



自己分析資料トリセツ
カタログ
ベーシック版

ベーシック版カタログ

目次

01

基本事項

- ・自己分析資料トリセツとは
- ・自己分析資料トリセツを通じて得るスキル
- ・自己分析資料トリセツの技術について

02

ベーシック版について

- ・各種分析シート紹介
- ・お客様の声

03

詳細情報

- ・各種プラン説明
- ・よくあるご質問

販売会社
総合創出ワーク合同会社
〒478-0041
愛知県知多市日長字西畑8-2

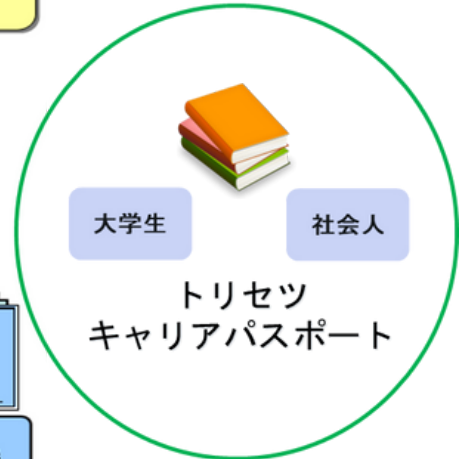
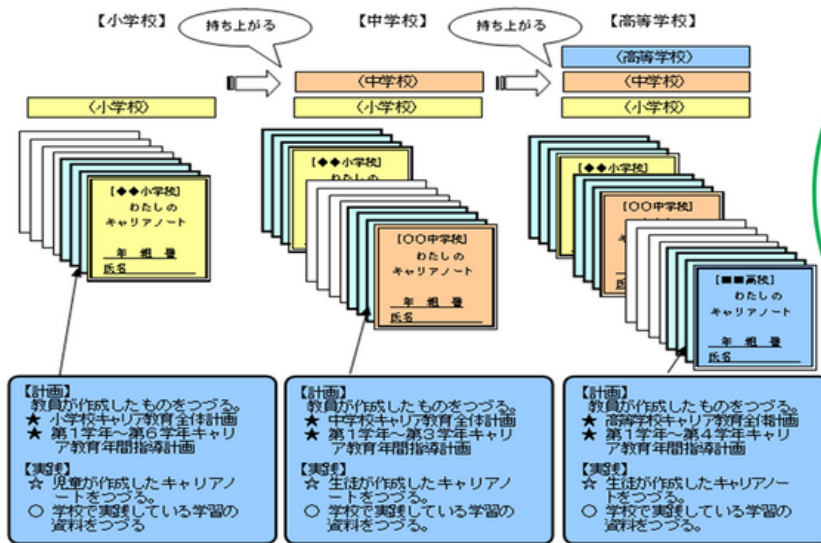
著作権法および関連法律、条約により、私的使用など明示的に認められる範囲を超えて、本資料の掲載内容（文章、画像、映像、プログラムなど）の一部およびすべてについて、事前の許諾なく無断で複製、転載、送信、放送、配布、貸与、翻訳、変造することは、著作権侵害となり、法的に罰せられることがあります。

このため、当社および著作権者からの許可無く、掲載内容の一部およびすべてを複製、転載または配布、印刷など、第三者の利用に供することを禁止します。

自己分析資料トリセツの目的

1. キャリアパスを作成する事

- ノートは、児童・生徒が小・中・高校へと進学していく過程で、学年ごとにキャリア教育に関する学習を1枚にまとめさせ、上級学校へ持ち上がらせましょう。
- ノート以外に個々の児童・生徒のキャリア教育に関する学習の資料もあわせて上級学校へ持ち上がらせましょう。
- ノートは、学校の児童・生徒の状況により修正し、活用しましょう。



2. 自分自身を明確にする事

トリセツプログラムを「庭造り」に例えています

いかに「手間」をかけるか？



基本事項

1. 自己分析資料トリセツとは

1 メタ認知視点

自身のプライベート面、仕事面の2つの側面から分析を行います。双方の分析を通じて自己発見をし自分の知らない自分を客観的に見つけていきます。

2 言語化・可視化

分析を行う事で、“言語化”をし、内容を“可視化”していきます。自分の事が明確になる事で“行動指針”を作る事ができ、目標設定まで行います。

2. 自己分析資料トリセツを通じて得るスキル

1 分析力

客観的な視点を持ち、自分を俯瞰的に見れる力を養います。分析力を習得し、メタ認知技術も取得して、自己発見をしていきます。

2 情報処理能力

情報の本質を見抜く力を養います。情報のエビデンス、情報元の調べ方、解釈の仕方など。多様性の時代を生き抜く為の情報処理能力を高めます。

3 マーケティング力

インプットだけでなく、それに誤りがないか、どのように活用できるのか、検証作業を行います。“稼ぐ力”や“宣伝する力”などマーケティングに必要な要素を身に着ける事が出来ます。

