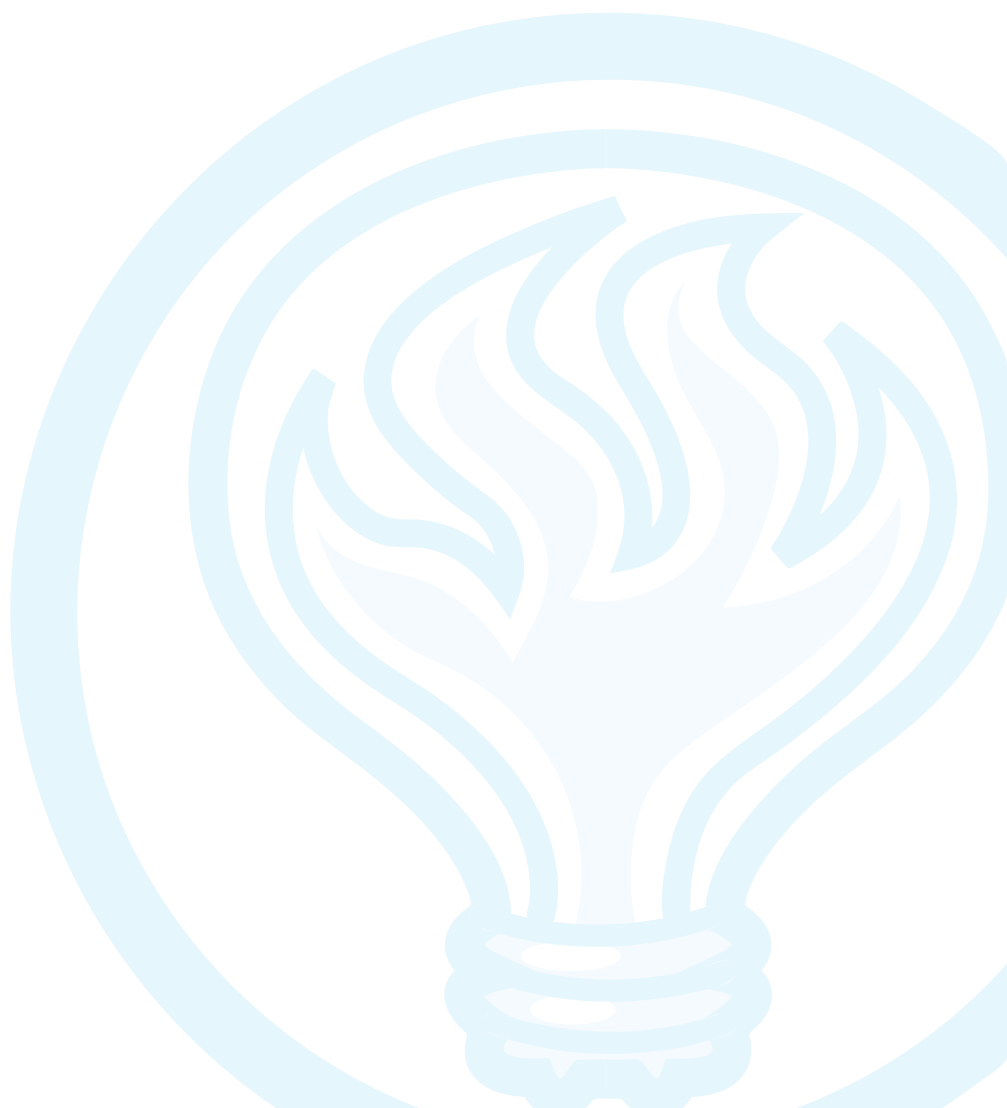




Realise2 プレミアムレポート

氏名: R2D2

完了日: 2014年 00月 0日

作成日: 2014年 00月 0日

Realise2 について

Realise2 の目的は、あなたの「強み」を見つけて伸ばし、「習得した特性」を適正に利用し、さらに「弱み」をコントロールすることです。Realise2 では、3つの次元から 60 の特性に関する測定を行いました。3 つの次元とは活力（＝エネルギーが沸くか）、パフォーマンス（＝良い成果が出せるか）、使用頻度（＝使う頻度は適切か）です。その測定結果を 4 つの象限（カテゴリー）で示しています。下の図 1 にある円形モデルに各象限の特徴が示されています。

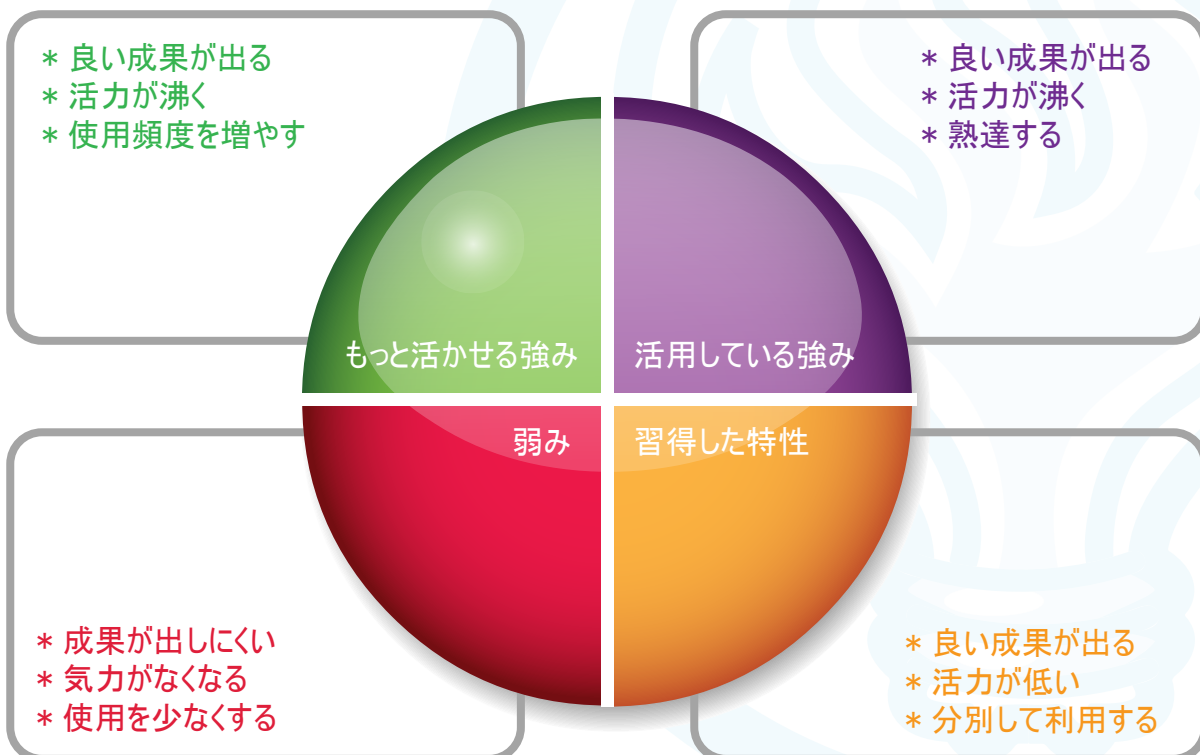


図1: Realise2 円形モデル:

活用している強みとは、「使えば使うほど活力が生まれ、良い成果をつくり出せて、よく使っている強み」のことです。最高の成果をあげるためには、この「活用している強み」を磨き上げることが近道です。ただし、どんな強みも使いすぎると逆効果になることがあります。最適に利用できるように程度や方法をマスターしてください。

もっと活かせる強みとは、「使えば活力が生まれ、良い成果につながるにもかかわらず、今は使う機会が少なく、活かしきれない強み」のことです。「もっと活かせる強み」は成長のための宝庫です。使う機会を増やしあなたの可能性をさらに広げてください。

習得した特性とは、「経験の中で努力して獲得したもので、良い成果をだせるのですが、活力を感じない特性」のことです。「習得した特性」には 3 つの種類があります。1つは学習中の特性です。成長させたい特性はさらに努力し磨きこんでください。2つ目は当たり前になっている特性です。継続して使ってください。3つ目は使いすぎている特性です。使いすぎるとあなた自身が疲弊します。疲弊しない程度に利用する工夫をしてください。

弱みとは、「成果をあげることが難しく、使おうとすると気力を消耗してしまう特性」をいいます。仕事を遂行するうえで、あなたの「弱み」が様々な問題や不安を起こしてしまう可能性があります。他の人の協力を得るなど「弱み」を障害とさせないような工夫をしてください

Realise2 プロファイル(サマリー)

Realise2 の診断結果として、あなたの主要な特性が示されているプロフィールです。下の図2にあるように円形モデルを使い、4つのカテゴリーに分けて示されています。レポートには最大7つまでの「活用している強み」と「もっと活かせる強み」、最大4つまでの「習得した特性」、最大3つまでの「弱み」が記載されます。測定結果によってはこれらの数より少なく表示されることがあります。ここに記載された特性については、後ほど、一つずつ詳しく説明します。

