

あなたの能力と資質

この KIT では、あなたの能力と資質を棚卸しします。自分が持っている能力や得意なこと、スキル、そして今まで達成してきたことを、個人からの視点と、職業人からの視点の両方からリストアップしていきます。これらを知り、活用することで、ゴールがぐっと近づくはずですよ。
次のセッションまでに書き出し、次にコーチと一緒に一つひとつ、話し合ってみましょう。

◎個人としての能力 個人として、あなたの最も優れた能力トップ5を書き出してください。

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

◎職業人としての能力 職業人として、あなたの最も優れた能力トップ5を書き出してください。

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

◎個人として最も価値のある業績 今までで、あなたが最も誇りに思う業績／達成事項トップ5を書き出してください。

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

◎職業人として最も価値のある業績 今までの、職常人としてのあなたが最も誇りに思う業績／達成事項トップ5を書き出してください。

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

◎個人としての資質 あなたが得意とすること、好きなこと、人とは違うこと、魅力は何ですか？ 5つ書き出してください。

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

◎職業人としての資質 あなたが職業人として得意とすること、好きなこと、人とは違うこと、魅力は何ですか？ 5つ書き出してください。

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____