

あなたの強みは！？

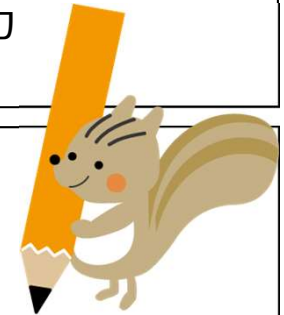
谷平がファシリテーターをしているリクルート Work fitより出典

対人力

親しみやすさ／気配り・ホスピタリティ／素直さ／誠実さ／真面目さ／約束を守る
人への興味／働きかけ力（巻き込み力）／協調性／チームプレイ力／しつけ・指導・育成力
わかりやすく伝える力／傾聴力／理解力／人前で話す力／調整・交渉力／
相手の意見や思いを汲み取る力／自主性を尊重しながらも見守り成果につなげる力

対自己力

ストレス耐性／主体性（自分で考え行動できる力）／挑戦心・チャレンジ精神
改善・成長意欲／前向き志向／全てのことから学ぶ姿勢／
度胸・本番に強い／自分で自分を律する力・感情をコントロールする力
タフさ（精神力）／使命感・責任感／目標志向性・達成意欲
パッション（情熱）／探究心／どんな仕事にも面白みを見つける好奇心／変化対応力・柔軟性



対課題力

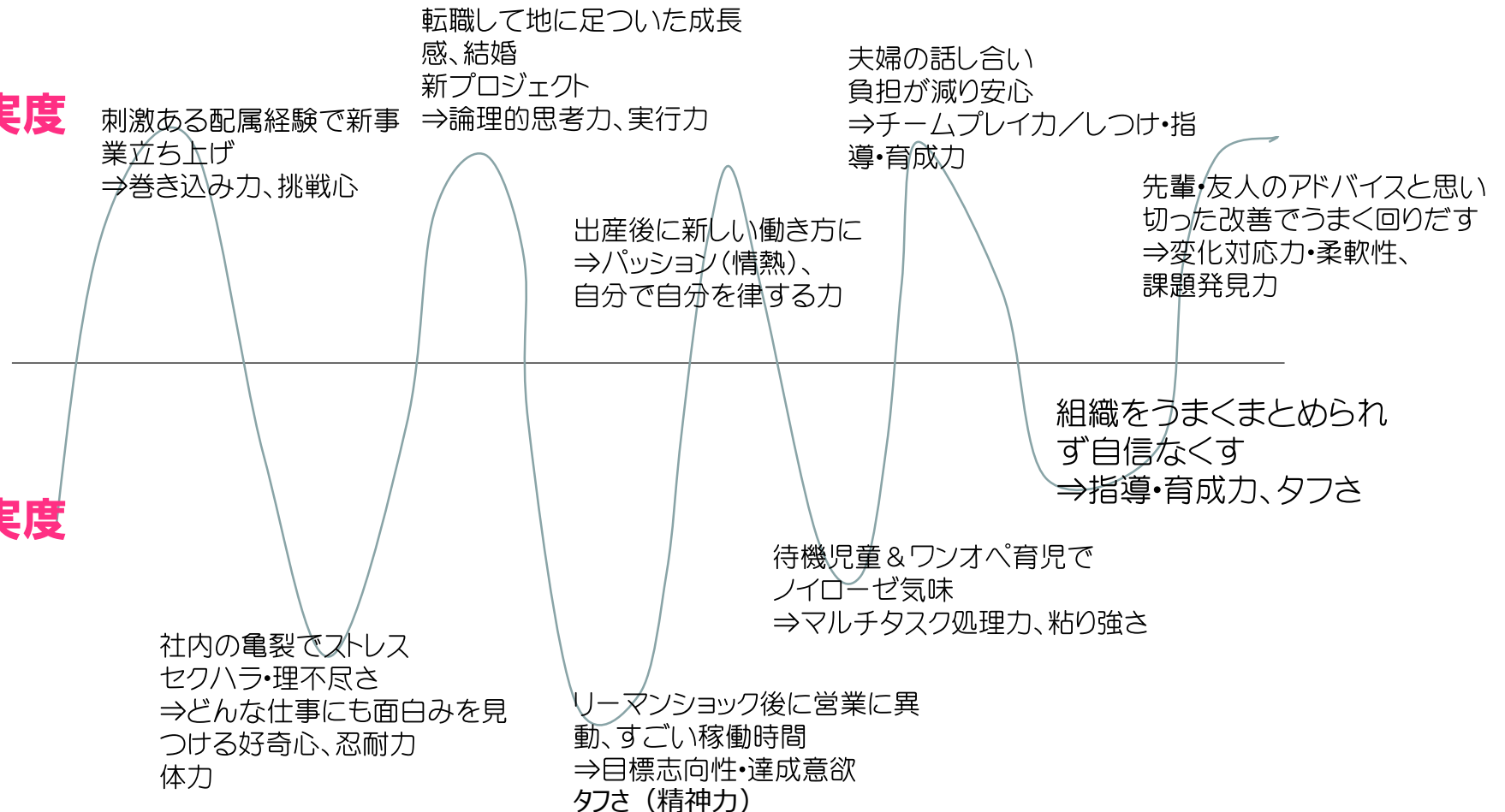
論理的思考力／物事の本質を突き止める力／課題発見力／企画力／計画力／想像力／
提案力／広い視点で捉える力／決められたことをやり抜く力／忍耐力／継続力／粘り強さ／
実行力／活動意欲／集中力／マルチタスク処理力／
事務処理能力（正確性 早さ PCスキル）／文書作成力／
計算能力（家計簿、お金のやりくり）／器用さ／体力

