャリアアップ支援 ▼資格取得支援 ▼研修制度

10位：昇進・評価が不満だった…4%

会社の昇進の基準は勤続年数のみ。**新しい仕事に挑戦し、いくら成果を挙げても正当な評価が給与に反映されない**ので、長く在籍している同僚や先輩以上の評価を得られない。もっと自分の頑張りを評価してもらえる会社を探すため退職した。（メーカー/28歳・男性）

キーワードから求人を探す

▼ステップアップ ▼給与に反映 ▼昇進

退職理由のタテマエランキング～面接ではこう答えよう～

- 1位：キャリアアップしたかった（38%）
- 2位：仕事内容が面白くなかった（17%）
- 3位：労働時間・環境が不満だった（11%）
- 3位：会社の経営方針・経営状況が変化した（11%）
- 5位：給与が低かった（7%）
- 6位：雇用形態に満足できなかった（4%）
- 6位：勤務地が遠かった（4%）

6位：仕事に対する責任がなく物足りなかった（4%）
9位：上司・経営者の仕事の仕方が気に入らなかった（2%）
9位：同僚・先輩・後輩とうまういかなかった（2%）

「退職理由のホンネ」とは大きく異なるランキングに

ホンネランキング1位の「上司・経営者の仕事の仕方が不満」、3位の「同僚・先輩・後輩とうまういかない」は、タテマエランキングではそれぞれ9位に下がりました。逆にホンネランキングで7位だった「キャリアアップしたい」が見事1位に。この結果から、転職者は退職理由のホンネとタテマエを上手く使い分けていることが見てとれます。なかでも「現在のスキルや経験を活かし、別のステージで活躍したいから」「業務の幅を広げたいと思ったが、現在の会社ではこれ以上のスキルアップを望めないため」という退職理由は、面接官に好印象だったという転職者からの声もあります。

調査方法：インターネットでアンケートを実施 実施期間：2007/04/26～2007/05/17

調査対象：転職活動経験者（有効回答数100件）

記事作成日：2007年6月15日

EDIT：マインドシェア DESIGN&WRITING：エーアンドエス ILLUSTRATION：ニコ・ニコルソン

8,568通り、あなたはどのタイプ？



グッドポイント診断で、あなたの隠れた強みを診断してみましょう。

診断結果は8,568通り。あなたはどのタイプ？

グッドポイント診断