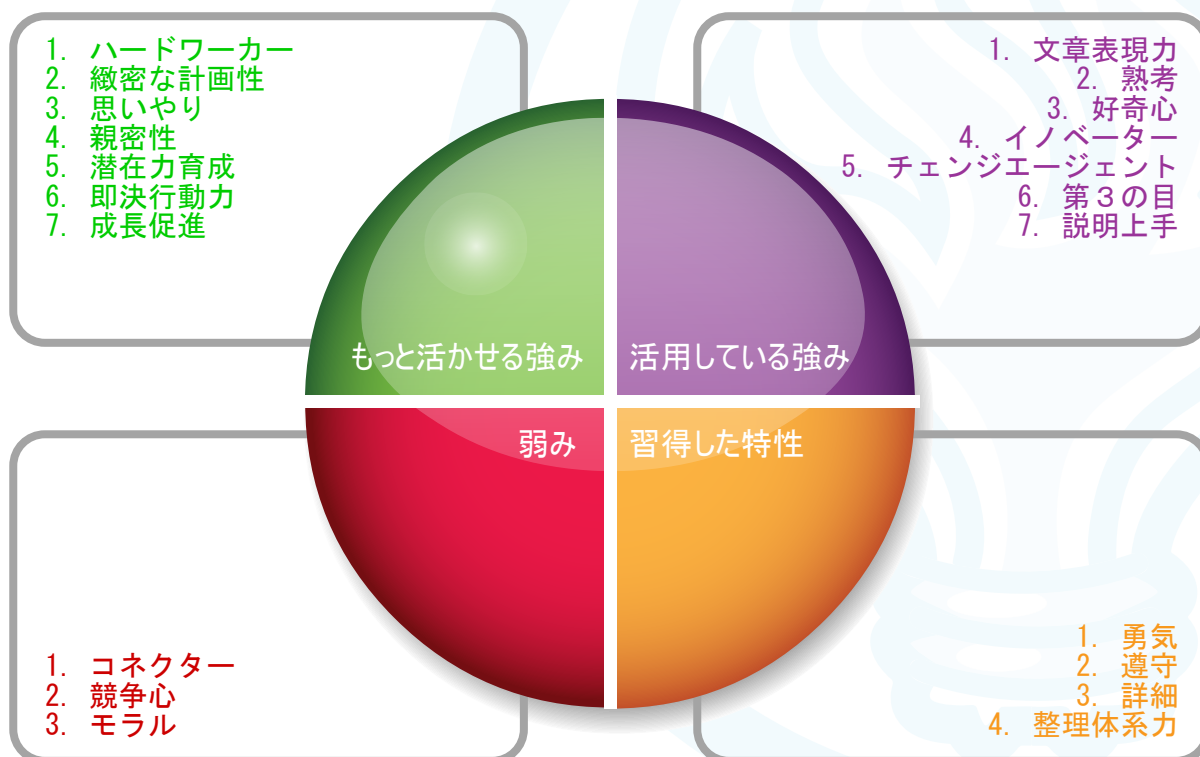


図2: Realise2 プロファイル(サマリー)

Realise2 プレミアムプロフィール(フルデータ)

60の特性すべてに関するあなたのプロフィールは以下の通りです。60の特性がそれぞれ「活用している強み」「もっと活かせる強み」「習得した特性」「弱み」のうち、どのカテゴリーに属するかを示しています。カテゴリーごとに、点数の高い項目から順に書かれています。それぞれのカテゴリーの上位に記載されている項目に注目してみてください。プロフィールの内容は人それぞれ異なりますが、4つのカテゴリーに表示されている特性数の世界平均は以下の通りです。

「活用している強み」は19項目

「もっと活かせる強み」は9項目

「習得した特性」は24項目

「弱み」は8項目

また、60の特性は5つの異なる強みのファミリーに分類されます。5つの強みファミリーとは、ありかたの強み(14項目)、コミュニケーションの強み(8項目)、モチベーションの強み(13項目)、関係の強み(11項目)、思考の強み(14項目)をいいます。ファミリーについては後ほど説明いたします。

活用している強み

「活用している強み」は、使えば使うほど元気が湧き、高い成果をあげることができ、さらに日常的によく使っているものです。これらはさらに利用して、熟達したレベルまで磨き上げることが容易にできるものです。これらの強みを磨き上げるにより、力をさらに伸ばすことができます。レポート後半を見てさらに磨き上げてください。

あなたの「活用している強み」は点数の高い項目から順に以下の通りです。



文章表現力

あなたは文章を書くことが大好きです。言葉を操ることに深い充足感を覚え、書き言葉に愛着を感じています。書くというコミュニケーション能力に長けていて、書く作業を通して自分自身の考えを伝えることができます。明確でわかりやすい文章を書くことが自然にできるのです。言葉を扱うことは、あなたにとっては楽しい体験で、書いたものを人に読んでもらうことも大好きです。



熟考

あなたは、考えをめぐらすことが大好きです。物事をじっくり考えるという能力を、いつも定期的に使っています。1日、または1週間や1ヶ月の中で、考えるための時間を確保して、熟考することを楽しみます。そういった時間はあなたにとってたいへん貴重です。気が散ったり注意が散漫になったりすることなく、自分の思考にどっぷり浸かれる時間や空間を、あなたはとても大切にします。〈BR〉



好奇心

あなたはさまざまなことに興味を示します。新しいアイデアを快く受け入れることができ、常に新しい情報を探し求めています。新たに学ぶべき課題を見つけると、心が躍ります。意図的に探そうとしなくても、何か興味をひきつけるようなものが自然と目にとまります。それがどんな小さなことであろうとも見逃すことはありません。日々の生活の中で出会うさまざまな課題に対して、質問を投げかけたり、自分で読んだり、調べたりしながら、理解を深めていくことが大好きなのです。



イノベーター

あなたは、今よりも、よりよい仕組みや体制、あるいは商品など創りだしたりしたいという願望を持っています。既存にとらわれることなく、ほかの人とは違った革新的な視点で物事をとらえたり、違った角度から考えたりすることができます。また、現状の視野に縛られることなく、その先を見ずえて何が可能かという視点で行動します。洞察や応用を重ねて、既存のやり方を改革していくのです。あなたの発想や発明は、物事を大きく発展させていきます。



チェンジェージェント

変化は、あなたに活力を与えます。あなたは変化がもたらす真の恩恵を理解しています。さまざまな形で変化のプロセスに関わっていることが大好きなのです。新たな発展のための提案をすることも多く、変化を実行に移すことのできる機会を楽しんでいます。もともと変化することに気が乗らなかった人たちまでも、あなたの熱意には動かされてしまいます。



第3の目

あなたは新しい視点を提供することを好みます。他の人とは異なる角度から物事を見ることができるあなたは、より幅広い選択肢や可能性、代替案を提示することができます。周りの人が見逃してしまったポイントを指摘し、話し合いの場に持ち出すこともよくあるでしょう。



説明上手

あなたは、誰にでもわかるように物事を簡略化して説明することが大好きです。複雑なアイデアでもシンプルに、わかりやすく表現でき、誰にでも理解できてしまうことができます。あなたの説明を一度聞いただけでは理解できない人がいたとしても、別の方法を考えて再度チャレンジします。そうやっていろいろと試してみることに面白さを感じています。



創造性

創造性はあなたの核をなす部分です。新しいアイデアやイメージ、色、味、コンセプトを考えたり、それらを組み合わせたりすることが大好きです。新しい分野を開拓したり、前例のないことに挑戦したり、斬新で想像力に富んだ方法で物事を関連づけたりします。何もないところから何かを生み出すことは、あなたにとって大きな生きがいなのです。



改善志向

あなたは、一般的な方法でそつなく仕事をこなす、などということには興味がありません。今あるものをいかにもっと効率的にできるかが最大の関心事です。改善策を探していくことが大好きなのです。どうやって改善したらいいかがすぐにわかり、いつでも自然にいい方向に変えていくことができるのです。



説得力

あなたはほかの人を説得したり、あなたと同じ意見に変えさせたりすることが得意です。ほかの人を説得してあなたの意見に賛同させるために、話し方、言葉、方法をじっくり吟味しながら、最終的には自分の主張を納得させます。そして説得するためにいろいろ試すプロセスそのものを楽しんでいるのです。



モチベーター

あなたは、周囲の人を巻き込んでやる気にさせ、さまざまな活動やプロジェクトを進めることが大好きです。特に、周囲の人と一緒に新しい取り組みを始めたり、アイデアを行動に移したりすることが楽しくてしかたありません。新しい取り組みに対する周りの人の興味をかき立て、あなたがいないければ決してそのプロジェクトに関わることはなかったような人たちさえも、巻き込んでいくのです。



卓越

あなたはどんなことにも誇りを持って取り組みます。非常に質の高い成果を安定的に出したり、正しい解決策を最初に思いついたりすることに大きな喜びを感じます。高いハードルを自分自身に課することが多く、自分の功績や仕事の質に対する周囲からの称賛を素直に受け入れます。



冒険心

不慣れなことや、まだ体験していないことについても、あなたは喜んでリスクをとります。安全地帯ぎりぎりのラインや、そこから一步踏み出した領域の経験にも喜んで挑戦します。困難で新しい状況に自分自身がどう対応するのかを確認したいのです。それらの状況に対処することは、自分の力を試し、自分の能力の限界を知り、自分自身をよく理解し、さらには自信を養うための絶好の機会だと考えています。限界を超えた世界にあえて身を投じ、予想もつかない世界を経験することに興奮を覚えるのです。