4 自己表現力

自分の“軸”を身に付ける事で、自分らしい表現方法や活動方法を身に付けることができます。

基本事項

3. 自己分析資料トリセツの技術について

こだわりの資料作り

1 分析技術

分析技術は、深堀をしていく時に必要な技術です。
”具体的に””明確に”する事で言語化、可視化されていきます。このような分析がし易いよう、ミクロ視点を取り入れられ資料設計されています。

2 コーチング技術

大きな視点の目標を決めていく時は”抽象度”が必要になります。このような取り組み方にはマクロ視点が必要です。これには、マクロの視点を持つ事が出来るコーチング技術を活用した資料設計がされています。

充実したアフターフォロー

1 カウンセリング技術

自己分析資料トリセツに取り組んで頂き悩んだとき、相談窓口がございます。

その際は、カウンセリング技術を活用し、リラックスして相談して頂く事ができます。

2 ティーチング技術

前項と同じく、相談した際に、ティーチング技術を活用します。分析結果より、具体的な”動き”について検討し、回答を導く助けをする事が出来ます。

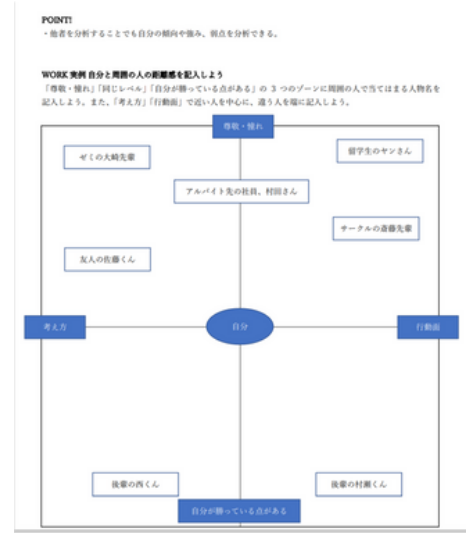
ベータ版について

※一部抜粋して紹介しております。これ以外にも分析項目は多数存在します。

【ポジションシートP編】

自分のポジションを確認します。どのような人物と関わっているのか、どのような影響を受けているのか、言語化、可視化、分析していきます。

▶ 集団活動における自分のポジションや行動の傾向の分析をしよう	
現在のあなたの集団活動におけるポジションは？	
あなたのポジションの傾向が常に同じような場合は自分が得意とする、もしくは望むポジションを明確に持っているということ。バラバラな場合は状況や事情、義務感や必要性に応じて、そのポジションを果たそうとする意識や柔軟性を持っているということになります。	
友人間でのあなたのポジションは？	会社でのあなたのポジションは？
付き合いが良く、どちらかという、企画するよりも誘われるタイプ	店長代理。嫌ではないが、どちらかという人と教育担当など、面倒を見る方が好き
コミュニティ・趣味でのあなたのポジションは？	ビジネス活動でのあなたのポジションは？
渉外担当。人当たりが良いので、他の団体との交渉窓口に向いている	チームで活動する方が向いている。まとめ役が多い
あなたが理想とするポジションは？	
引っ張ったり企画するよりも、サポートして盛り上げるムードメーカーが好き	



【強み分析シート】

自分自身の強みを可視化していきます。点数で数値化する事で、何が自分の得意分野で、何が不得意分野かを言語化、可視化、分析していきます。

POINT!

得点傾向から自分のパーソナリティをつかむヒントを得よう

WORK パーソナリティ自己採点表

A~Dの各列の項目を、非常に自信がある=5点、自信がある=4点、普通=3点、あまり自信がない=2点、まったく自信がない=1点という基準で得点をつけ、各列ごとに必ず5点をつけるものを見つけてください。集計後、各列においてどんな得点傾向になるかがポイントとなります。

A列	点	B列	点	C列	点	D列	点
自立性		協調・協力姿勢		究極力		創意工夫	
積極性		配慮(親切・思いやり)		計画性		問題意識・解決志向	
こだわりの強さ		真実・利他心		忍耐		論理性	
リーダーシップ		当事者意識		時間・行動管理力		情報収集・視野の広さ	
自己研鑽		適応力		継続力		改革・改善意識	
率先力		柔軟性		目標設定姿勢		アイデア提案力	
チャレンジ精神		礼儀・社会性		丁寧な取り組み		探究心	
意思決定力		尊重姿勢		自己反省姿勢		没頭力	
A列の得点合計		B列の得点合計		C列の得点合計		D列の得点合計	
点/40点		点/40点		点/40点		点/40点	

POINT!

