

DOMINANCE

INFLUENCE

D

DISC理論をベースとした

行動スタイル自己診断

～自己認識を深める～

株式会社CHANGE PLUS

C

CONSCIENTIOUSNESS

S

STEADINESS

DISC理論とは

◆DISC理論とは

1920年代に心理学者ウィリアム・M・マーストン博士により提唱されたもので、D（主導）、I（感化）、S（安定）、C（慎重）の4つの行動特性のバランスで人の動機や欲求、その結果表れる行動を分析していくものです。

近年では、DISC理論を用いた組織開発やセールスなどの研修が盛んに行われており、Willy社が開発したDiSCアセスメントはグローバルで年間100万人が受講するほどのスタンダードツールとなっております。

◆注意事項

自己診断を行う上での注意事項です。

- ・全ての人が4つのDISCスタイルの融合であり、結果のスタイルはあなたの全てを表現するものではありません
- ・回答を行ううえで、「こうあるべき」や「こうありたい」などの理想や願望に左右される事なく、ありのままの素直な回答を行って下さい。

以上を踏まえた上で結果をお楽しみいただくと共に、人の多様性を体感して頂けたら幸いです。

DISCスタイル自己診断

DISC スタイル 自己診断表

STEP 1

以下の設問を読み、該当する箇所に「○」を付けて下さい

	設問	該当に○		設問	該当に○
1	自分の意見はハッキリと言う方だ		21	嬉しい事があると、思わずガッツポーズをしてしまう	
2	思う通りに物事が進まないとなんて納められない		22	熱中しやすい方だ	
3	早口で喋る事が多い		23	時間にルーズなところがある	
4	人が話している途中でも、自分の意見をはさみたくなる		24	初対面でも、割とすぐ仲良くなれる	
5	どんな事でも、競争となると燃える		25	直観を大事にする	
6	思いついたら行動せずにいられない		26	人との関わりを大事にしている	
7	人からよくせかちたと言われる		27	悲しいニュースなどを見ると、自分事とは思えない事がある	
8	自分のペースを乱されると「イラッ」とする事がある		28	仕事で成果を出すためには、チーム力が最も大事である	
9	弱みを見せる事は恥だ		29	話しかけやすいと言われる事がある	
10	商談などで、一方的に話す事がよくある		30	結果も大事だが、プロセスはもっと大事だ	
11	本心を言えない事が多い		31	プロセスが良くても、結果が出なければ評価できない	
12	人のペースに合わせてるのが得意だ		32	とっつきにくいと言われる事がある	
13	競争や勝ち負けには拘らない		33	個人の力を高める事が、仕事で成果を出すための近道だ	
14	自分で語るより、人の話を聴くのが好きだ		34	赤の他人の身に良くない事が起こっても、感情が動く事は無い	
15	良く考えてから行動する方だ		35	自分の時間が大切である	
16	「マイペースだね」と、よく言われる事がある		36	熟慮する事が大事である	
17	人前で話す時は、かなり緊張する		37	人見知りである	
18	喋るのはゆっくりな方だ		38	待ち合わせなどの時間に遅れる事は許されない	
19	思い通りに事が進まなくても我慢できる		39	冷静な方だ	
20	商談では聞き役に徹する事が多い		40	感情表現は得意ではない	

