



# **DISC Self**

行動スタイルの評価

レポート: **Sample Report**

スタイル: **CI/CS**

日付: **3/26/2025**





# 目次

はじめに DISCstyles オンラインレポート.....	3
<b>パートI DISC への理解</b>	
行動スタイルの概要.....	4
各スタイルのペースと優先事項 .....	5
4種類のDISCスタイルの詳細 .....	6
DISCスタイルとのコミュニケーション(とるべき行動) .....	7
<b>パートII 自己への理解</b>	
一般特性.....	9
スタイルの概要 .....	10
ワードスケッチ:適応スタイル .....	11
ワードスケッチ:平常スタイル .....	12
あなたのパーソナル eGraphs .....	13
あなたの行動パターン .....	14
相手からのコミュニケーションのコツ .....	15
あなたのモチベーション:欲求とニーズ .....	16
あなたの組織への感化.....	17
ストレス下でのあなたの行動とニーズ.....	18
改善が見込める分野.....	19
12種類の総合的なDISCスタイルの関係 .....	20
あなたのスタイルの要約.....	24
<b>パートIII 相手への理解と適応性</b>	
はじめに .....	25
適応性とは? .....	26
相手の行動スタイルの認識.....	27
各スタイルに対するコミュニケーション.....	28
スタイル間の緊張関係.....	28
各スタイル×直接性・オープンさの関係と対応.....	29
各スタイル×ペース・優先事項の関係と対応.....	30
異なる状況下での適応.....	31
応用活動 .....	35

# DISCstyles™オンラインレポートへようこそ

## はじめに

DISC はシンプルかつ実用的で覚えやすく、広く応用可能な行動モデルです。対外的に観察することが可能な各行動パターンに焦点を当て、**主導(D)・感化(I)・安定(S)・慎重(C)**の4種類のスタイルそれぞれの直接性・オープンさの度合によって、各特徴の長所を評価します。

DISC モデルを利用することで、自分のスタイルを容易に特定・理解し、異なるスタイルも認識した上でそれらにも適応しながら、より効果的にコミュニケーションをとる方法を見つけることが出来ます。

## 本レポートの利用方法

DISC レポートは、①DISC 行動モデルの導入②あなたのスタイルの理解向上③自分のスタイルの長所を活かして(または自分のスタイルの短所を改善して)相手のニーズに答える方法の3項目で構成されます。

- **パート I: 各 DISC スタイルを理解し、各行動スタイルの傾向を含む特徴の識別に対して重点的に取り組みます。**
- **パート II: あなたの独自性を形作っている傾向についてわかりやすく解説します。**
- **パート III: 適応性を分析・検討し、あなた自身に対し、またあなたに関わる相手に対して、実用的な提案をします。**

DISC レポートは、個人に特化した総合レポートです。レポートによって自身の限界を認識・改善し、長所をより発展的に活用する、自己向上のための支援ツールです。特定の行動を容易に見分けることができるようになれば、迅速かつ正確に相手の行動を読みとり、コミュニケーションと相互関係を高めてゆくことが可能です。

(注)本レポートに記載された行動描写は、あくまでもそのスタイル・グループの傾向を示すもので、ある個人に特化して適用されるとは限りません。

# パートI DISC への理解

## 行動スタイル

歴史上の研究や近年の研究により、我々の行動には異なる多数のモデルがあることが明らかになっています。それらの多くは、行動を**4種類の基本カテゴリー**に分類できるという特徴があります。

DISC スタイルとは、**主導(D)・感化(I)・安定(S)・慎重(C)**のことであり、どのスタイルがベストということはありません。どのスタイルにも特有の長所と継続的に改善すべき点・成長の機会があります。

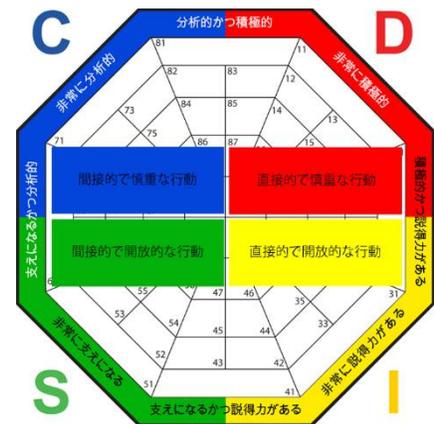
DISCstyles™アセスメントは対外的に見て簡単に観察できる行動を分析し、各スタイルが示す**直接性・オープンさ**の程度により傾向を評価します。