成長を続けるからこそ、自己分析は永遠に未完成であるべき
自己分析の結果を明日の成長につなげる糧とすることが大切

WORK 実例 今日からの目標を書き込もう

1年~数年先を目指しての目標を持つことも大切ですが、この就職活動を強く意識して、小さな目標、身近なで構わないので、今日からすぐに取り組みの短期的な目標を設定しましょう。

	パーソナリティ項目	今日から実践する取り組み目標
強化目標	1 積極性	1 就職活動では企業に対する積極的なアプローチが大切と聞いているので、この長所を更に強化して内定を獲得したい。積極的に社員訪問をしたい。
	2 アイデア提案力	2 アルバイト先で更に提案を増やして、面接でアピールするネタを増やし、一歩リードを狙いたい。
改善目標	1 計画性	1 就職活動の業界研究や会社訪問に加え、アルバイトやゼミにもしっかりと取り組むことを通して計画性を高めて、就活が終わる頃には長所の一つと言えるようになりたい。
	2 時間・行動管理力	2 スケジュール帳を小まめにチェックし、1日、週単位でしっかりと取り組みたい。また、無駄に過ごす時間を減らし、意味ある時間を増やしたい。

ベシツク版について

※一部抜粋して紹介しております。これ以外にも分析項目は多数存在します。

【他己分析シート】

実際の友人知人に自分の分析をしてもらいます。自分の思っている自分と違う自分を発見し、そのギャップは何故なのか、どうしたらよりプラスになるのか分析します。

他己分析シート					
回答者	□友人 □先輩 □先生 □講師 □その他()				
1.私のパーソナリティについて					
しばしば見られるものは○、あまり見られないものは×、どちらともいえないものは△					
自立性	<input type="checkbox"/>	協調・協力姿勢	<input type="checkbox"/>	芸術工夫	<input type="checkbox"/>
情緒性	<input type="checkbox"/>	記憶(単位・思いやり)	<input type="checkbox"/>	問題意識・解決志向	<input type="checkbox"/>
こだわりの強さ	<input type="checkbox"/>	真誠・利他心	<input type="checkbox"/>	忍耐性	<input type="checkbox"/>
リーダーシップ	<input type="checkbox"/>	言葉術・態度	<input type="checkbox"/>	時間・行動管理能力	<input type="checkbox"/>
自己研鑽	<input type="checkbox"/>	適応力	<input type="checkbox"/>	健康・身体意識	<input type="checkbox"/>
率先性	<input type="checkbox"/>	柔軟性	<input type="checkbox"/>	目標設定姿勢	<input type="checkbox"/>
チャレンジ精神	<input type="checkbox"/>	礼儀・社会性	<input type="checkbox"/>	丁寧な取り組み	<input type="checkbox"/>
意思決定力	<input type="checkbox"/>	尊重姿勢	<input type="checkbox"/>	自己反省姿勢	<input type="checkbox"/>
				読解力	<input type="checkbox"/>

2.私の長所はどこだと思いますか？
具体的な理由
3.私はどんなところを羨したら、より良くなりませんか？
具体的な理由
4.私は仲間うちでどんな役割を担っていますか？
具体的な理由
5.私はひと言でいえばどんな人物でしょうか？
具体的な理由

【業界分析シート】

自身の気になる業界を絞っていきます。何でその業界が気になるのが言語化、可視化し、分析を行います。



WORK 6つの社会分野の分析	
自分が興味を持っている社会分野を選んでみよう。 ある=○少しある=△ない=×	
政治 政治は、国の進路を決定する。よって、経済・会社・人々の暮らしに深い影響を与えている。ビジネスでは規制や支援に関する政治の動きを読み、素早く手を打つ必要がある。	国際 各国の政治・経済状況が密接に連携し、影響を及ぼし合っている。協調・摩擦などの状況を把握していなければ、国外・国内にかかわらずビジネスでは生き残れない。
経済 物価、物産市況等、変動する経済情勢を読み、リスクヘッジ、または、ビジネスチャンスへとつなげてゆく。また、広い視野で消費者の嗜好などの変化を把握することが大切。	心の豊かさ(教養・文化・芸術など) 経済だけでなく、内面・心の豊かさも重視しなくてはならない。自分磨きへの関心が深まっている。また、文化・芸術は世界に発信できる、価値の高い日本の大切な資源である。
人々の暮らし 格差社会が広がる中、当たり前の日々の暮らしを、いかに底上げするか、充実させるかが大切。低価格だけが魅力ではない商品や新たなサービス分野の開発が大切。	地域 地域格差が広がる今、私たちの生活基盤である地域の財政・雇用状況などにも目を向けたい。最近では、地元の特産品などに光を当て、ブランド価値を加えていく動きが活発化している。
WORK 6つの社会分野に関連する業界の例	
興味分野	各分野に関連する
政治	司法・立法・行政機関、政党、マスコミ、行政
国際	中央省庁・国連・ユネスコ等の国際機関・協会 法(建築・交通)、グローバルに展開するメーカー
経済	経済・経営に関するシンクタンク、商工会議所 コンサルタント、マーケティング、広告、証券等
心の豊かさ(教養文化・芸術等)	出版・印刷、塾・学校・資格専門学校、通信教育、フィットネスクラブ、書籍、美術・博物館・音楽ホール、インテリア、理容・美容、映画・音楽・芸術、小売(デパート)、宝飾品、空間デザイン・ディスプレイ
人々の暮らし	住宅メーカー、不動産仲介・販売、食品、旅行、レジャー、医療、冠婚葬祭、小売(スーパー、コンビニ、ホームセンター)、クレジット、宅配、農業・漁業、日用品・雑貨関連、卸売市場
地域	地元の金融機関、新聞・出版、地方公共団体・警察・消防、商工会議所、旅行・観光、農協・漁協