例)身に付いた力を考える

ライフラインチャート:
山では強みを伸ばし、谷では乗り越える力をつけている

充実度
+

充実度
-



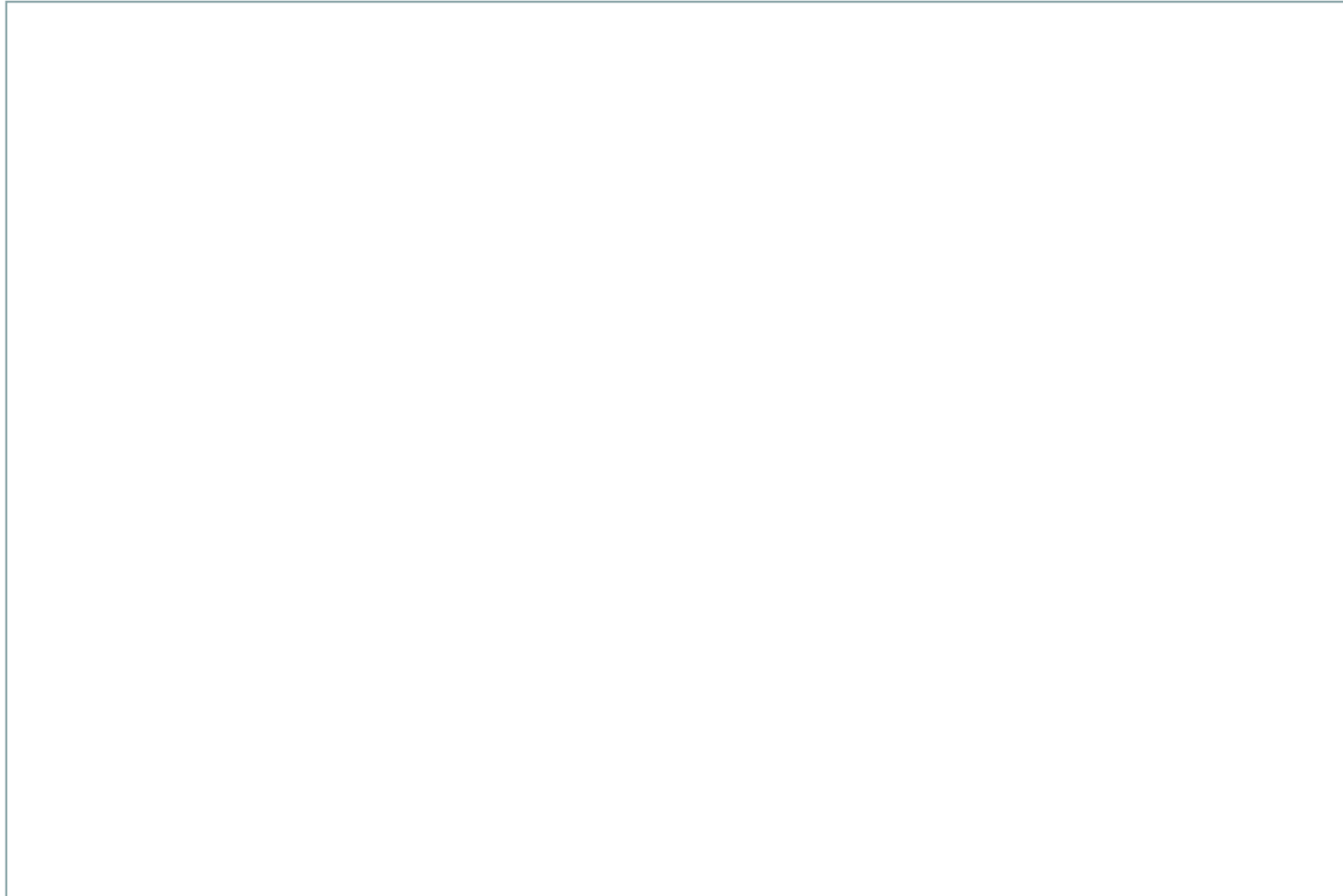
身に付いた力を考える

ライフラインチャート：
山では強みを伸ばし、谷では乗り越える力をつけている

充実度
+

充実度
—

Memo

A large, empty rectangular box with a thin blue border, intended for writing a memo. It occupies the majority of the page below the header.