STEP 2

A	1～10の○の合計	
B	11～20の○の合計	
C	21～30の○の合計	
D	31～40の○の合計	

STEP 3

A-B	
C-D	

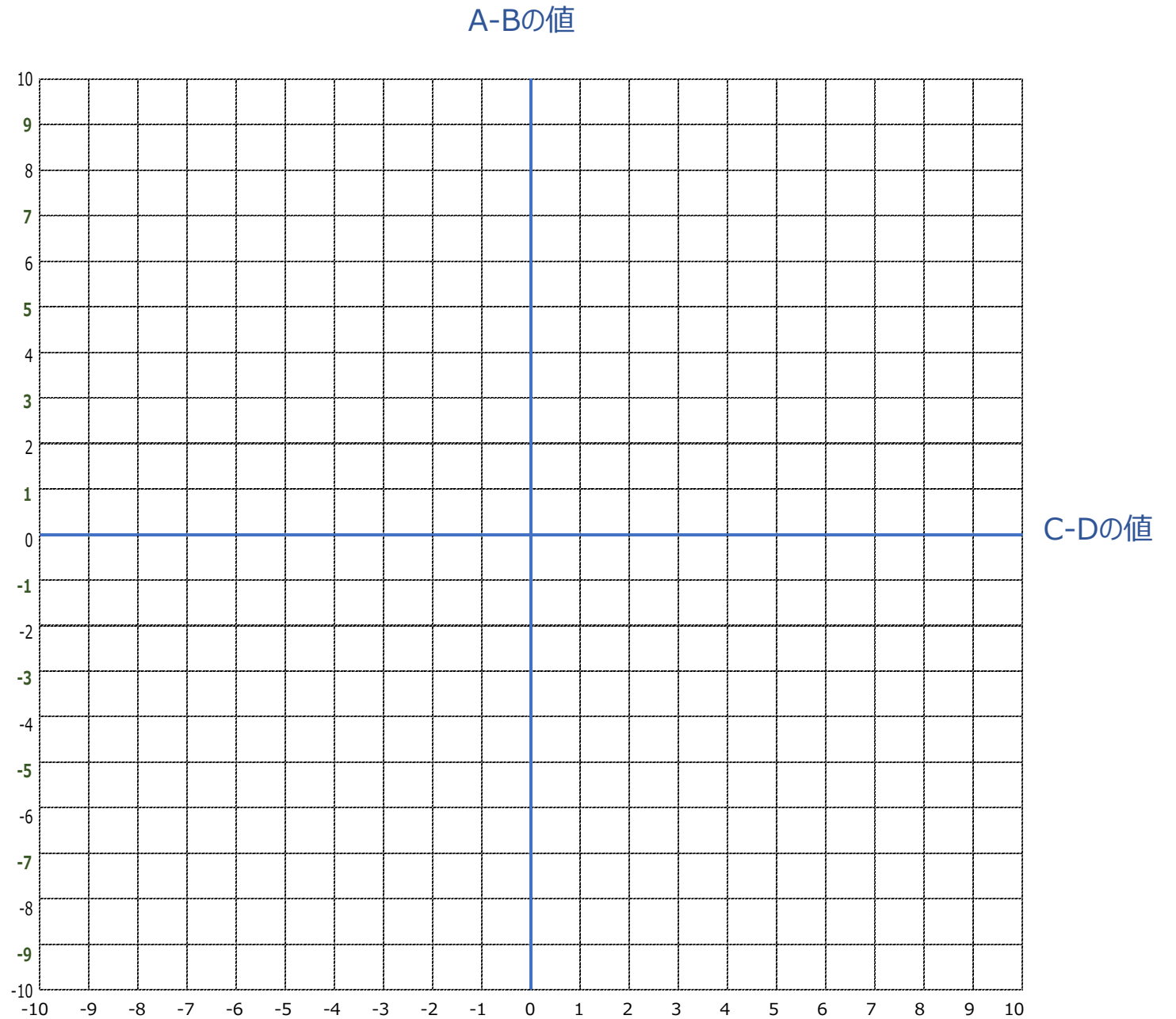
マイナスもあり得ます

MEMO

座標に プロット する

5 : **STEP3**で計算した数字を、それぞれ縦軸、横軸にプロットし、交わる箇所にドットを付けて下さい。

6 : 次ページの表の同じ位置にドットを記入して診断完了



前ページの
座標と同じ
位置にプ
ロットする

D

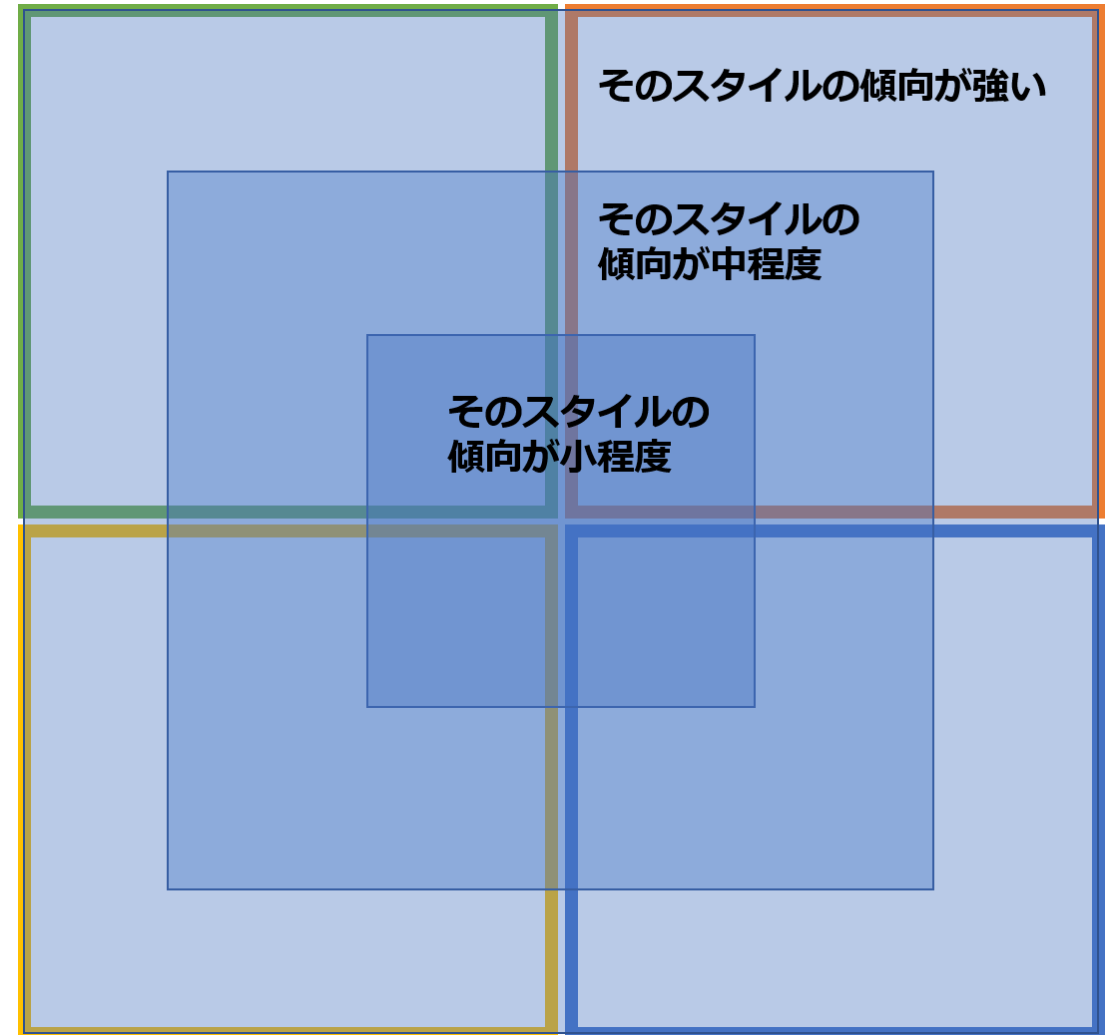
I

C

S

プロットした位置の読み取り方

- ・外枠に近い程そのスタイルの傾向が強くて出ている事を表しています。
- ・真ん中に近い程そのスタイルの傾向が軽微であり、他のスタイルの傾向も見られます。
- ・隣接するスタイルに近い場合は、隣接するスタイルの傾向も見られるということです。



各DISC スタイルの 特徴

閉鎖的
感情を出さない
クールな感じ
柔軟性に欠ける
時間に厳格
自分に厳しい
能力を誇示
事思考
冷静

聴くより喋る事を好む
自信がありそうに見える
自分の力を誇示する
チャレンジ精神旺盛
自己主張が強い
行動的でエネルギッシュ

リーダーシップを発揮する
結果を求める
ライバル意識が強い

Dスタイル 主導型

- ・目標達成思考が強い
- ・素早い行動を好む
- ・決定権を握りたい