ベータ版について

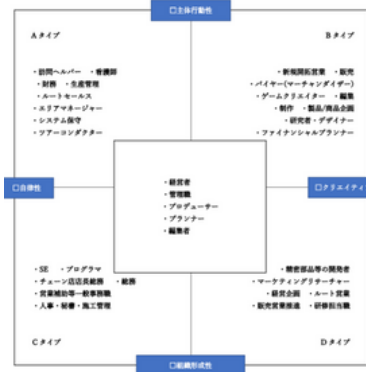
※一部抜粋して紹介しております。これ以外にも分析項目は多数存在します。

【ポジションシートS編】

仕事上での自分のポジションを分析していきます。関わる仕事や人により、ポジションが変化することもあります。常に一定の場合もあり、自分の仕事での明確な役割を可視化します。

重視するポイント	重視するポイントに関連する職種
技能・技術が身につく	システムエンジニア、プログラマー、ネットワークエンジニア、英語師・エスティーション、写真家、調理師、建築・土木設計、電気設備管理、絵画職・造園師
専門資格を生かせる	薬剤師、栄養士、看護師、ケアマネージャー、コンサルタント、保育士、弁護士、司法書士、公認会計士、設計士、施工管理技士、ファイナンシャルプランナー、MR、経理、カラーコーディネーター、通関士、医師、看護師
大学での専攻及び研究を生かせる	品質・生産管理、メンテナンス、機械・電子機器設計、研究職、教師、マーケティングリサーチャー、経営企画、芸術家、測量技術者、工業デザイナー
長所・特徴・強みを生かせる	数字に強い証券アナリスト・為替ディーラー、アクチュアリー、証券（コミュニケーションが得意）営業、販売、証券外務員、ホテル営業・客室乗務員、セールスエンジニア、広報、会議職（手先が器用）金属加工職、電気工、アクセサリーデザイナー、歯科技工士（大好き、得意な分野がある）翻訳・翻訳、ライター、ゲーム・CGデザイナー、アニメーター、文芸評論士、スポーツ等インストラクター、ワーキングホリデー（旅行系業務）、翻訳員、バイヤー

WORK 例 「ワークシートに選んだ職種」
 「職種」で「得意分野」と「コアスキル」自己採点高の分析結果をもとに取り組みます。まずは、「自分の個性」「職務の個性」の両方を比較し、得意分野のワークシートにチェックを入れます。得意分野は両方にチェックを入れます（※）。
 チェックしたワークシートに分類された内容に該当した職種を、今後の職務研究・選考活動の参考にしてください。（※職務の個性と自己採点にチェックを入れた場合は「Aタイプ」となります。また、すべてのワークシートをバランスよく必要とするワーキングホリデーの職を求めています）



【価値観分析シート】

仕事の価値軸を明確にしていきます。仕事とプライベートの比較、また自身が大切にしている仕事に対する思いを見つけていきます。

WORK 例 企業選定でこだわるポイントと理由を考へよう
 以下の「こだわる項目」をあなたの会社選定基準の参考にしてください。また、こだわる理由を考へることが、会社選定に役立つことや会社選定活動の時に役立ちます。

こだわる項目に○をつけよう	こだわる理由	
従業員1000人以上 <input type="checkbox"/>	従業員100人未満 <input type="checkbox"/>	企業の大の利便は人材であり、その人材がたくさんいる・社員が多いという事は、企業の強みの一つと考えるから、学習対象とする企業をたくさん見つけたかった。
上場・有名企業 <input type="checkbox"/>	非上場・ベンチャー企業 <input type="checkbox"/>	上場している大企業や、上場を志す大企業もあるから、上場しているか、いないかはこだわっていない。
大企業の系列企業 <input type="checkbox"/>	独立系企業 <input type="checkbox"/>	系列会社は自由な発想ができないので、独立系企業がいいと思う。
安定企業 <input type="checkbox"/>	成長企業 <input type="checkbox"/>	安定の先には、成長が待っていると思うので、常に成長を目指す会社を選びたい。
年功序列 <input type="checkbox"/>	若手後進 <input type="checkbox"/>	若いうちから活躍したいと考えているので、社外社員から多くの人を学びたいと思っているので、先輩を尊重し、礼儀正しく働きたい。
福利厚生が充実 <input type="checkbox"/>	給料が高い <input type="checkbox"/>	必要以上の福利厚生は会社によって無駄なコストだと思うので、保険などの基本的なものがあれば充分。だから、仕事が大変でも給料が高い方がいいと思う。
海外展開 <input type="checkbox"/>	地域限定 <input type="checkbox"/>	日本の内需は弱く、また高齢化・少子化の進行で、成長性も低いと考え、やはり海外に展開しようとする会社があるのではないかと。
プロセス重視 <input type="checkbox"/>	成果・実力重視 <input type="checkbox"/>	どちらも大切だと思う。
ゼネラリスト養成 <input type="checkbox"/>	スペシャリスト養成 <input type="checkbox"/>	どちらにも魅力を感じるが、仕事で自分の強みを持つことを考えれば、スペシャリストを目指す方がいいと思う。
組織力の充実 <input type="checkbox"/>	適応力が高い <input type="checkbox"/>	どんなにしっかりとした組織も風通しが悪くなった瞬間からダメになると思うので、風通しを重視。社員と接する機会がある会社に入社したい。
事業分野が広い <input type="checkbox"/>	事業分野が特化 <input type="checkbox"/>	競争が激しくなるほど、専攻分野の強みが必要だから、事業分野を絞り、経営資源を投入している会社がいいと思う。
業績が良い <input type="checkbox"/>	理念に賛同できる <input type="checkbox"/>	業績が良いからこそ、立派な理念も掲げられるのではないかと。業績が良ければ、社に属した感で終わってしまうと思う。