ストーリーテラー

あなたは物語がとても好きで、自然にストーリーを展開することができます。たとえ日常的な出来事であっても、そこからどうやって意味のある話として展開するのかイメージできるのです。質問に対してもストーリー形式で答えることが得意で、その話の中に、モラルや洞察、価値観、ユーモア、その他多くの教訓を盛り込みます。ストーリーの持つ力をしっかりと意識しているあなたにとっては、人生自体が語られるべき一つの大きな物語なのです。



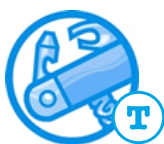
責任感

あなたは、自分の発言に責任を持っています。一度約束したことは、何が何でも果たそうと最大の努力をします。決してほかの人を責めたりはせず、自分の行うことに責任を持ちます。周りの人からは、「約束したことや成すべきことをきちんと果たそうとする責任感の強い人」と思われています。



成長意欲

自分を成長させるものはないか、あなたはアンテナを張って自ら探し求めています。新しいスキル、知識、物事の違う取り組み方など、どんなことも学びの対象です。そんなあなたは、成果に対する他者からのフィードバックを大切にします。よいフィードバックもよくないフィードバックも、あなたの行動や成果を改善し、人としての成長を助けるものだと思っているからです。



問題解決

あなたは問題を解決することが大好きです。その問題が複雑であればあるほど、やる気が出ます。複雑な問題に熱心に取り組むことに生きがいを感じ、その問題の根源にたどり着こうとします。解決策を見つけるために全力を尽くし、よい結果を得るために、あらゆる手段を徹底的に試します。問題に圧倒されることなく、解決策を見つけていきます。



自己理解

あなたはさまざまな状況下において、自分がどんな行動をしたり、どんな気持ちを抱いたりするかに関心を向けます。自分を知るために、一生懸命努力をしたり、時間を使ったりするのが好きなのです。あなたは自分自身の強みと弱みに対する自覚と理解を持っています。したがって、自分自身の行動に驚いたり、その反対に、うかつに何かをしてしまったりということが少ないのです。



自己効力感

あなたは自分の強みや能力に対する揺るぎない自信を持っています。どんなときでも、めざしている目標を達成できることを信じて疑いません。「やればできる」というのがあなたの信念なのです。自分の決意を決めて懸命に努力すれば、どんなことでも成し遂げられると信じています。この強い気持ちは日々の生活の中でも輝きを放ち、周囲の人にも自信を与えます。



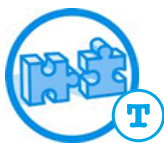
レガシー

あなたは次世代のことを真剣に考え、長く受け継がれるような遺産（レガシー）を築きたいと思っています。変化を起こすような、そして周囲によい影響をもたらすような遺産を築くために、努力することが大好きなのです。自分が大切にしていることが、自分が亡き後も継承されて、よい影響を及ぼし続けていくことが、あなたにとってはとても大切なことなのです。



スポットライト

あなたは注目の的になることを楽しみます。会議の場であれ、社交の場であれ、自然な形で発言権を手にしてしまいます。周囲があなたの意見に興味を持ち、耳を傾けてくれるのが嬉しく、また自然とそうすることができるのです。さまざまな場面であなたはそこにいる人たちの注意を引き続けるような話をすることができます。



状況対応力

あなたは新しい環境で絶えず変化するニーズに応じて、リソースを再配置したり、計画を練り直したりすることが大好きです。予定通り進めるべきか、それとも予定を変更してより効果的な方法を探るべきか、その見極めを直観的にを行っています。言い換えれば、常にベストな対処法を求めている、ということです。状況やニーズの変化に対応する準備をいつもしています。



楽観性

あなたは、悪い状況の中でもいい面を見つけます。未来は必ずうまくいく、という揺るがない確信があるのです。そんな信念は、あなたを強くします。たとえ物事が思うようにいかないときでも、前向きな気持ちを保つことができます。そして人生の何ごとにおいても明るい面に目を向けるのです。



ユーモア

あなたは人を笑わせることが大好きで、機会があればユーモアで人を喜ばせたいと思っています。物事のおもしろいところを見出し、それを他の人と共有することが好きです。冗談や、その場の空気を明るくするような話がうまく、周りにいる人を楽しませ、リラックスさせることができます。



感受性

あなたは人の感情や気持ちを読み取ることが得意です。周りの人がどう感じているのかを知りたいと思い、何ごととも見落とさない目と敏感な耳を使って、その人が何気なく示す微妙な手がかりやメッセージをとらえます。そこで得たメッセージを、すぐに、しかも正確に判断し、その人の気持ちをはっきりと理解することができるのです。



個性尊重

あなたは、たとえそれがどんなに小さなことであっても、周りの人たちの個性の違いにすぐに気づきます。それぞれの意欲の高め方や、好きなこと、嫌いなこと、嗜好、強み、才能などを見分けることができるのです。人の一番いいところを引き出すには、その人を一人の人間として見なければならぬことをあなたは知っています。すべての人を個性ある人としてとらえ、ある人にとっては正しいことも、ほかの人にとってはそうでない可能性があることを十分に理解したうえで、それぞれ柔軟に対応します。



ミッション

あなたは、人生の意味や目的を達成するような活動をすることで大きな充足感を得ます。その目的が一つであれ複数であれ、またその内容が何であれ、すべてに共通しているものは一つ。人生の目的を果たすためにすべてを捧げたい、という強い意志です。時間の過ごし方、物事の判断基準、将来設計——それらのすべてが、あなたが生きるうえで最も大切な「人生の意義」につながっています。



粘り強さ

大きな困難や、挫折、乗り越えられそうにない問題に直面しても、あきらめずに最後までやり抜けることにあなたは誇りを持っています。逆境の中で成功を手にするには、普通以上の努力と決意が不可欠であることを、あなたは理解しています。決して諦めようとはしません。



立ち直り力

あなたには、逆境を乗り越える大きな能力が備わっています。困難や挫折体験も自分なりのやり方で乗り越え、たとえ最悪の状況であったとしても、そこから再び元気を取り戻すために必要なリソースや強さを自力で見つけ出します。人生に起こるいろんなことにもうまく対応し、乗り越えられる強さが自分の中にあることをきちんと知っているのです。



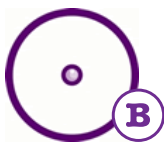
公平さ

公平で公正であることは、あなたにとって、大切なことです。周りにいる人は誰もが平等だと思っているので、公平で平等であるという点に最大の注意を払います。全員が公平に扱われるように自然と心を配り、あなた自身の行動や決断自体も、できるかぎり公平であるように努めます。



逆境成長力

どんな困難や挫折、落胆があっても、それはあなたにとっては成功への決意を固めるきっかけに過ぎません。落ち込んでそこから起き上がり、挫折さえ自分を成長させる跳躍台にしてしまうのです。そして、そのようなつらい経験があったからこそ果たせることができた、と思われるような大きな成果をあげていきます。



自分軸

自分という存在に対して確固とした土台を持ち、深い理解があるあなたは、内に自信を秘めて世界を見渡しているようです。苦難にあっても、持って生まれた自己信頼感を心の中に持ち続けることができ、心の均衡と平静を失うことはありません。周囲の人はそんなあなたを尊敬しています。いつでも、どんな状況でも、あなたは自然と心穏やかにいられるのです。



問題防止力

あなたは問題が起こる前にあらかじめ考えたり、予測したりします。何か不自然なことや間違ったことがあれば、すぐに気づき、対処します。ほかの人が気づかないような注意が必要なポイントに、あなたはすぐに気がつくことができるのです。起こりうる問題を察知して、迅速な行動をとり、問題が起こることを未然に防ぎます。

Realise2 プロファイルフルデータ

もっと活かせる強み

「もっと活かせる強み」は、使えば活力が生まれ、良い成果につながるにもかかわらず、今は使う機会が少なく、活かしきれていない強みのことです。もっと利用する機会を増やすことで、あなたはさらに成長できます。成長のための宝箱です。あなたの「もっと活かせる強み」は点数の高い項目から順に以下の通りです。


ハードワーカー

あなたはたぐいまれなるハードワーカーで、仕事に最大限の努力とエネルギーを注ぎます。人よりもたくさん働くことは、あなたにとって喜びであり、体力もあるので、人よりも長時間働くことができます。そして長期間にわたって、ハードな働きぶりを持続することができます。あなたは、ほかの人よりも一生懸命に働くことができることを自分でもわかっていて、ハードワークを楽しんでいます。


緻密な計画性

何かを計画したり、準備したりすることに長けているあなたは、仕事に取り掛かる前に、細部にわたりよく考え、整理し、時間配分を行い、リソースを吟味します。目標達成のために必要な事柄を、多方面から検討し、手順をしっかりと考え、それをスケジュールに落とし込みます。期日までにできあがるように計画し、予想外に起こる事態への対応もできるようにしています。緻密な計画をたてるということ、とても大切なのです。


思いやり

あなたは広い心を持っていて、周りにいるすべての人のことを気にかけています。誰もが最高の状態でいられることを望み、困難な状況にいる人がいればその人を思いやり、手助けしようとしています。元気がない人には、言葉を選んで声をかけます。周りの人たちの役にたつために、あなたにできることなら何でもしようとしています。


