

コミュニケーション・スタイル簡易診断表

人には、4つの血液型があるように、**人間関係のコミュニケーションのとり方**にも、タイプがあるようです。どれが良いとか、悪いとかではなく、自分のタイプを知り、相手のタイプを知ること、それぞれの**価値観**の違いに気がつき、あなたはあなた、私は私と素直に受け止められれば、今よりずっと**人との関係**が楽に、楽しくなると思います。

回答の際の留意点

診断表に回答する時のポイントですが、**なるべく1(とてもあてはまる)か4(あてはまらない)に振ってみてください**。どうしても2(あてはまる)か3(あまりあてはまらない)でないと、という場合はそれで結構ですが、可能であれば振ってみる。そのほうがタイプがはっきり出ると思います。

また、もともと自分はどうか、という問いかけの中で回答いただけたらと思います。

現在の仕事の役割に応じて「こうありたい、こうあるべき」と回答すると、本質から外れてくる場合があります。

あなたの日頃の人との関わり方やものの考え方を振り返り、下の項目について、該当する数字を○で囲んでください。

1=よくあてはまる 2=あてはまる 3=あまりあてはまらない 4=あてはまらない

1 自己主張することが下手だと思う	1	2	3	4
2 常に未来に対して、情熱を持っているほうだ	1	2	3	4
3 他人のためにしたことを感謝されないと悔しく思うことがよくある	1	2	3	4
4 嫌なことは嫌と、はっきり言える	1	2	3	4
5 人にはなかなか気を許さない	1	2	3	4
6 人から楽しい人とよく言われる	1	2	3	4
7 短い時間に出来るだけ多くのことをしようとする	1	2	3	4
8 失敗しても立ち直りが早い	1	2	3	4
9 人からもものを頼まれるとなかなかノーと言えない	1	2	3	4
10 たくさんの情報を検討してから決断をくだす	1	2	3	4
11 人の話を聞くことよりも、自分が話していることのほうが多い	1	2	3	4
12 どちらかという人見知りするほうだ	1	2	3	4
13 自分と他人をよく比較する	1	2	3	4
14 変化に強く対応力がある	1	2	3	4
15 何事も自分の感情を表現することが苦手だ	1	2	3	4
16 相手の好き嫌いに関わらず、人の世話をしてしまう	1	2	3	4
17 自分が思ったことはストレートに言う	1	2	3	4
18 仕事の出来栄えについて人から認められたい	1	2	3	4
19 競争心が強い	1	2	3	4
20 何事でも完全にしないと気が済まない	1	2	3	4

採点方法

表の数字は設問番号を表します。表に各設問にたいするあなたの解答数字を書き込み、その合計点を記入した後、計算式に従って各タイプの点数を出してください。

コントローラーの点数=11-下記の合計点					点
4	7	17	19	20	合計点
プロモーターの点数=12-下記の合計点					点
2	6	8	11	14	合計点
サポーターの点数=12-下記の合計点					点
3	9	13	16	18	合計点
アナライザーの点数=13-下記の合計点					点
1	5	10	12	15	合計点

診断方法

左の採点で算出された各タイプの点数を下の表にマークしてみてください。一番数値が高いものが、あなたが傾向が強いタイプです。

	コントローラー	プロモーター	サポーター	アナライザー
以上				
+5				
+4				
+3				
+2				
+1				
0				
-1				
-2				
-3				
-4				
-5				
以下				

コントローラーの特徴

このタイプの人 は行動的で、自分がおもった通りに物事を進めることを好みます。過程よりも結果や成果を重視します。リスクを恐れず、目標達成に邁進します。他人から支持・命令されることを何よりも嫌います。

プロモーターの特徴

自分のオリジナルなアイデアを大切にし、人と活気あることをするのが好むタイプです。自発的でエネルギー、好奇心も強く、楽しさこそ人生と思っています。多くの人に好かれます。ただ、あきっぽいところがあり、一つの事を達成したり、持続するのが苦手です。

サポーターの特徴

人を援助することを好み、協力関係を大切にしているタイプです。周囲の人の気持ちに敏感で気配りに長けています。一般的に人が好きです。自分自身の感情は抑えがちです。また、人から認めてもらいたいという欲求も強いのが特徴です。

アナライザーの特徴

行動の前に多くの情報を集め、分析、計画を立てるタイプ。物事を客観的に捉えるのが得意。完全主義者のなどところがあり、ミスを嫌う。問題解決と分析の専門家。人との関わりは慎重で、感情をあまり外へ表さない。