

Unlock your inner Strengths by understanding yourself

～ 自己理解を深め、自分の内なる“強み”に気づきましょう ～



資質の4つのグループ

ストレングスファインダー®の資質は、以下の4つのグループに分類されています。

それぞれのグループは、その資質が何を大切にしているか、何を必要としているか、何を優先しがちなのかを表しています。

分類自体は絶対的なものではありませんが、グループの偏りを見ていくことで、その人のおおよそのあり方が見えてきます。

※各グループの優劣や、偏りの有無での良し悪しは一切ありません。



資質の4つのグループ	〇〇 〇〇さんのTOP 10の資質
実行力の資質 物事を実行し成果を出す	
影響力の資質 人に影響を与え動かす	最上志向
人間関係構築力の資質 人との関係性を大事にする	適応性、ポジティブ 共感性、成長促進 運命思考、包含
戦略的思考力の資質 思考する、頭脳活動	着想、収集心 学習欲

資質の4つのグループ

ストレングスファインダー®資質分類

実行力の資質	Achiever®	達成欲®	1	適応性
	Arranger®	アレンジ®	2	着想
	Belief®	信念®	3	収集心
	Consistency®	公平性®	4	ポジティブ
	Deliberative®	慎重さ®	5	共感性
	Discipline®	規律性®	6	成長促進
	Focus®	目標志向®	7	運命思考
	Responsibility®	責任感®	8	学習欲
	Restorative®	回復志向®	9	包含
影響力の資質	Activator®	活発性®	10	最上志向
	Command®	指令性®	11	自己確信
	Communication®	コミュニケーション®	12	アレンジ
	Competition®	競争性®	13	個別化
	Maximizer®	最上志向®	14	信念
	Self-assurance®	自己確信®	15	戦略性
	Significance®	自我®	16	内省
	Woo®	社交性®	17	責任感
人間関係構築力の資質	Adaptability®	適応性®	18	自我
	Connectedness®	運命思考®	19	指令性
	Developer®	成長促進®	20	慎重さ
	Empathy®	共感性®	21	回復志向
	Harmony®	調和性®	22	目標志向
	Includer®	包含®	23	未来志向
	Individualization®	個別化®	24	達成欲
	Positivity®	ポジティブ®	25	社交性
戦略的思考力の資質	Relator®	親密性®	26	公平性
	Analytical®	分析思考®	27	親密性
	Context®	原点思考®	28	分析思考
	Futuristic®	未来志向®	29	規律性
	Ideation®	着想®	30	活発性
	Input®	収集心®	31	コミュニケーション
	Intellection®	内省®	32	調和性
	Learner®	学習欲®	33	競争性
	Strategic®	戦略性®	34	原点思考

〇〇さんは、TOP10に6つの人間関係構築力の資質が入っており、自分のためというより人のために動く人です。特に人のためであれば融通を利かせて柔軟な対応が出来る人だと思います。