親密性

人との親密な人間関係を築くことはあなたにとって非常に大切です。あなたが誰かのことをよく知り、あなたのこともよく知ってもらうまでには、時間がかかります。ゆっくりと時間をかけて人間関係を構築していき、その築かれた親密な人間関係はたいいてい長続きしていくものとなります。


潜在力育成

あなたの言葉かけや働きかけは、周囲の人に大きな自信と自尊心を与えます。周りの人の潜在能力や可能性がはっきりと見えているあなたは、それをその人たちに気づかせてあげようとしています。周りの人は強みを理解してくれているあなたとの関わりを通して、今まで気づいていないような強みに気づき、自信や自尊心を育てていきます。あなたは自らの力で可能性を開花していけるようにほかの人をサポートすることが好きなのです。


即決行動力

あなたは、すばやく決断して、行動に移さずにはいられません。慎重に戦略や熟考を重ねるよりも、勢いよく物事を進めていくことを好みます。アイデアが見つければすぐに動き出します。まずはとにかく始めてみるのが、あなたのやり方なのです。それでうまくいけば最高ですし、たとえうまくいかなかったとしても挑戦したことには変わりないと思っています。


成長促進

あなたは人を育てることが好きです。ほかの人が自分自身の力で何かを成し遂げられるように手伝えることを喜びとします。能力を伸ばすことのできるチャレンジをほかの人と与え、快適でいられる安全地帯をあえて一歩踏み出すように背中を押します。そのうえで、サポートしたり、励ましたりすることにより、彼らの成長を助けようとするのです。


共感

あなたは他の人との自然なつながりを持てる人です。人の感情に気持ちを合わせることができ、彼らの気持ちがまるで自分のことのようにわかります。それが人の気持ちを近づけます。自分を彼らの立場に置いて、その人たちの気持ちを味わってみるというプロセスを楽しんでいます。そして、彼らの喜びや悲しみ、落胆、高揚する気持ちなどを一緒に味わうのです。あなたは、相手の視点で物事をとらえることができるので、相手の気持ちを深く理解でき、相手とつながっている感覚を持つことができます。



自分らしさ

何をするにも、あなたは自分の信念に基づいて行動し、決して取りつこうようなことはしません。他の人の期待に添うよりは、自分自身の価値観や信念を大切にします。たとえ周囲からのプレッシャーがあっても、信ずるままに行動し、正しいと信じていることを、正しいと信じている方法で行うことに誇りを感じます。



戦略的大局観

あなたは、広い世界の変化にとっても敏感です。その変化が、あなたの目的や計画に影響を及ぼすことを知っているからです。大局を見据えることで、長期計画の考案や変更を効果的に行うことができます。大きく変化をとらえたうえで、将来起こりうるどんな状況にも対応できるように準備しておくのです。



達成志向

自発性に富んだあなたは、内からわき出でるような高いモチベーションを持ってさらなる挑戦を続けます。次に何をすべきか、人から言われる必要はありません。一つのことを成し遂げると、自ら次に進みます。あなたにとっては、ゴールは与えられるものではなく自ら設定するものです。そして人から与えられるゴールよりも、高いゴールを自ら設定していきます。



フィードバック

フィードバックを人に与えることに、あなたは喜びを感じます。よいところについてフィードバックをすることはもちろん、必要ならば、よくないところについてもフィードバックをします。うまくいったことを人々に伝えることは、発展、進化するためにはとても重要なことだと信じています。それと同じように、改善の余地があるところについても正確で建設的なフィードバックを与えることができるのです。



無条件の受容

評価や批判の目を注ぐことなく、どんな人もありのままに素直に受け入れることができる大きな包容力を、あなたは持っています。すべての人の存在そのものに価値があることを信じているので、尊敬の気持ちですべての人を受け入れます。あなたは過去に何をしてきた人であろうと関係なく、平等に、無条件にすべての人を受け入れます。



感謝

あなたは、自分がいかに恵まれているかを知っています。そして、いいことがあればすぐに気づき、感謝の気持ちでいっぱいになります。小さなことでも、誰の存在も、決してあたりまえのこととして受けとったりはしません。現在の自分自身の状況や、経験することに日々ありがたみを感じながら、自分の人生に、そしてその中で起こるすべての素晴らしい出来事に感謝せずにはいられないのです。



奉仕

あなたは、人のためになることを、進んで行います。人に役立ったときには、強い満足感を覚えます。必要とされる以上に人を助けようと努め、期待される以上のことをしてしまうこともよくあります。あなたは人が望むことを満たしてあげたり、要望を叶えてあげたりすることに、関心が向いています。大変なことでも、できないと思ったりはしません。



社交性

あなたは初対面の人も含め、誰とでも自然に会話を弾ませることができます。すぐに共通の話題を探し出し、会話を始め、関係づくりをすることができます。初めての人との出会いを楽しみながら、誰とでもすぐに仲よくなることができるのです。

Realise2 プロファイル – フルデータ

習得した特性

「習得した特性」は良い成果を出すことができ、使う頻度も多いのですが、エネルギーを感じる程度が低いものです。あなた自身がこれまでの経験の中から学び取ったもので、今までの努力の成果です。ここにある特性は玉石混交です。これから伸ばして強みになるものもありますが、あまりにも当たり前なのでエネルギーを感じないもの、あるいは、あまり使いすぎると疲れてしまうものなどが含まれています。より磨き上げるべき特性か、使いすぎないようにすべき特性かを見極めて利用してください。あなたの「習得した特性」は点数の高い項目から順に以下の通りです。


勇気

不安を感じることはもちろんありますが、その気持ちにあえて挑戦して立ち向かい、乗り越える方法を身につけてきました。勇敢に振る舞うことを必ずしもいつも楽しんでいるわけではないものの、これまでの経験からあなたは、恐れを抱いたりするような活動に積極的に参加すると、長期的には自分にとってプラスになることを知っているのです。


遵守

あなたは、決められたことに対して、慎重にきちんと従うやり方を身につけてきました。ガイドラインや規則、指示、決められた手続きなどに一言一句忠実に従い、今すべきことは何か、ということを決めて見失いません。


詳細

あなたは誤りや矛盾、間違いを見つける方法を模索しながら、細かいところへの配慮を習得してきました。間違いを見つけるとすぐに訂正します。あなたは細かいところがすべて正確で完璧な状態であるかどうかを確認することの大切さを学んできたので、間違いがある状態で何かを提出するようなことは極力避けるようにしています。


整理体系力

仕事でも私生活でも、すべてをうまく整理する習慣を身につけてきました。物事を整理し、体系化する力があるということは、言い換えれば、可能な限り効率的に仕事ができる、ということなのです。いつ何をすべきで、何がどんな理由で重要で、何がどこにある、といったことをあなたはいつも把握しています。物事に取りかかる前に、あなたの頭の中では、もうきちんと手順が用意されていて、体系化されているのです。


判断力

あなたは自然な形で、迅速な判断をする経験を重ねてきました。どんな状況においても、物事のプラス面とマイナス面をすべて踏まえたうえで正しい判断を導く自信を養ってきたのです。あなたはたとえ大きな困難に遭遇したとしても、それに立ち向かえるだけの決断を下すことができます。


傾聴

人の話す内容や話す様子に、あなたは興味を示すようになりました。誰かがあなたに話をしているときは、その人自身に興味を持ち、話の内容に集中して熱心に耳を傾けます。話された言葉の表面だけでなく、その言葉の真意を汲みとることの大切さを学んできました。話される内容はどんなことでも聞き流したりしないように努めます。


謙虚さ

あなたは謙虚な振る舞いを心がけ、決してうぬぼれたり、自慢したりしないように気をつけています。自分の成し遂げた仕事に対して満足感を得ますが、その功績を自分だけのものとはせず、周りの人も称えるようにしてきました。どんな成果も、ほかの人の支えがあってこそだとわかっているため、あなたはその支えを認め、高く評価するように努めています。


時間活用力

あなたは、時間を無駄にしないことの大切さを学んできました。さまざまな方法を駆使して、時間を賢く使い、多くのことを生産的にできるように努めてきました。あなたは、どんなときでも時間を最大限に活用できるようになったのです。

Realise2 プロファイルフルデータ

弱み

「弱み」とは成果をあげることが難しく、使うと気力を消耗してしまう特性のことです。
あなたの「弱み」は苦手なものから順に以下の通りです。



コネクター

あなたは、人の共通の関心事を見抜き、人と人をつなげることに意識を向けていません。周りの人に共通の関心事や共通点があっても、気づかないこともあるようです。たとえ気づいても、人と人を結びつけようという行動はあまり取りません。そういった視点で物事を見ているわけではないからです。



競争心

あなたは他者と競争することを望みません。ほかの人と比較して自分の能力を測ろうと思っていません。一人ひとりがユニークな存在なので競い争う必要がないと思っています。また、良いことは部下や仲間のおかげと思っているので、あなたにとっては勝つことがすべてではありません。たとえ勝てなくてもあまり気にしません。あなたにはほかにもっと大切なことがあると思っています。