## 各行動描写

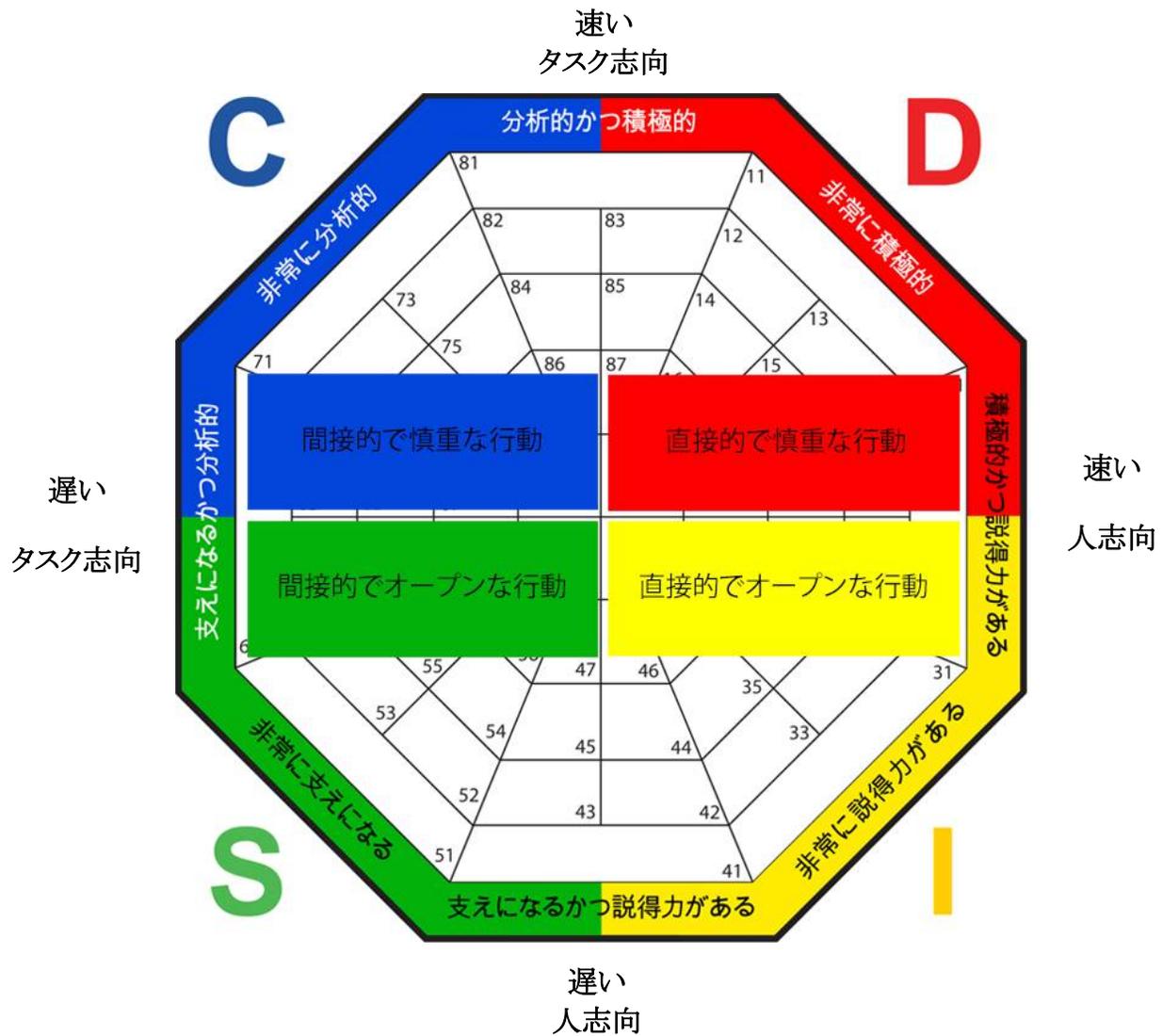
DOMINANCE 主導	INFLUENCE 感化	STEADINESS 安定	CONSCIENTIOUS 慎重
決断力がある 競争的 大胆 率直 革新的 根気強い 冒険的 問題を解決する 成果重視	魅力的 自信に満ちている 説得が上手 熱狂的 示唆的 楽観的 説得力がある 社交的 信じやすい	理解力がある 友好的 聞き上手 忍耐力がある リラックスしている 真摯 安定している 着実 チームプレイヤー	正確 几帳面 分析的 従順 丁寧 外交的 詳細に拘る 事実を突きとめる 客観的