各資質の特徴

ストレングスファインダー®の各資質は、それぞれに特徴的な傾向性を持っています。
ここでは、TOP10の各資質の持つ特徴をおおまかに説明していきます。

順位	資質	特徴	□ O K /得意/アップ ⇄ ■ N G /苦手/ダウン
1	適応性	急な予定変更や、不測の事態が起こっても「仕方ない。」と受け止め柔軟に対応できる。計画的に物事を進めるのは苦手、今起こっていることに対応していく。	☐ 予定を自由に変更できる ☐ 不測の事態への対応 ☒ ガチガチに予定が固められている ☒ 目標を立て、計画的に進めることを強要される
2	着想	普通のものより変わったものの方が好き。人が思いつかないアイデアを思いつく。ブレインストーミングが得意。人と違うユニークさを大切にする。	☐ 自分を刺激する情報、場所、人、モノに触れる ☐ ブレインストーミング ☒ 自分のアイデアを頭から否定される ☒ 画一的なやり方を強要される
3	収集心	幅広く情報を集めるのが好き。知らない、わからないことがあるとすぐにネット検索して調べる。集めたモノや情報を捨てるのが苦手。	☐ 常に新しい情報に触れる ☐ 自分の持っている情報をシェアして役立ててもらう ☒ 自分の必要とする情報が足りない ☒ 情報を整理する
4	ポジティブ	前向きで楽天的である。どうせ何かをやるなら「楽しくやりたい」と思う。不平、不満、愚痴ばかり口にするネガティブな人が嫌い。落ち込むことがあっても一晩寝ると直る。	☐ 前向きな場の雰囲気 ☐ 周りの人の良いところを見て褒める ☒ 後ろ向きの「反省」を強要される ☒ ネガティブで後ろ向きの発言
5	共感性	周囲の人の気持ち、感情を敏感に察知する。困っている人を見ると、その人の心情を察して放っておけなくなる。人が幸せそうにしていることが、自分の幸せにつながる。	☐ 周りの人が喜びを感じている ☐ 人の心の痛みを取り除く ☒ ネガティブな発言を聞き続ける ☒ 心を鬼にして指導する
6	成長促進	誰も「磨けば光る何か」を持っていると信じていて、周囲の人の小さな進歩、成長を見逃さない。人の成長を見ること、人の成長を手助けし支援することが何よりの喜びである。	☐ 人の成長の支援に関わる ☐ 他者の成長ポイントを指摘する ☒ 「あいつはダメだ」「もう使えない」などの周りの発言 ☒ 人の成長よりも成果を優先し人を見限る
7	運命思考	人や物事は、すべてどこかでつながっているとの感覚があり、ご縁を大切に。たとえ困難に直面しても「これにも何か意味がある」と受け止め対処する。私利私欲がない。	☐ 対立しているグループ同士の架け橋となる ☐ 苦手な相手、苦手な仕事も誠意をもって対応する ☒ 自分たちと他者を分け、自分たちだけの利益を追求する ☒ 現在の状況、流れに逆らう決断を迫る
8	学習欲	学ぶことが好き。新しいことを学んで、それまで知らなかったことが知っている状態になっていくことを好む。初めて経験することも、それを学びの機会と捉えチャレンジする。	☐ 新しい学び ☐ 新たな仕事へのチャレンジ ☒ 毎日同じことの繰り返しで学びがない ☒ 知ったかぶりをする人
9	包含	仲間外れをつくりたくない。同じ場にいる人は皆仲間との感覚があり、その場の全員に役割を与え、居場所を作る。一人でやるよりは、皆で一緒にやることを好む。	☐ 一人ひとりの貢献ポイント、得意技を見つける ☐ 人と人をつなげるハブとなる ☒ 一人ぼっちでの作業的な仕事 ☒ 仲間に入れる/入れないの選別
10	最上志向	今の自分に満足せず常により良くより良く上を目指す。質にこだわり、期限ギリギリまでブラッシュアップしようとする。弱みに目を向けるより強みに目を向ける。	☐ 特定分野でのプロフェッショナルを目指す ☐ 強みを指摘し伸ばす ☒ 二度手間や無駄なこと ☒ 自分の嫌いなことをやらされる

資質のプロファイリング(組み合わせから見た傾向性)

ストレングスファインダー®の資質は、上位資質が組み合わせたり、その人の無意識の思考、感情、行動のパターンを形成します。

ここでは、上位10個の資質の組み合わせから見た傾向性、その他ポイントについて解説していきます。

より上に書いてある方がより強くその傾向が出やすいことが考えられます。

〇〇 〇〇さんのTOP10から見た一般的な傾向 (強み)

☑ 不測の事態や緊急のトラブルが起こっても、過度に慌てることなく「起こってしまったことは仕方ない」と受け止め、むしろその状況を「何か面白いことになってきた!」と前向きな刺激として捉えて柔軟に対応します(適応性 x ポジティブ x 着想)。

☑ 何か自分の知らなかったことや、わからなかったことに会おうと、すぐにネット検索等で調べて情報を集めます。様々な情報に触れているうちにいろんなことを思いつき、さらに情報を集めたり、もっと深く知りたくなったことは講座やセミナーなどに出かけて学びます(着想 x 収集心 x 学習欲)。

☑ 何事も、面白おかしく、そして楽しくやることを大切にしています。誰か自分の大切な人の誕生日とかの記念日には、相手の心に響き、そしてちょっとした驚きを伴うサプライズ演出を考えます(着想 x ポジティブ x 共感性)。

☑ 人は誰でも磨けば光る何かを持っていて、可能性のある存在だと信じています。今どんなに出来ないことがある人であっても決して見限ることはなく、その人がちょっとでも成長した姿を見せると「出来るようになったんだ。良かったね!」と温かく前向きな言葉を掛けてさらなる成長を応援します(ポジティブ x 共感性 x 成長促進)。

☑ どんなに辛いことがあっても、それを「これにもきっと何かしら意味がある」と考えて意味づけをし、「ここから何が学べるだろう?」とむしろそれを前向きな学びの場面として捉え、しなやかに受け止め、対応していきます(ポジティブ x 運命思考 x 学習欲)。

☑ チームで働く際は、メンバーの誰一人仲間外れにすることなく居場所を与えます。「この人にこういうことをやってもらおうと、強みも活かせるし面白いんじゃないか」と考えて役割を与え、皆で一丸となって前に進める環境を作ります(ポジティブ x 着想 x 包含 x 最上志向)。

☑ 物事に対しても、人に対しても、良い面に目を向けます。人に対しては、その人の得意なところや強みに目を向け、それを相手が喜び思わず笑顔になるような言葉にして伝える褒め上手です(ポジティブ x 共感性 x 最上志向)。