モラル

道徳や倫理観は、あなたの決断や行動の基準になっていません。自分がしたいと思うことを優先するので、倫理観や道徳観は窮屈に感じてしまいます。人と関わり合いにはルールがあるということは分かっているのですが、それより自分がやりたいことを行うほうが良いと思っています。

Realise2 強みファミリー

Realise2 プレミアムプロフィールには記載された強みの説明の左側にアイコンがあります。これは、色と○で囲まれたアルファベットで「強みファミリー」を示したものです。

これらは5つのファミリーに分けられており、これを見ることで自分の強みのパターンを大きくとらえることができます。

5つのファミリーの説明は以下の通りです。

- B** ありかたの強み (Being):- 自分理解や自分のあり方に関する強みのファミリーです。
- C** コミュニケーションの強み (Communicating):- メッセージを送ったり、受けたりするコミュニケーションに関する強みのファミリーです。
- M** モチベーションの強み (Motivating):- 物事を進めたり、行動を起したりすることに関する強みのファミリーです。
- R** 関係の強み (Relating):- 他の人と関わり合うことや他の人の気持ちを理解することに関する強みのファミリーです。
- T** 思考の強み (Thinking):- 焦点の当て方や思考の特徴に関する強みのファミリーです。

B ありかたの強み	C コミュニケーションの強み	M モチベーションの強み	R 関係の強み	T 思考の強み
自分らしさ	第3の目	即決行動力	思いやり	遵守
自分軸	説明上手	冒険心	コネクター	創造性
勇気	文章表現力	逆境成長力	感受性	詳細
好奇心	フィードバック力	立ち直り力	公平さ	熟考
感謝	ユーモア	モチベーター	共感	判断力
謙虚さ	傾聴力	チェンジエージェント	潜在力育成	イノベーター
レガシー	ストーリーテラー	競争心	成長促進	楽観性
ミッション	スポットライト	達成志向	個性尊重	整理体系力
モラル		自己効力感	説得力	緻密な計画性
責任感		成長意欲	社交性	問題防止力
卓越		改善志向	親密性	問題解決力
奉仕		粘り強さ		状況対応力
自己理解		ハードワーカー		戦略的大局観
無条件の受容				時間活用

Realise2 プロファイル – 強みファミリーごとで見る

あなたのRealise2を強みファミリーごとに見たデータが下の図3に示されています。それぞれの強みファミリーごとに色分けし、棒グラフと％で表示してあります。このデータを活用して、あなた自身の強みを大きく捉えることができ、自分の強みの傾向を知ることができます。なお、このデータは強みファミリーごとに各4象限の中にどれだけ分散されているかを示したいのものです。したがって、4つの象限の数字を合計すると100%になります。

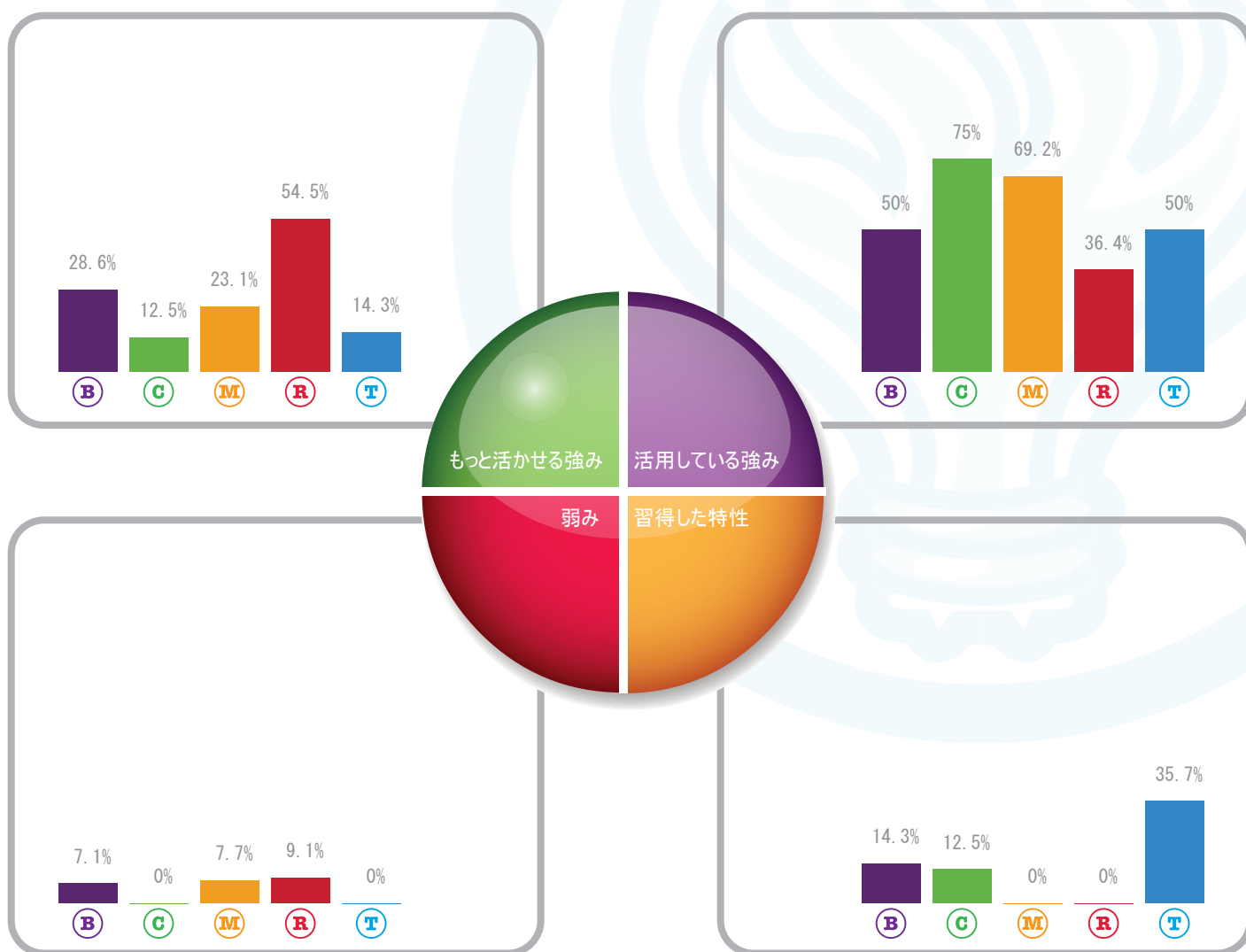


図3：ファミリーで表したチーム・プロフィール

Realise2 4象限から見たアドバイス

Realise2における4象限のカテゴリーは、強みを活用して高い成果を出すためのコアとなるものです。イキイキと充実した働き方ができるようになるために、強みをどのように活かせばよいかを、それぞれのカテゴリーごとに解説していきます。円形モデルで示された4つの象限それぞれに対するアドバイスを以下に示します。

以下がそれぞれのカテゴリーの中心的な考え方です。

- ・「活用している強み」を最適に利用する：状況に応じて最適なパフォーマンスを見つける
- ・「もっと活かせる強み」を開発するマインドを養う：使う機会を増やし自分のものとして使えるようにする
- ・「習得した特性」を使い分けるマインドを養う：学習中や当たり前に見えるものと使いすぎのものとを分別して適切に活用する
- ・「弱み」を障害とさせない：弱点を回避するために賢い選択を考える