WORK 例 「仕事ビジョン」を確認しよう

以下の項目の中で、あなたが特に重視する項目を選び、チェックを入れましょう。ワークシートでは候補項目以外でも、考えていることがあれば書き加えよう。

<input type="checkbox"/> 勤務地が自宅に近い	<input type="checkbox"/> 転勤がない	<input type="checkbox"/> 給料が高い	<input type="checkbox"/> 若手でも意見が通りやすい
<input type="checkbox"/> 休日・休暇の日数が多い	<input type="checkbox"/> 残業がない	<input type="checkbox"/> 昇進が早い	<input type="checkbox"/> 人から感謝される
<input type="checkbox"/> 企画を生かせる	<input type="checkbox"/> 地域に密着している	<input type="checkbox"/> 世界が舞台	<input type="checkbox"/> 独立、起業の可能性が高い
<input type="checkbox"/> 性別にかかわらず活躍できる	<input type="checkbox"/> 収入が安定している	<input type="checkbox"/> 服装や勤務時間が自由	<input type="checkbox"/> 成果、実力主義で評価される
<input type="checkbox"/> ノルマがない	<input type="checkbox"/> 朝激が多い	<input type="checkbox"/> 人にうらやましがられる	<input type="checkbox"/> 産休・育児後に復帰できる
<input type="checkbox"/> 資格取得につながる	<input type="checkbox"/> ジョブローテーションでさまざまな仕事を経験できる	<input type="checkbox"/> スベシャリストを目指す	
<input type="checkbox"/> オフィス内の仕事を中心	<input type="checkbox"/> 全国を飛びまわる	<input type="checkbox"/> 出合いが多い	<input type="checkbox"/> 最先端の動きにかかわれる
<input type="checkbox"/> おもてなしの精神が発揮できる	<input type="checkbox"/> 成果・実績を具体的に実感できる		

WORK 例 重視する理由

チェックした「仕事ビジョン」の項目に関して、重視する理由やイメージしていることを記入しよう。

重視項目	考えていること・イメージしていること
給料が高い	豊かなプライベートを実現して、仕事とプライベートの両方を充実したものにしたいから。
若手でも意見が通りやすい	アイデアを提案することが昔から好きなので。
人から感謝される	お客様から感謝される仕事は、将来、自分の子供に胸を張って仕事の話をできると思うから。
性別にかかわらず活躍できる	性別による待遇・評価の差がない会社が、本当に人材を大切にしている会社だと思うから。

