



自分のもつ資質について、
A・B・Cの3段階でチェック。

A：あてはまる
B：普通
C：あてはまらない



わたしの武器をみつける①
わたしのほこれる「資質」を知る

資質	イメージ	3段階評価
①親密性	じっくりつきあう	A B C
②冷静沈着	いつもクール	A B C
③受容力	広く受け入れる	A B C
④決断力	迷わず決める	A B C
⑤悠然	ゆったり構える	A B C
⑥柔軟性	あれこれトライ	A B C

資質	イメージ	3段階評価
⑦慎重性	掘り下げて考える	A B C
⑧俊敏性	スピード第一	A B C
⑨継続力	決めたらとことん	A B C
⑩挑戦心	高い目標もクリア	A B C
⑪感受性	場の雰囲気を感じ取る	A B C
⑫独創性	オリジナリティあふれる	A B C

資質	イメージ	3段階評価
⑬現実思考	実現可能性にこだわる	A B C
⑭自己信頼	信じた道を突き進む	A B C
⑮バランス	全体を考える	A B C
⑯社交性	360°オープン	A B C
⑰高揚性	ノリがよい	A B C
⑱自立	常に主体的	A B C

わたしの武器を見つける② 資質がいきる「役割」のフィールドを確認する



- (旗の立て方)
 ①各資質の評価をシートAより転記する
 ②A：6点、B：3点、C：0点とし点数を計算する
 ③合計点の印をつけ、線で結ぶ。

- ②各評価の個数を記入する
 ④各役割ごとの合計点を出す

資質	評価(A-C)
⑫独創性	

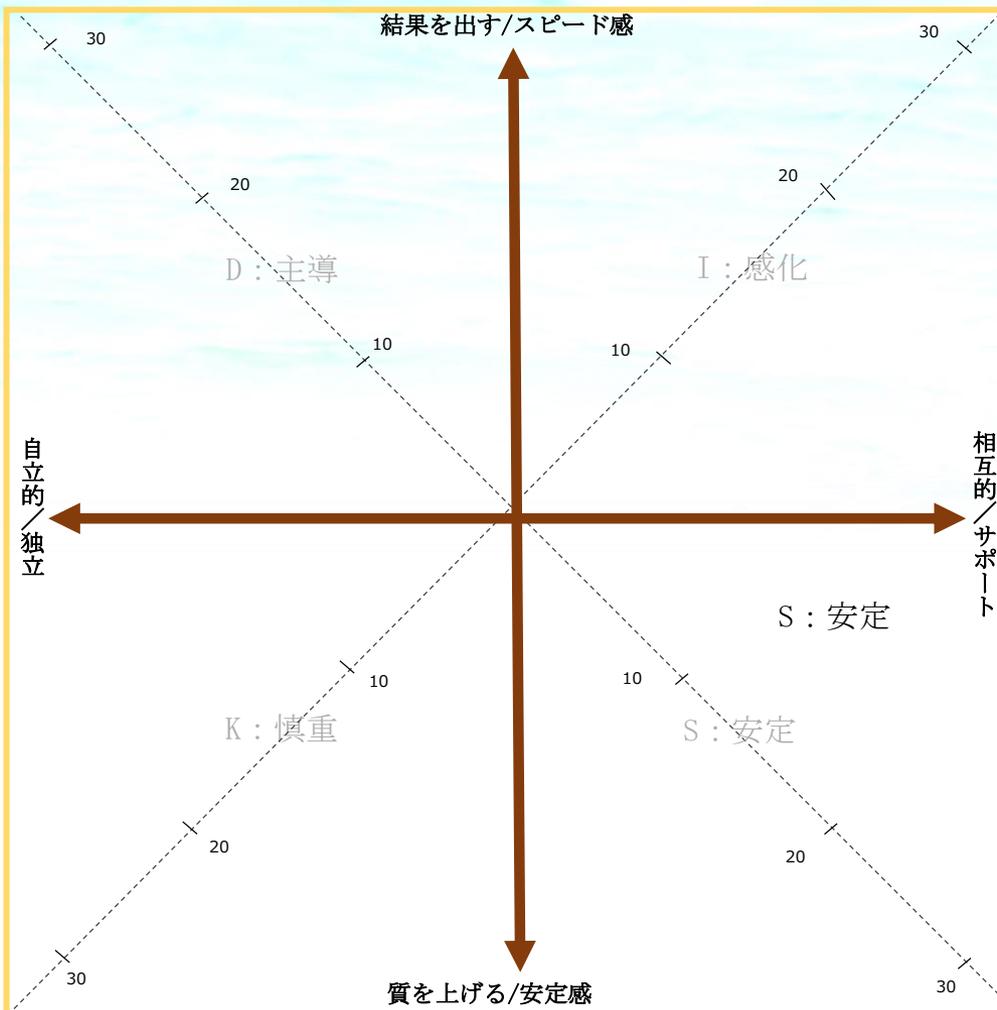
推進していく先駆者	みんなを包み 後押しするチアリーダー
決断が早い/直接的なアプローチが得意/ 意志が強い/チャレンジ精神旺盛	前向き/社交的・フレンドリー/ 目配りが得意/楽しませる・励ます