4象限は下の図に示されている通りです。次のページでカテゴリーごとの活用のためのヒントを改めて詳細に説明します。

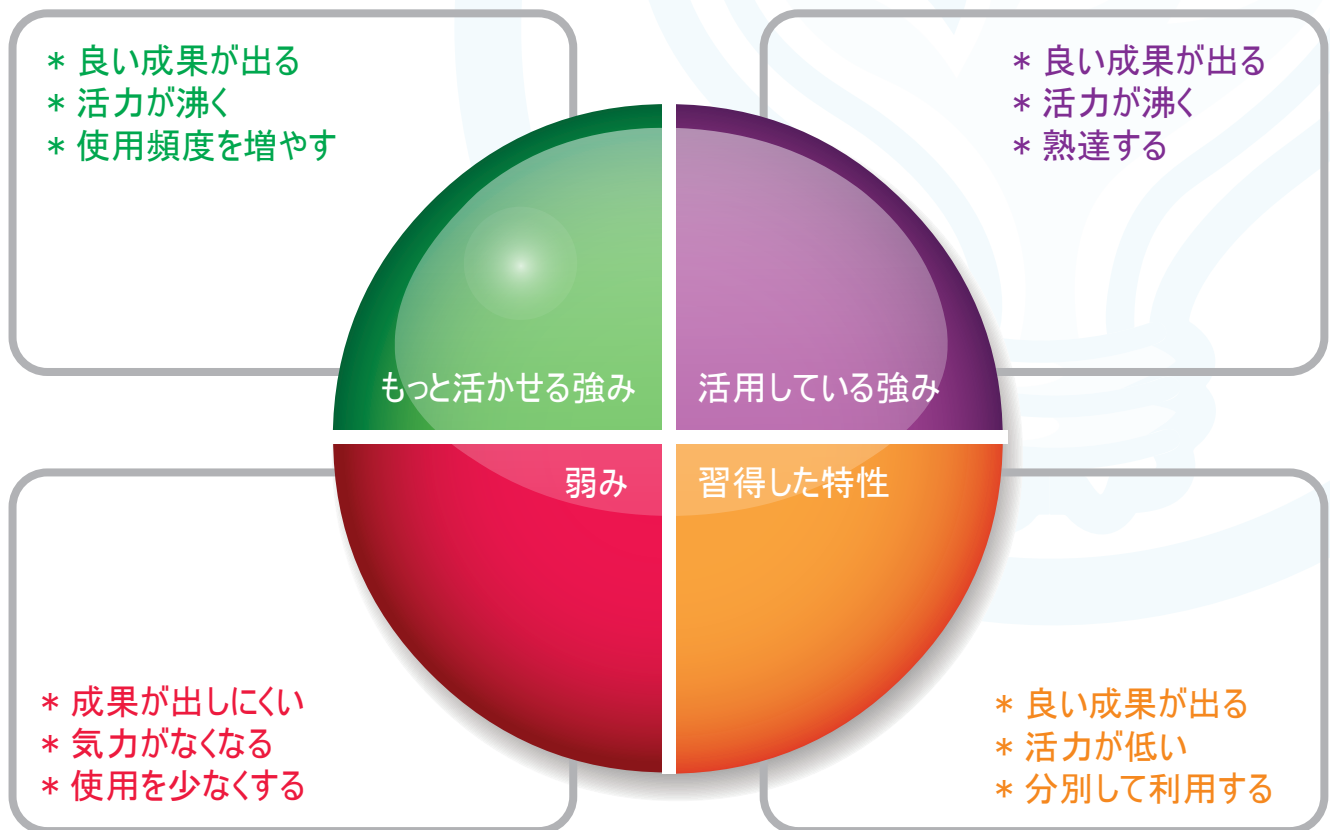


図4: Realise2 円形モデル

「活用している強み」を最適に利用する

「活用している強み」は「使えば使うほど活力が生まれ、良い成果を作り出せて、よく使っている強み」のことです。使っているときに活力を感じ、イキイキします。ぜひ楽しんで使ってください。

一方で、使いすぎへの配慮も必要です。使いすぎると周りに受け入れられないものが多くあります。「活用している強み」を使うときは、「正しい強みを、正しい方法で、正しいときに、正しい頻度で」使うように意識してください。状況は常に変化します。使いすぎたと思ったら少し控えてください。逆に強みを出したほうがいいと思ったら思い切り発揮しましょう。変化を楽しんでください。相手や状況の変化に応じて柔軟に使い方を変えることにより、強みを適切に使えるようになります。

以下が「活用している強み」を適切に使って成長するためのヒントです。

*今の活動で利用している強みを理解する

高い成果を出せて元気がでるような活動を明確にできますか？強みを真に理解することとは、言い換えれば、活動を具体的に話すことができ、その活動で使っている特性を明確にできることです。強みの特性を意識して活動することが成長への第一歩になります。

*ゴールを明確にして強みを結びつける

達成したいゴールを明確にしましょう。次に、どうすれば強みを利用してゴールに近づけるかを検討しましょう。

*いくつかの強みを一緒に使う

仕事や生活の活動は複数の強みが絡み合って成果を出します。一つだけではなく、複数の強みに目を向けてください。ゴールの達成に必要な強みは何でしょう。どのような組み合わせがよいのでしょうか。いくつか挙げてください。その複数の強みを意識して活動を進めてください。

*強みを使いすぎない

強みの過剰発揮は逆効果になる場合があります。状況をよく考慮した上で、適切な利用度合いを判断しましょう。強みの使用調整は、オン／オフでのスイッチ操作というよりは、ボリューム調整に近いといえます。状況に応じて増やしたり減らしたりしてください。適切な度合いが自分ではよく分からない場合は、周囲の人の反応を見るのが一番です。周りの人の表情や態度の変化を敏感に観察しながら、ボリュームを調整してください。

*振り返る

強みを活用することは長く続く自己発見の旅といえるでしょう。強みを活かしてゴールを目指す過程で、振り返りをしましょう。強みを適切に使えているかという視点で振り返ることで、強みをマスターできます。

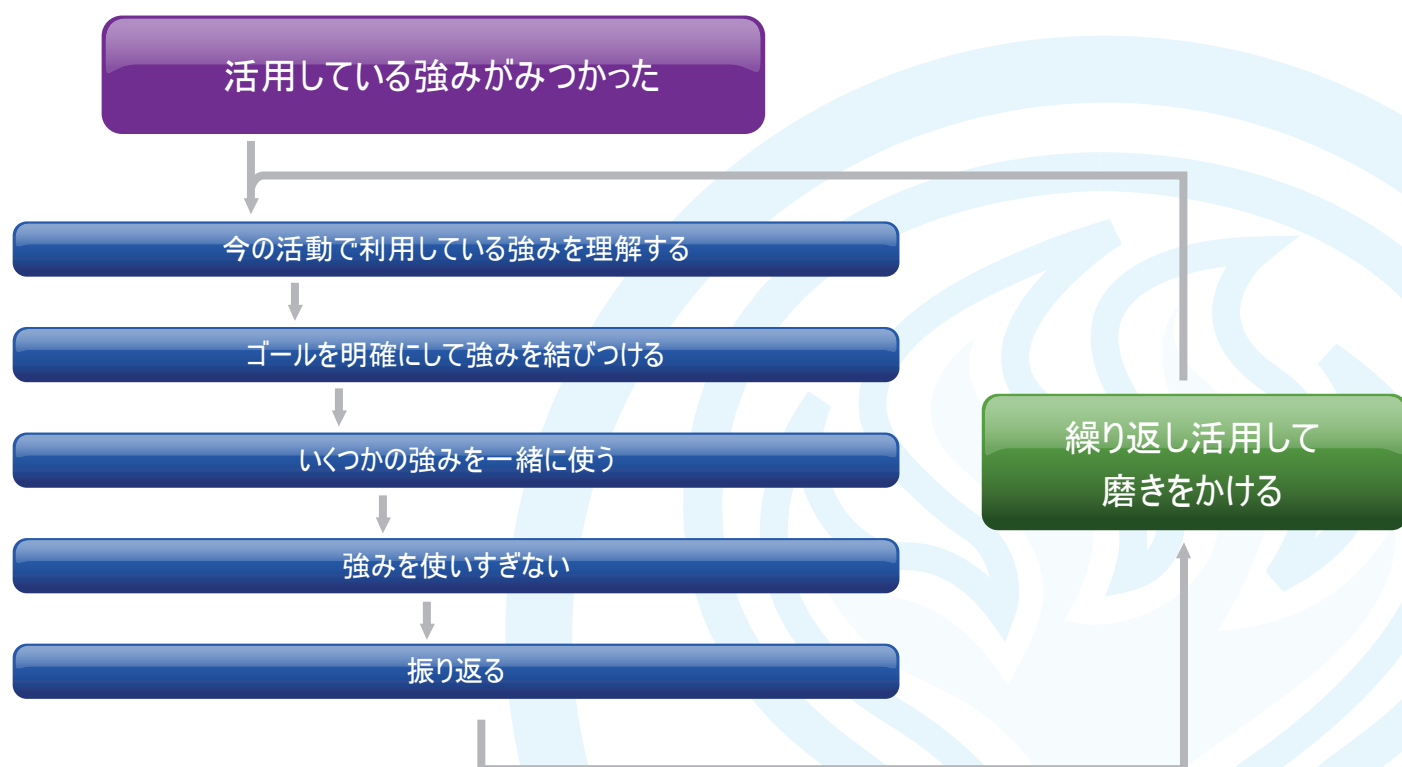


図5:「活用している強み」を磨き込む

「もっと活かせる強み」を開発するマインドを養う

「もっと活かせる強み」は、「使えば活力が生まれ、良い成果につながるにもかかわらず、今は使う機会が少なく、活かされていない強み」のことです。

「もっと活かせる強み」は、最も成長や発達が見込める強みです。使う機会を見つければ、さらに強化できます。「もっと活かせる強み」こそが、もっとも可能性に溢れる宝庫なのです。これらの強みをさらに活用するためにどんな機会があるか、どんな機会をつくり出せるかを考えてください。そして、それらの機会を利用して強みをさらに活用する工夫をしてみましょう。

以下が「もっと活かせる強み」を開発して、成長するためのヒントです。

*使う機会を見つける

機会を見つけて色々な場面で使ってみてください。家庭や職場での仕事、趣味の活動などで、どんどん強みを取り入れ挑戦してみることをおすすめします。

*使う訓練を重ねる

普段あまり活用していない強みを使いこなせるまでには、それ相応の訓練が必要です。「もっと活かせる強み」は比較的短時間で習得できます。そして楽しく習得できます。自分の能力をさらに伸ばす機会として取り組んでみましょう。

*他の人から学ぶ

訓練して磨きをかけてください。自分よりもはるかにうまくその強みを活かしている人がいれば、その人をじっくり観察して真似をしてみるのもいいでしょう。

*使う範囲を広げ、自分のものにする

時間をかけて訓練と開発を重ねていくと、「もっと活かせる強み」は「活用している強み」へと変化します。使用機会が増え、パフォーマンスの質も向上します。新しい状況や環境で新しい行動を試すための様々な機会を設けて使ってください。適切に使えるようになれば自信がもてます。