## 各スタイルの直接性とオープンさ

スタイル	傾向
主導	直接的で慎重になる傾向があります
感化	直接的でオープンになる傾向があります
安定	間接的でオープンになる傾向があります
慎重	間接的で慎重になる傾向があります



## 各スタイルのペースと優先事項



ペース・優先事項は、スタイル間の緊張の主な原因になっています。

- DとIは早く、SとCは遅く、D・C及びI・Sはペースが異なります。
- DとCはタスク志向、IとSは人志向であり、D・I及びS・Cは**優先事項**が異なります。
- D・S及びI・Cはペース・**優先事項**が共に異なります。

## 4種類の DISC スタイルの詳細

次の表は、4種類の基本的な DISC スタイルそれぞれの特徴を示しています。これを理解することで、より効果的に各スタイルと関わることができます。行動スタイルは個性の部分的描写に過ぎませんが、人がどのように行動するかを説明するのにとても役立ち、個人・社会・仕事の状況下で発揮されます。

	<b>HIGH DOMINANT STYLE</b> 主導スタイル	<b>HIGH INFLUENCING STYLE</b> 感化スタイル	<b>HIGH STEADY STYLE</b> 安定スタイル	<b>HIGH CONSCIENTIOUS STYLE</b> 慎重スタイル
行動傾向	独断的	説得力がある	忍耐力がある	静観的
対立した時は	行動する	非難する	従う	避ける
ニーズ	支配	賛同	ルーチン	基準
主要な動機付け	独立	交流	安定	正確さ
好むタスク	挑戦的	人と関係のある	計画的	構造的
快適さを生み出すもの	決断力を持つ	社会親睦	チームの一員である	規律・計画
自分の長所	問題解決者	元気付ける人	援助者	まとめ役
長所が出すぎると	人よりも目標に没頭する	考えずに話す	立ち向かう変化を先延ばしにする	全てを分析しすぎる
自分の欠点	直接的・極端すぎる	無秩序・伝統を疎かにする	優柔不断・間接的すぎる	綿密・事務的すぎる
自分の欲求	支配・多様性	賛同・構造にとられない	ルーチン・調和	基準・論理
自分の不安	負けること	却下・拒絶	急な変化	間違うこと
盲点	責任があること	約束を最後まで遂行すること	変化の要求に応じること	分析せずに決断すること
必要な取り組み	共感・忍耐	感情コントロール・最後まで遂行する	圧力がかかった時に自己主張する	全てについて心配しすぎない
成熟度を測るには	支配を止める	客観的に却下・拒絶を処理する	対決した時に自分を曲げない	非難された時に防御的にならない
ストレス下では	横柄・批判的	皮肉・浅薄	服従的・優柔不断	内向的・頑固
価値を測る基準	感化力又は結果実績	同意賛辞	適合性貢献	正確さ・的確さ結果の質

## 各 DISC スタイルとのコミュニケーション(とるべき行動)

### DOMINANT (主導) スタイルとのコミュニケーション

特徴:	あなたがすべきこと
1番になることに拘る	どのように勝つか、新たな機会を示す
論理的に考える	論理的思考を示す
事実と最重要点を欲する	簡潔なデータを与える
結果の為に努力する	目標に賛同し、支援するか、邪魔しないようにする
自分の選択を好む	権限の範囲内で「彼らのしたいように」させる
変化を好む	ルーチンを変える
人に任せることを好む	彼らの仕事負担を修正する機会を見つける
成果を他人に気づいてもらいたい	達成したことを褒める
責任ある立場に就きたい	適当な場合、彼らを先頭に立たせるが権限を決めておく
対立傾向がある	必要であれば、「性格」ではなく「事実」に基づき意見の相違点について議論する