資質	評価(A-C)
④決断力	
⑧俊敏性	
⑩挑戦心	
⑭自己信頼	
⑯自立	

評価(A-C)	個数	点数
A:6点		
B:3点		
C:0点		
合計点		

資質	評価(A-C)
②冷静沈着	
⑦慎重性	
⑨継続力	
⑬現実思考	
⑮バランス	

評価(A-C)	個数	点数
A:6点		
B:3点		
C:0点		
合計点		



資質	評価(A-C)
①親密性	
⑥柔軟性	
⑪感受性	
⑯社交性	
⑰高揚性	

評価(A-C)	個数	点数
A:6点		
B:3点		
C:0点		
合計点		

資質	評価(A-C)
①親密性	
③受容力	
⑤悠然	
⑪感受性	
⑮バランス	

評価(A-C)	個数	点数
A:6点		
B:3点		
C:0点		
合計点		

安定と質を支える ペースメーカー	みんなの調和を見守るサポーター
質の向上重視/計画的に作業する/ 系統立てて考える/間違いがないか丁寧に確認する	人助けが好き/縁の下の力もち/ 予測可能な範囲で行動/安定感

参考：DISK分析：相互理解を促進するための「共通言語」として機能し、組織のチーム力を強化し、職場のコミュニケーションを促進するツール。

✓わたしのならではの「役割」の旗を立てる：シートB参考

(セッション1の自己診断時)

あなたの「資質」が一番生きる役割は何でしたか？ (一つ選択、同点は複数記入可)

- 推進していく先駆者 (D)
- みんなを包み後押しするチアリーダー (I)
- みんなの調和を見守るサポーター (S)
- 安定と質を支えるペースメーカー (K)

(セッション2を聞いてみて)

あなたが今後一番果たしていきたい「役割」は何ですか？

- 推進していく先駆者 (D)
- みんなを包み後押しするチアリーダー (I)
- みんなの調和を見守るサポーター (S)
- 安定と質を支えるペースメーカー (K)

✓わたしのこれからの将来像

例：「先駆者」として団体や会社を立ち上げる、「サポーター」として地域団体の事務局を務める、「ペースメーカー」として行政や企業に勤める、「チアリーダー」の力を発揮してカウンセラーやコンサルタント的役割になる 等

✓将来像に向けて伸ばしていきたい「資質」：シートA参考

例：親密性×受容力×感受性 等

	×		×		×		×	
--	---	--	---	--	---	--	---	--

わたしのはたらく将来像をイメージする

-役割の表現の可能性-

役割の軸	例えばこんな形で表現する	キーワード (領域、スキル)
<p>推進していく 先駆者 : D</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・会社、NPOを立ち上げる (団体、仲間と実現する) ・スモールビジネス、独立する (フリーランス、研究者) 	<ul style="list-style-type: none"> ・経営、起業、フリーランス ・研究者 <p>等</p>
<p>みんなを包み 後押しする チアリーダー : I</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・組織・団体を励まし後押しする役割を得る (チーフ、リーダーなどの役職でI力を発揮する) ・教育・学習の支援者になる (教員、塾講師等) ・事業、個人の後押しをする (コーチ、カウンセラー、コンサルタント 等) 	<ul style="list-style-type: none"> ・教育、学習 ・成長促進 ・カウンセリング ・コーチング <p>等</p>
<p>みんなの調和を見守る サポーター : S</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・組織・団体を下支えする役割を得る (チーフ、リーダーなどの役職でS力を発揮する) ・人・組織に直接かわりサポートする (ホームヘルパー、介護福祉士、社会福祉士、ケアマネージャー、ソーシャルワーカー、精神保健福祉士、カウンセラー等) 	<ul style="list-style-type: none"> ・福祉、ケア ・医療、看護 ・カウンセリング <p>等</p>
<p>安定と質を支える ペースメーカー : K</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・組織・団体を支える役割を得る (共鳴するミッション、目的の企業・団体へ就職する、地域を行政職員の立場から支える 等) ・Kの要素を極めた職種を目指す (デザイナー、システム設計 等) 	<ul style="list-style-type: none"> ・民間企業、団体、行政 ・デザイン、設計、 ・マネジメント <p>等</p>