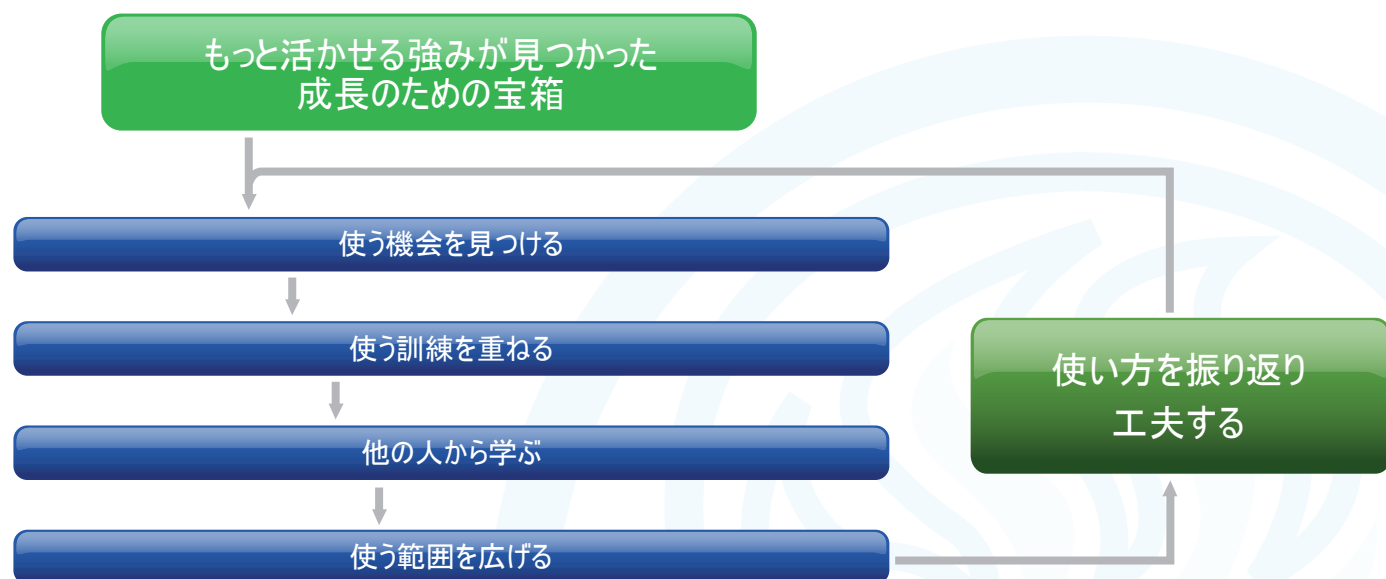


図6:「もっと活かせる強み」成長のための宝箱

「習得した特性」を使い分けるマインドを養う

「習得した特性」は「経験の中で努力して獲得したもので、良い成果を出せるのですが、活力を感じない特性」をいいます。そのまま使い続けて良いものも、注意して使う必要があるものも混じって記載されています。「習得した特性」の中には3種類あります。見極めが大切です。

第1に「学習中の特性」です。学習中ですから時にはうまくできると感じられるのですが、目標とするレベルまで態度や能力が追いついていません。もっとうまくするために努力が必要なのでエネルギーは低くなります。ここに出てくる「学習中の特性」は将来の有益な財産になる可能性が高い特性です。努力して身につけてください。

第2は「当たり前になっている特性」です。すでに習得して自分のものになっています。あまりにも当たり前になっているので、特にそれを使う時にワクワクしたりすることも少なくなっています。こうした理由でこの特性を使った時のエネルギーの高まりはあまりありませんが、実務を遂行するために大切な特性でもあります。継続してご利用ください。

第3の「使いすぎている特性」は注意が必要です。「使いすぎている特性」で業務を行なおうとすると、なかなか仕事に手がかず先延ばししたくなります。あるいは、長時間使うと疲れ果て、重い気分になることもあります。エネルギーが奪われるのです。「使いすぎている特性」を頻繁に使わなければならない状況に置かれると、おそらくあなたは充実感を感じなくなってしまうでしょう。

ところが、「使いすぎている特性」はよく強みと間違われます。上手に使いこなせるので、その点を周りの人から高く評価されるのです。もっと磨きをかけた方がいいと人から言われることもあるでしょう。そしてあなた自身も、もっと活かしたいという願望を抱いたことがあるかもしれません。

「使いすぎている特性」はチームや自分自身の成果を出すために必要なことは行いながらも、使いすぎてエネルギーの消耗を感じてしまわないよう、適度なバランスを見つけることが大切です。

ここでは特に「使いすぎている特性」に焦点を当てて、どのように対処したらよいかのヒントを紹介します。

*「使いすぎている特性」をサンドイッチにする

取り組んでもあまり元気が湧いてこないような課題に目を向けてください。「使いすぎている特性」を使うことによってエネルギーを消耗していませんか。それらの課題に取り組む前後に、強みを使って元気が湧くような活動を取り入れてみましょう。他の強みで行う作業と、使いすぎている特性を使って行う作業を、サンドイッチにして、仕事を進めることにより、能率を向上することができます。

*代わりの人を見つける

人の強みはそれぞれ違います。あなたにとってはやる気が失せるようなことを、逆に強みとして持っている人はいませんか。そのことにエネルギーを感じる人を探してみましょう。代わりに、彼らにとってつらい仕事でも、あなたが得意で元気が湧くような仕事をしてあげることで、より良い関係性をつくれるでしょう。

*その行動をやめる

「使いすぎている特性」を使うことを、一度やめられませんか。これらの行動をすることが習慣になっていませんか。あなたの役割や責任に悪影響を及ぼすことなくその行動をやめられるのであれば一旦やめてみましょう。空いた時間を他の強みを使った活動にあてると、より効率的に活力の湧く仕事をすることができます。

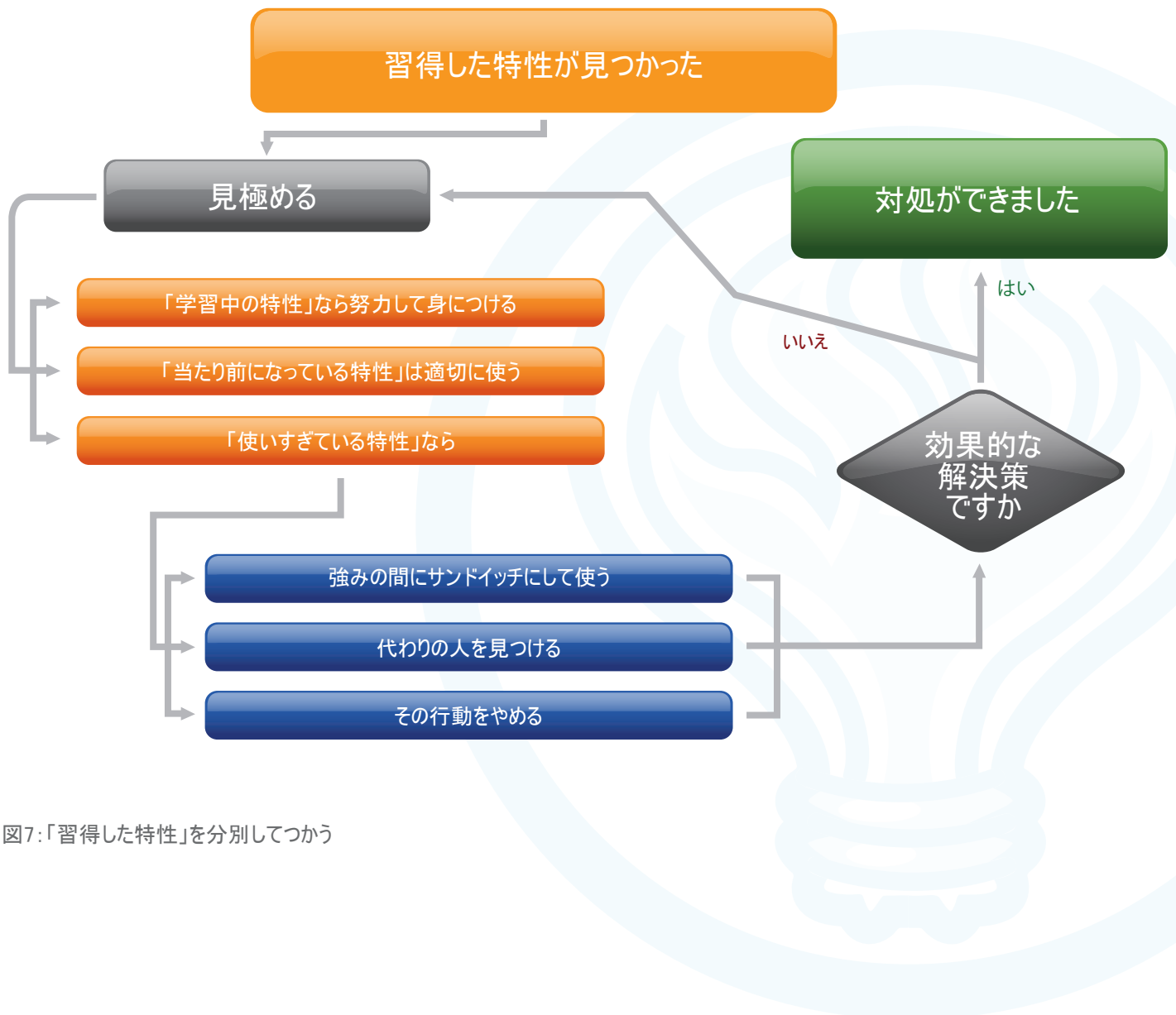


図7:「習得した特性」を分別してつかう

弱みを障害とさせない

「弱み」とは、「成果を上げることが難しく、使おうとすると気力を消耗してしまう特性」をいいます。

この「弱み」の中に「期待値の高い特性」が出ることがあります。まずは、それを明確にしましょう。あなたは、高い期待をもち、まだまだ努力中なので、自分はまだできない、という感覚をもってRealise2の質問に答えているかもしれません。Realise2のプロファイルレポートではそのような「期待値の高い特性」は弱みとして報告されます。人から見ると相当うまくできていても、テストしたあなた自身がそう思っているので、弱みとして表示されるのです。まず、そのような「期待値の高い特性」が含まれていないか検証しましょう。「期待値の高い特性」には以下のアドバイスは当てはまりません。