資質のプロファイリング(組み合わせから見た傾向性)

〇〇 〇〇さんのOKポイント/やる気アップ/得意

- ☑ 何かしら変化があり、刺激がある方が生き生きとします (適応性 x 着想)
- ☑ アイディアが湧いた時にそれを自由に話せて、否定せずに聴いてくれる人がいるとやる気がアップします (着想 x ポジティブ)
- ☑ 新たな情報に触れられたり、新しい経験が出来る環境にいるとモチベーションが上がります (収集心 x 学習欲)
- ☑ 人から笑顔で「ありがとう」「助かった」と言ってもらえると心が満たされます (ポジティブ x 共感性)
- ☑ チームで働く際は、皆が役割を与えられ、成長の機会があると安心します (成長促進 x 包含)
- ☑ 公園など木々の緑や、青い空に触れられる場所で時間を過ごすとしフレッシュできます (運命思考)
- ☑ 今までにないような創造性や、高い質を求められる仕事は俄然やる気がUPします (着想 x 最上志向)

〇〇 〇〇さんのNGポイント/やる気ダウン/苦手

- ☑ 変化のないルーティン作業を淡々とこなすだけの仕事ばかりだとやる気を失います (適応性 x 着想 x 収集心 x 学習欲)
- ☑ 自分の思いついたアイディアを誰かに話して、それに対し怪訝そうな顔をされるとやる気がダウンします (着想 x ポジティブ x 共感性)
- ☑ 不平、不満、愚痴などネガティブな発言ばかりする人と一緒にいると気が滅入ります (ポジティブ x 共感性)
- ☑ 自分の知っている人に対し、「あいつはもう見込みがないな」などとその人の可能性を否定されるような発言をされると「そんなことはない」と反発します (共感性 x 成長促進)
- ☑ 窓のない部屋とか、人工物ばかりに囲まれた場所に長くいると息苦しさを感じます (運命思考)
- ☑ 一部の人が取り残され、仲間外れになっている状況にはモヤモヤします (共感性 x 包含)
- ☑ 今やっていることが何の学びにもつながらず、自分を高めることにつながると思えないとモチベーションが上がりません (学習欲 x 最上志向)

〇〇 〇〇さんへのワンポイントアドバイス

☐ 〇〇さんの最大の特徴は、TOP10の中に人間関係構築力の資質が6つも入っていることです。一方でTOP10に実行力の資質が入っておらず、自ら実行し成果を出すよりは、どう人と関わり、その人を居心地良くさせるかに意識が向く人だと思います。そして、その部分が〇〇さんの最大の強みです。どんなことがあってもそこに何らかの意味を見出し、前向きにその経験を学びに変えて受け入れていく柔軟さ、そして、人に対してもどんな人であっても決して見限ることなく受け入れ、居場所を与える温かさ、さらにはちょっぴりお茶目で天然っぽいところがある可愛らしさ、そういう部分が〇〇さんを構成している要素であり、周囲の人に何を言っても許されるような安心感を与えていると思います。

☐ 一方、TOP10に実行力の資質がないだけに、自らがやりたいこと、あるいはやるべきことを具体的に行動に移し、形にし、成果を出すのは苦手かもしれません。特に適応性×着想で、やや飽きっぽいところがあり、一つのことをずっと継続していくのは苦手(恐らくルーティン作業は苦手)だと思いますし、着想×収集心×学習欲的に何かしら常に新しいことに触れ、刺激を求めていると思うので、同じことが繰り返される毎日にはワクワクせず、むしろ退屈に感じると思います。逆に言えば、そういう日々の刺激があれば楽しんで動ける人でもあると思うので、どんな工夫をすれば毎日ワクワク、楽しく、面白く過ごせるだろう？と、そこに着想を活かしてアイデアを出していくイメージでいると、毎日がより充実していくと思います。そして、人を笑顔にすることを大切にして、そう振る舞う〇〇さんは、困った時には助けてくれる人が必ずいると思います。自分が苦手なこと、一人では出来ないことは、積極的に人に頼るようにすると良いと思います。〇〇さんのお願いであれば、「喜んで！」と言ってくれる人がきっとたくさんいるでしょう。

☐ 着想×収集心×学習欲を上位に持つ〇〇さんは、日々さまざまな情報を仕入れ、そして学んでいる人だと思います。特に着想で、他の人にはない着眼点を持つ〇〇さんは、自分が「これ、面白い！」と思ったことを、それが役に立つかどうかは置いておいて、いろいろ情報を集めたり、学んでいると思います。しかも最上志向上位でもあり、「どうせ学ぶならば…」と、しっかり学びを深めるところもあり、質高い情報、知識を蓄えていると思います。戦略的思考力の資質を他者貢献として活かすカギは、そうやって自らインプットした情報や知識を、それを必要とする人にアウトプットしていくことです。きっと今でも求められれば喜んで差し出して、相手がそれで喜んでくれることを自分のことのように喜んでおられると思います。「何でそんなことも知ってるの？」なんて言われることも嬉しいでしょうね。