ベータ版について

※一部抜粋して紹介しております。これ以外にも分析項目は多数存在します。

【特徴分析シート】

仕事の価値軸をもとに、自分がどの業界、業種にあっているのか、自分の強みを活かすにはどのような仕事に向いているのかなどを、言語化、可視化、分析していきます。

ワークライフ	ワークライフの強み	チェック
健康・生命	人々の健康に対する関心は強い。肉体的な要素としては運動・食生活が思い浮かぶが、それ以外でも、睡眠・栄養・生活習慣など、精神的なワークライフ。心の健康やワークライフを改善することに関心し、行動するまで進捗がとれている。	<input type="checkbox"/>
学業・教養	学業・教養。ストレスの解消、一歩踏み出した行動などにより、リーダーや自然とのふれあいや、ペットへの関心は深まっている。また、スポーツ、芸術鑑賞など、趣味の充実も進んでいる。読書や旅行に関する情報サイトやYouTubeチャンネルなど、自らも関心のあるワークライフ。	<input type="checkbox"/>
公共インフラ	私たちの暮らす社会には、電気、ガス、水道、道路、交通などの公共インフラの存在によって成り立っている。社会、経済、生活の土台となるワークライフである。	<input type="checkbox"/>
コミュニティ	このワークライフは生活の経済的インフラの一つで、例えばインターネットや情報技術によって、私たちの生活は革命的に便利になった。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。	<input type="checkbox"/>
ものづくり (完成品)	読書、音楽鑑賞など、自分の関心のあるワークライフ。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。	<input type="checkbox"/>
ものづくり (部品、素材)	私たちの暮らす社会には、電気、ガス、水道、道路、交通などの公共インフラの存在によって成り立っている。社会、経済、生活の土台となるワークライフである。	<input type="checkbox"/>
健康・エネルギー	このワークライフは生活の経済的インフラの一つで、例えばインターネットや情報技術によって、私たちの生活は革命的に便利になった。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。	<input type="checkbox"/>
自由	読書、音楽鑑賞など、自分の関心のあるワークライフ。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。	<input type="checkbox"/>
自由	読書、音楽鑑賞など、自分の関心のあるワークライフ。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。	<input type="checkbox"/>
自由	読書、音楽鑑賞など、自分の関心のあるワークライフ。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。	<input type="checkbox"/>
自然環境	読書、音楽鑑賞など、自分の関心のあるワークライフ。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。	<input type="checkbox"/>

ワークライフ	ワークライフの強み	チェック
健康・生命	人々の健康に対する関心は強い。肉体的な要素としては運動・食生活が思い浮かぶが、それ以外でも、睡眠・栄養・生活習慣など、精神的なワークライフ。心の健康やワークライフを改善することに関心し、行動するまで進捗がとれている。	<input type="checkbox"/>
学業・教養	学業・教養。ストレスの解消、一歩踏み出した行動などにより、リーダーや自然とのふれあいや、ペットへの関心は深まっている。また、スポーツ、芸術鑑賞など、趣味の充実も進んでいる。読書や旅行に関する情報サイトやYouTubeチャンネルなど、自らも関心のあるワークライフ。	<input type="checkbox"/>
公共インフラ	私たちの暮らす社会には、電気、ガス、水道、道路、交通などの公共インフラの存在によって成り立っている。社会、経済、生活の土台となるワークライフである。	<input type="checkbox"/>
コミュニティ	このワークライフは生活の経済的インフラの一つで、例えばインターネットや情報技術によって、私たちの生活は革命的に便利になった。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。	<input type="checkbox"/>
ものづくり (完成品)	読書、音楽鑑賞など、自分の関心のあるワークライフ。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。また、動画やテレビによって、娯楽・健康を中心とした生活の改善が進んでいる。	<input type="checkbox"/>
ものづくり (部品、素材)	私たちの暮らす社会には、電気、ガス、水道、道路、交通などの公共インフラの存在によって成り立っている。社会、経済、生活の土台となるワークライフである。	<input type="checkbox"/>

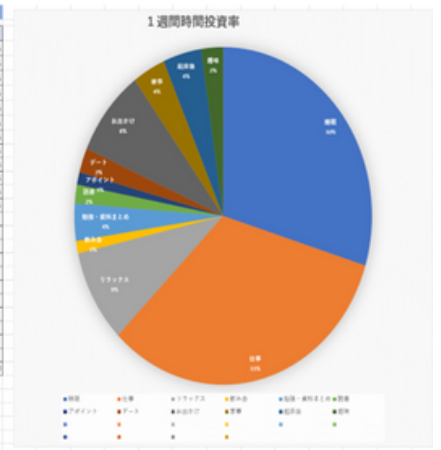
ワーク「職種選択時に重視するポイント」チェックシート	チェック
職とは就職後のあなたの具体的な仕事内容に密接にかかわってくるものだけに、自分なりに重視する切り口を考慮して選択することが大切です。まずは、以下の項目をもとにあなたの重視することに近いものを選んでみましょう。	
重視するポイント	重視する理由の例
技術・技術が身につく	・手に職のつく仕事をしていれば、子育て後の再就職や転職に有利だと思うから。また、仕事を通して成長しているという実感を強く味わえそうだから。
専門資格を生かせる	・専門資格を必要とする仕事は、誰でもできる仕事ではなく、より高度な仕事だと思うから。また、他の職に比べて待遇が良いから。 ・大学で、その専門資格を取ることによって一生涯命懸けで頑張ってきたから。
大学の専攻及び研究を生かせる	・大学で学んだ分野は自分の武器であり、それを仕事で生かしたいから。また、その分野が面白いと感じているので、実際の仕事現場で経験を積むことを通して、スペシャリストになりたいから。 ・自分が楽しいと思える仕事をしたいから。 ・コミュニケーションは苦手だが、手先の器用さには自信があるので、それを生かした仕事をしたいから。 ・まだまだ未知のことに取り組むよりは、自分が得意な分野と関連する仕事のほうが安心できるから。
長所・特徴・強みを生かせる	