また、低い価値観の特性が表示されることもあります。あなたの持っている「価値観」で重要でないと思われる特性です。それらの特性は弱みとしてここに出てきても、「その通り。これで良いのです。」という納得感があります。この価値観の低い特性にも以下のアドバイスは当てはまりません。

その他の弱みは、別の言葉で表現すると、やろうとしてもうまくできなくて、始めようとしてもいつまでたっても腰があがらなくて、やり終わった時にやっと終わったと感じられる。そんな活動をしているときに使っている特性です。このような弱みは使う機会を減らすことです。弱みを使っている頻度は人によって様々です。頻繁に使っている人もいれば、そうでない人もいるでしょう。弱みを頻繁に使わざるを得なくて、つらい思いをしているなら、それはあなたにとっての課題と考えられます。

以下を参照してください。弱みに対処するためのヒントです。「使いすぎている特性」で見えてきた対処法と似ているところが多くあります。

*若いうちは弱みを克服する努力をする

あなたがまだ若いのならあなた自身の行動を一度見直して、弱みを克服できないかを考えましょう。ぜひチャレンジしてください。弱みを克服することで成長がもたらされます。

*強みを使って埋め合わせる

あなた自身の強みを活かして弱みを補うことができますか。たとえば、「達成志向」の強みを活かして「計画性」の弱みをカバーすることができないでしょうか。

*チームで補完し合う

弱みに焦点を置いたアプローチではなく、チームの強みを活かした仕事の進め方に変えられませんか。一人ひとりの本当の強みに応じて、課題や目的、責任を再配分してみましょう。このようなアプローチがうまく機能すると、チームメンバーの一人ひとりがほかのメンバーを実質的に補い合える最高のパートナーとなれます。

*代わりの人を見つける

あなたにとっては活力が湧かないことをイキイキとやる人がいます。強みは人それぞれ違うからです。そんな人と協力し合えないかを話し合しましょう。誰でも「弱み」があるので補完できると仕事も早く進み、関係性を良くできます。

*弱みを最小限にするために訓練をする

これらの方法がどれも難しい場合は、訓練して必要な能力レベルまで弱みを改善しましょう。業務や生活に支障が出ないレベルを目指しましょう。つまり、弱みがあなたのパフォーマンスの妨げとならないレベルに到達することが目標です。挑戦してください。慣れてくると「習得した特性」にすることができます。

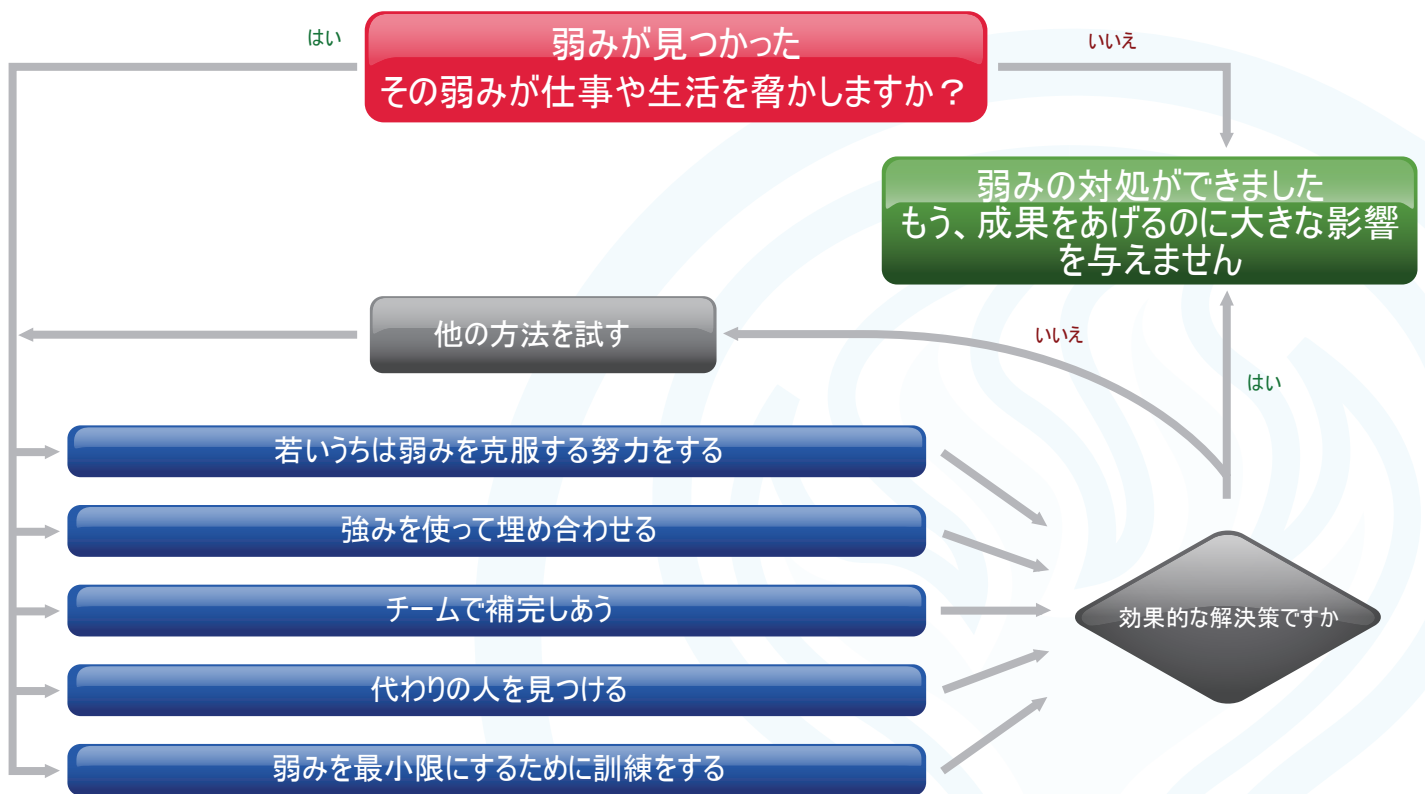


図8: 弱みに対処する

最後に

このレポートに示された強みはあなたのチームの現時点での強みを示したものです。強みは変わります。あなたチームの成長、仕事内容の変化、役割の変化、環境の変化などに影響を受けるからです。その時々状況に応じた最適な強みを意図的に活用し、今ある強みを進化させることが大切です。

強みを使って仕事をする人は、自信があり、充実していると感じ、活力にあふれていることがポジティブ心理学の研究で分かっています。また、目標達成をする確率が高く、高い成果を上げられる人であることも分かりました。つまり、強みを使い、自分の得意なやり方で仕事を進めることで、優れた成果を残すことができ、自分もイキイキと充実して過ごせるのです。優れたビジネスマンとして成長できるのです。

これからも、強みを意識した仕事の仕方を進めてください。自分の強みだけでなく他の人の強みにも関心をもち、お互いに強みを活かせるようにするとより仕事が充実して、早く、高い品質の仕事ができるようになります。

ご案内

Realise2を提供している一般社団法人 ポジティブイノベーションセンターでは、『Realise2による強み発見活用セミナー』を開催しています。さらに強みを追究し、いきいきと充実した働き方をしたい人は、ぜひご参加ください。
<http://positiveinnovation.org/realise2/seminar/index.html>

また、PPAL(ポジティブ心理学応用研究会)を開催しています。一人ひとりがイキイキと充実した働き方を手に入れるためにポジティブ心理学を生活や仕事に活かす方法を開発し提案している場です。誰でも参加できます。
<http://positiveinnovation.org/>

幸せになるために何をすればよいかについて、ポジティブ心理学の研究成果をもとに書かれた本があります。科学的な研究成果に基づき、幸せになるために必要な12の行動習慣を教えてください。一般社団法人 ポジティブイノベーションセンター代表理事の渡辺 誠が監訳しました。幸せに向けて行動したい方は、ぜひお読みください。
<http://www.amazon.co.jp/dp/4534049250>