- ・勝ち負けの拘る
- ・相手をコントロールしたい
- ・効率的
- ・柔軟性に欠ける
- ・自己主張

D

Iスタイル 感化型

- ・直観や感情を大切にする
- ・人との関わりが大事
- ・素早い行動を好む
- ・テンション高くいたい
- ・リーダーシップ発揮したい
- ・適当な一面もある
- ・楽観的
- ・刺激を求める

I

オープン
表現豊か
柔らかい感じ
楽しい事を好む
時間にルーズ
直観的
グループの力を誇示
人思考
熱中しやすい

Cスタイル 慎重型

- ・正確性が重要
- ・失敗を恐れる
- ・クオリティを大切にする
- ・分析や洞察が得意
- ・詳細を好む
- ・時間に厳格
- ・自信がなさそうに見える
- ・効率的

C

Sスタイル 安定型

- ・協調性を大事にする
- ・人との関わりが大事
- ・空気を読むのが得意
- ・相手を思いやれる
- ・闘争心に欠ける
- ・忍耐強い
- ・順応的
- ・人から好かれる

S

人の意見を聴いてから喋る
自信がなさそうに見える
リスクは回避する
他人の意見に流されやすい
自分の地位を誇示する
慎重に思考する


闘争心に欠ける
決断が遅い
質問を良くする

お気軽にお問い合わせ下さい！



株式会社CHANGE PLUS

東京都中野区中野1-41-11

 03-6279-1327 Mon-Fri 10:00-18:00

 welcome@changeplus.co.jp

 <http://changeplus.co.jp>

チェンジプラス