〇〇 〇〇さんへのワンポイントアドバイス

☑ 共感性が上位の〇〇さんは、人の話を共感しながらじっくりと聴ける人だと思います。一方、ポジティブも上位の〇〇さんは、不平、不満、愚痴などネガティブな発言ばかりする人の話を聞いていると、気が滅入ってしまうと思います。ひょっとしたら、それでも相手に悪いから…と話を聞き続けてしまい、結果的に自分が疲弊してしまうこともあるかもしれません。もしそうならば、一番良いのはそういう人と物理的に距離を置くことです。もしそれが難しいならば、自分が聞きたくない話を聞く時には、自分を透明シールドで覆うようなイメージを持ち、ネガティブな感情から自分を守ることを意識すると相手の感情の影響を受けにくくなると思います。人を思いやり、落ち込んでいる人を包み込むような優しさで受け入れ、笑顔を取り戻せるように関わっていく、その強みを活かしつつ、それによって自分が疲弊しないようにうまくマネジメントしていきましょう。

☑ 最初に書いたことと重なりますが、適応性で、起こったことを「仕方がない」と受け入れ、ポジティブでその事態を前向きに捉え、運命思考で意味づけし、学習欲で学びに昇華していく〇〇さんは、どんなことがあっても抗うことなく受け入れ、しなやかに対応していける人です。そのしなやかさ、柔軟さも〇〇さんの強みですね。一方でそうやってどんなことでも受け入れていくことで、ひょっとしたら自分のことが後回しになってしまい、自分の軸がないように感じることもあるかもしれません。あるいは、周囲の人からそんな風に見られてしまうことがあるかもしれません。もしそうだとすると、それで困っていなければ何も考える必要はないと思いますが、もしそれで多少なりともしんどい時がある時は、他の人はそこまでのことを〇〇さんには求めているし、むしろ〇〇さんが、〇〇さんらしく自分のやりたいことをやって欲しいとさえ思っている、その事実を踏まえ、時々自分のことを最優先に考え、自分をいたわることを意識しましょう。

☑ 着想と運命思考という“つながり”をキーワードに持つ〇〇さんは、自分では自覚がなくとも独特の世界観を持っていると思います。他の人には思いつかないようなつながりからアイデアを生み出し、他の人には感じられない人や物事のつながりを感じられる〇〇さんは、いろんなものが紐付き、つながり、頭の中に豊かな世界が広がっていると思います。ひょっとしたらそういう世界観で周囲の人に何かを発信しても、なかなかかわかってもらえないもどかしさがあったりするかもしれません。それでもその豊かな世界観こそ、着想×運命思考のスペシャリティなのです。ぜひその世界観をこれからも大切にしてくださいね。

資質のプロファイリング(組み合わせから見た傾向性)

〇〇 〇〇さんへのワンポイントアドバイス

☑ 自己確信が11番目と、それなりの上位にある〇〇さんは、自分がこうだと思ったことに対し、何となくの自信、すなわち根拠のない自信を持っていると思います。上述したように、〇〇さんはどんな人であってもその人のそのまを受け入れることで、相手に自分が自分のままでいいんだとの安心感を与えられる人だと思います。そこに自己確信の裏打ちがあるので、〇〇さんが発する「あなたには可能性があるし、居場所がある。あなたは、あなたのままで大丈夫！」とのメッセージがより相手に響くと思います。ことさらそれを意識する必要はないと思いますが、自分のあり方や発する言葉にはそんな影響があることを自覚し、活かしましょう。

■ ストレングスファインダー®の活かし方

資質はそのままでは強みとはなりません。

自分の持つ資質の傾向性を理解し、栄養を与え強みとして育てていく必要があります。

資質は言わば自分にとって使い勝手の良いツールのようなものです。

ツールの特性を十分理解し、自らマネジメントして活かしていくことで、自分らしく強みを発揮することができます。

才能 x 投資 = 強み

無意識に繰り返す
思考、感情、行動のパターン

練習、トレーニング
や学習に費やす時間など

常に完璧に近い
成果を生み出す能力

ストレングスファインダー®の生き字引とも言われた Curt Liesveld (故人) の残したストレングスファインダー®を活かす3つのステップです。

Learn it!

自分の資質を理解する



Love it!

自分の資質を好きになる



Live it!

自分の資質を強みとして
活かす

3つの“L”で、〇〇 〇〇さんの人生がより光輝くものとなりますように！