

コミュニケーションタイプ診断シート

1. ☐ テンポの遅い人と会話をするとイラッとすることがある。
2. ☐ 人の話を整理していくのが得意。
3. ☐ 会話に詰まることがない。
4. ☐ 相手の話の腰を折ってしまうことがある。
5. ☐ 先に相手の話のオチを考えてしまう。
6. ☐ 会話をしている時に怖いと思われることがある。
7. ☐ どちらかという会話のテンポが遅い。
8. ☐ すぐに人の話に共感してしまう。
9. ☐ 優柔不断である。
10. ☐ 何が言いたいのか分からないと言われることがある。
11. ☐ 自分の気持ちよりも相手の気持ちを察してしまい、言葉にできないことがある。
12. ☐ 自分が話をしている時に相手がイライラしていると感じることがある。



コミュニケーションタイプ診断シート

- 13. ☐ 内容に関わらず、人の話を冷静に聞くことが出来る
- 14. ☐ 自分が興味のない話には乗りたくない。
- 15. ☐ 雑談はあまり好きではない。
- 16. ☐ 関心のない話は早く終わりにして欲しい。
- 17. ☐ 人の話の矛盾点などによく気がつく
- 18. ☐ 聞いている？と言われることがある。
- 19. ☐ すぐに話が脱線してしまう。
- 20. ☐ あなたと話していると楽しいと言われることが多い。
- 21. ☐ 場の空気が沈んでいると、ついつい盛り上げたくなる。
- 22. ☐ ノリが良いと言われることが多い。
- 23. ☐ 緊張感がある会話が苦手
- 24. ☐ 気づけば会話の中心になっていることが多い。



コミュニケーションタイプ診断シート

- 25. ☐ 人の話を聞くことが得意だと思う。
- 26. ☐ 第一印象で話しかけやすいと言われる
- 27. ☐ 自分の意見を求められることが苦手。
- 28. ☐ 人が出した意見に従う方が気が楽だ。
- 29. ☐ 何事にもスローペースだと感じる。
- 30. ☐ 自分の意見を口にするまでに時間がかかる。



診断のやり方

1-6の質問にチェックが4つ以上入った人・・・ Aタイプ
7-12の質問にチェックが4つ以上入った人・・・ Bタイプ
13-18の質問にチェックが4つ以上入った人・・・ Cタイプ
19-24の質問にチェックが4つ以上入った人・・・ Dタイプ
25-30の質問にチェックが4つ以上入った人・・・ Eタイプ



5つのタイプ別コミュニケーションの取り方

Aタイプのあなたは・・・リーダータイプ

自分の主張がはっきりと出来るばかりではなく、人の話を整理して聞くことが出来ます。頭の回転が早く、会話のテンポも早いので、とても信頼される話し方が出来ています。

ただ、スローなテンポでの会話が苦手な傾向にもあり、人の話をじっくり聞くことが苦手かもしれません。先回りして人の話を解釈してしまうことがあるので、じっくりと人の話に耳を傾けることで、これまでに気付かなかった他人の褒めポイントを見つけられるようになるばかりではなく、信頼も一層増していくでしょう。

会話をするときには、じっくりとゆっくりを心掛けていきましょう。

5つのタイプ別コミュニケーションの取り方

Bタイプのあなたは・・・お人よしタイプ

おっとりとした人の話を聞くことができます。

自然と相談ごとをされたり、「話をすると落ち着く」そう言われることもあるかもしれません。

人の話を汲み取り共感することができるので、人の褒めポイントを見つけることもとても上手な人です。

ただ、スローなテンポが相手をイラッとさせてしまっていたりすることもあるので、相手に合わせて、会話のテンポを変えるということを心がけると良いでしょう。

5つのタイプ別コミュニケーションの取り方

Cタイプのあなたは・・・頭脳明晰タイプ

非常に冷静に周りを判断できる人です。

周囲に流されることなく、判断ができる切れ者です。

メリット・デメリットを冷静に分析ができる人です。

ただ、無駄な会話や意味のない会話を嫌う傾向にあるので、非常に合理的な冷たい人と思われるかもしれません。

時には雑談に付き合ってみたり、相槌を打つ時に、大げさに打ってみるなどすると、周囲の反応が変わるでしょう。

相手の話を整理してあげて、手助けをしてあげる役目を買って出ると好印象になります。

特にジェスチャーを心がけるようにしてください。

5つのタイプ別コミュニケーションの取り方

Dタイプのあなたは・・・ムードメーカータイプ

とにかく明るく、場の雰囲気大切にします。

冗談を言ったり、盛り上げたりすることが好きなあなたの周りにはいつも笑顔に囲まれているでしょう。

ただ、その場のノリで安請け合いしてしまったり、度が過ぎて節操がない人と思われないように、深刻な話の時には、話を脱線させないように気をつけてください。ユーモアのつもりが相手を傷つけてしまうこともあるので、時には慎重に言葉を選ぶことが必要です。

深刻な雰囲気を避けるため、相手の目を見ないで会話してしまうなど、ノンバーバルコミュニケーションが雑になることもあるので、視線に特に注意をして、落ち着いた話の時には、声のトーンを下げる工夫をしてみてください。

5つのタイプ別コミュニケーションの取り方

Eタイプのあなたは・・・聞き上手タイプ

自分の意見よりも、他人の意見を尊重し、じっくりと話を聞くことができる人です。そのため、他人に不快感を与えず、ソフトな印象を持ってもらうことが多いでしょう。また自分の意見を言う時にも、じっくりと考えてから発言をするため、人に軽い人という印象を持たれることはありません。

ただ、スローペースで自分の意見を言うことが苦手な人が多く、はっきりしない人という印象も与えてしまいます。特にテンポが早い人にはイラッとされてしまう傾向にもあります。

自分の意見を主張する時には、結論から先に話すことを心がけましょう。ただ相槌を打つだけでなく、相手の感情にフォーカスする頷きに変えていくことで、より相手があなたに親近感を抱いてくれるようになります。