【時間分析シート】

1週間168時間の時間配分を分析します。24時間をどの様に使用しているのかを可視化する事で、時間の使い方を把握していきます。

月	火	水	木	金	土	日
4:00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠
5:00						
6:00						
7:00	起床	起床	起床	起床	起床	起床
8:00	仕事	仕事	仕事	仕事	起床	起床
9:00					家事	家事
10:00						
11:00						
12:00						
13:00						
14:00						
15:00						
16:00						
17:00						
18:00						
19:00						
20:00	飲み会	リラックス	リラックス	デート	リラックス	勉強
21:00		アポイント	趣味		トリセツ	
22:00	趣味					リラックス
23:00		資料まとめ	リラックス		資料まとめ	
0:00	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠	睡眠
1:00						
2:00						
3:00						

1週間時間投資率	時間	割合
睡眠	50	30%
仕事	35	21%
リラックス	15	9%
飲み会	2	1%
勉強・資料まとめ	6	4%
読書	3	2%
アポイント	2	1%
デート	4	2%
勉強会	14	8%
家事	6	4%
読書	7	4%
趣味	4	2%
合計時間	168	
1週間	168	100



お客様からの声

20代・男性

出来高の会社なので、営業が上手くいかず悩んでいたところ、トリセツを紹介して貰いました。最初はすぐに成果に繋がらなかったのですが、少しずつ変化がありました。根気強く挑戦することで、大きな変化が出たので嬉しかったです。

30代・女性

自分の将来を考えた時に、ワークショップを開いてみたいと考えていました。ですが、何からやっていいかわからず、困っていた所でトリセツを知り、取り組んでみる事にしました。そこから1から1つずつ準備して、ワークショップを開くことができました。

20代・女性

周りは結婚ラッシュ。自分の人生このままでいいのかなと疑問を持っていました。婚活サービスを活用したり、SNS登録したり結婚に対して焦りがありました。トリセツに取り組んでみて自分らしさがわかり、結婚に対しての焦りがなくなりました。その後、無事彼氏ができました。

10代・男性

将来何かやりたい、チャレンジしたいとずっと思っていたのですが、自分に自信がありませんでした。トリセツを始めたことで、自分に自信ができました。今までは、相手の意見を聞くだけだったのが今では自分の意見も具体的に言えるようになりました。

嬉しい声が続々と届いております。
今回はその一部をご紹介します。

お客様からの声

50代・男性

職場で人間関係のトラブルがあり、転職を考えていた所、このトリセツを知り取り組みました。自分のスキルや経験がどの職場に活用できるかが明確になり、転職活動を自信を持って出来るようになりました。納得できる転職が出来てよかったです。

20代・男性（スポーツ選手）

サッカーをしている自分は理解しています。（自信あり） そんな中「トリセツ」に出会い、今までの自分の人格の形成の経緯であったり、今までのサッカーでの経験をサッカー以外ではどの様に使用するのかなどのイメージが明確に付きました。

40代・男性（元プロスポーツ選手）

現役時代に自己分析の重要性は理解していました。日々のトレーニングでも些細なことまでデータ化し、感情を記録していました。トリセツの内容は、プロ野球での実践していた事を、社会人として、実生活に生きる内容としてできるのが魅力的です。

30代・男性

将来独立を考えていたのですが、年齢や実績の事もあり、一步を踏み出す事が出来ませんでした。トリセツ取り組んで自分の出来る事とスキルアップすべき事が明確になり、まず出来る事から準備し、無事独立を果たす事が出来ました。

嬉しい声が続々と届いております。
今回はその一部をご紹介します。

独立した方からの声

性別：男性
年齢：25歳
職業：福祉関係
経歴



学生時代に事業形成プログラムなどを受けていたが、就職は営業職へ。ブライダル関係の営業から福祉関係の営業へ転職。

「介護業界の現場」を見て、「自分で業界を変えてみたい」という思いから、同志を集める。3名の同士と共に、各自50万を元金に150万で介護事業会社を設立。

学生時代に学んだ事活かしつつ、トリセツでさらに細かい事を分析したいという事で取り組む。取り組んだ後に多角的に分析できる技術を習得。現在も活躍している。

性別：男性
年齢：32歳
職業：製造メーカー
経歴



製造メーカーで大学から勤務していた。トリセツの事を知り、自分に必要と直感し取り組む。その中で「ゲームが得意」という事に気が付く。楽しみながら何かできないかな？でも、ビジネスも事業もやったことが無い。できるのかな？大丈夫かな？と思っていました。

その後、実際に「オフ会」を主催・経験し、人前で話す事や運営をしていく技術を習得しました。その過程で、「法人を設立」し、オフ会をはじめ、自分の好きなカードゲームのSHOPなども展開していく事が出来ました。

嬉しい声が続々と届いております。
今回はその一部をご紹介します。

独立した方からの声

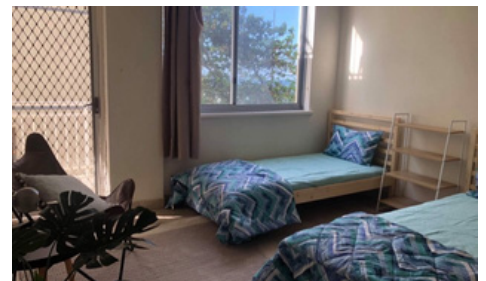


性別：女性
年齢：23歳
職業：製造メーカー
経歴

トリセツに取り組んでいる時、自分で起業したいという気持ちに気づきました。「友人がネイルで独立したので、自分も独立したい。」

接客業の女性の知り合いから、一緒にやろうと打診され、起業を決意。ホワイトニングは接客業のサービスには必要であり、ホワイトニングサロンを開業、運営する事に。

性別：男性
年齢：29歳
職業：2代目経営者（親が社長の為、支社の代表）
経歴



親が経営者で、事業のいろはを学んでいた。実際に自分で事業を立ち上げる場合に何が必要なのか理解する為にトリセツに取り組む。

会社の伝手で海外に繋がりがあったため、民泊、エアビー事業に着手。最初は自分のできる事からという事で、会社のお金は使わずに、自己資金で着手。一緒に行動する仲間を2人集め、3人で開始。最初は物件を借りるところから始め、徐々にサービスエリアを拡大。親の会社のお金を一銭も使わずにやれたのは、トリセツに取り組んだ結果と言う認識。どうしても親の会社がある為、甘えてしまう所、自分の力でやってみたかった。

嬉しい声が続々と届いております。
今回はその一部をご紹介します。

トリセツPLAN

ベーシック版

トリセツ ベーシック版 (税込)

300,000円

【提供内容】

- ・各種分析シートの提供
 - ・自己分析時困った場合のお問合せ窓口の利用 (任意)
 - ・月1度のブラッシュアップセミナーに参加できる (任意)
-

注意事項

よくあるご質問

絶対効果がでますか？

自分の内面と向き合ってしっかりと取り組んで頂く事により、効果を期待する事ができます。例えば、取り組む前に自分がやりたいと思っていたことが、取り組んだ後は実はそうではなかった等、価値観の変化がある場合もございます。

そういった自分の潜在的な価値観に気づける。それに対して分析した、効率の良い計画を練る事が出来るのがトリセツの効果・強みであると言えます。

大切だとは理解できるけど一歩が踏み出せない

自分自身に「自信」はお持ちでしょうか。皆さん何かしらの人より優れた部分「得意」があるはずなのに、それを認識したり、活かしたりすることが出来ているとは言えない状態です。自分が、何に対して、こんな実績があって、何故得意なのか、明確に説明出来る事に価値があります。

自分自身にお金をかけて洗練する事で、自分に対しての「自信」を効率的に身に付ける事が出来ます。

誰でもサービスを受ける事は出来ますか

可能です。

やってみたい、興味がある

ありがとうございます。弊社HP又はLPより問い合わせフォームがございます。そちらより申込又は資料請求して頂けたら幸いです。

必要性を感じない

弊社では、本質的な理解を追求しております。自分が思っていたことが実は根拠がなかった、思っているものと違ったという事がございます。どうしても成し遂げたい事があるが、結果が出なくて悩んでいる方がもしましたら、お問い合わせやご相談は無料でして頂けます。是非一度お気軽にお問い合わせください。

友人に紹介したいのですが

ありがとうございます。

弊社の者か、お問い合わせフォームよりその旨頂けたら幸いです。

価格が高くないか

トリセツの質に十分な自信や実績を持っておりますのでご安心ください。価格に見合った価値を提供できると考えております。また、購入された方は、自己分析の専門家に相談していただく事が出来ます。是非ご利用ください。

注意事項

よくあるご質問

トリセツはどんな効果が期待できるの

利用用途や、個人の適正により効果に差異がございます。
過去に取り組まれた方の声を参考にさせて頂くと、「営業成績が上がった」「昇進に繋がった」「彼女が出来た」「ワークショップ開催に成功した」等がございます。

他社のサービスとの違いは？

他社ではHowToを重視されている事が多く感じます。弊社のトリセツは特に客観視し、自分や事実を的確に把握する事を重視しています。
トリセツに取り組んで頂いた後、「自分が」本当にやりたい事を理解し、その為に必要な計画を練る為には事実を的確に把握する事は必要不可欠だからです。
「他の人はこれで結果を出せたよ。」と言われても、自分にはそれが出来なかったり、苦手な事だったりしたら、「自分が」結果を出す事は難しいですね。

どんなペースで取り組めば良いのか

基本的にお客様の都合に合わせて取り組んで頂けたら問題ありません。
しかしながら、一回取り組んだら、数カ月放置、思い出したころにやるのは効果が薄まるのでオススメしません。
もし取り組み方、日程等、組むのが苦手な方ございましたら、是非一度弊社の担当にご相談ください。お客様に最適な取り組み方を一緒に考えましょう。