### INFLUENCING (感化) スタイルとのコミュニケーション

特徴:	あなたがすべきこと
賛同・体裁を気にする	彼らに関心や好意を示す
熱意ある人・場面を求める	楽観的に振る舞い、明るい環境を与える
感情的に考える	可能な場合、彼らの気持ちを支持する
一般的な期待を知りたがる	複雑な詳細を避け、「全体像」について重点的に取り組む
関与・連絡がとれる人を欲する	彼らと交流し、関心を払う
変化・革新を好む	ルーチンを変え、彼らに長期的な繰り返しを要求しないようにする
自分に気づいて欲しい	直接、そして頻繁に彼らを褒める
まとめて頻繁に助けを必要とする	一緒に行く
行動・刺激を求める	速く、活気のあるペースを保つ
彼ら自身を楽観主義が取り巻く	彼らの考えを支持し、夢にけちをつけず、あなたの前向きな面を示す
良く見えているとの反応を欲する	彼らの成果・進歩やその他の真の評価を述べる

## STEADY (安定) スタイルとのコミュニケーション

特徴:	あなたがすべきこと
安定を気にする	どのようにあなたの考えがリスクを最小限に抑えるか示す
論理的に考える	論理的思考を示す
書類・事実を欲する	データ・証拠を与える
個人的な関与を好む	彼らへの興味を行動で示す
段階的な順序を知る必要がある	直接彼らに手順を示すと同時に、概要及び段階的な指示を与える
相手に持続的な忍耐力に気づいてほしい	彼らの着実な遂行を褒める
リスク・変化を避ける	個人的な保証を与える
対立を嫌う	穏やかに行動し、共通の興味または必要なサポートに重点的に取り組む
他人に順応する	相手の為にサービスまたはサポートを提供することを認める
平穏・平和を求める	リラックスした、フレンドリーな雰囲気を与える
チームワークを楽しむ	協働グループを与える
感謝など真摯な反応を欲する	適当な場合、彼らの大らかな振る舞い・努力に感謝を示す

## CONSCIENTIOUS (慎重) スタイルとのコミュニケーション

特徴:	あなたがすべきこと
強引なアプローチを気にする	間接的・脅迫とならない方法で彼らにアプローチする
論理的に考える	論理的思考を示す
データを求める	文書データを与える
過程を知る必要がある	説明・論理的根拠を与える
注意深い	彼らが決断する前に、考え、尋ね、確認することを認める
自身ですることを好む	任せる場合、彼らが決断する前に手順、他の進捗・実績を確認させる
正確さを相手に気づいてもらいたい	適当な場合、彼らの徹底ぶり・正確さを褒める
品質管理に心ひかれる	可能な場合、評価させ、過程に関わらせる
対立を避ける	あなたが必要な説明・支援をそつなく求める
正しさを求める	可能な範囲内でベストまたは正しい答えを見つける時間を与える
熟考を好む	「何故」・「どのように」を伝える

より強力なコミュニケーションを築く最初のステップは、自覚です。我々がどのように類似し異なるかを識別することにより、より強力な信頼関係を築こうとする際に、意識して選択することができます。

## パートII 自己への理解

### 一般特性

下の文章はあなたの行動傾向の一般概要を示しています。レポートを読み進めるための出発点として、あなたの結果を理解し反映する枠組みを提供します。あなた自身の成功を最大化する為に、いつでも長所を活用できるように、とどこころにコーチング知識を提供しています。

Sampleさん、あなたのモットーは「すべてのプロジェクトには正しいやり方と間違っただけのやり方がある。正しいやり方でやろう」かもしれません。あなたは新しい機器やコンピューターの取扱説明書を読むタイプ、という結果がでています。自宅だろうがオフィスだろうが、あなたは物事を正しく行いたいタイプです。あなたが文章を書いているとき、スペルや文法のチェックをする必要はほとんどありません。

あなたは事実やデータをよく考慮した分析を行い、全ての選択肢とあり得る結果を考察した後ではじめて、計画的で知識に基づいたリスクを選択します。これは長所です。しかし、チームとして期限があるとき、あなたはプロセス上で障害になっていると思われるかもしれません。悪気はないのですが、あなたが事実やデータを分析し、決定によって引き起こされるあらゆる可能性を判断したがるからです。時間が迫っているときは、このことを念頭におき、分析も少々省略できるようにしておきましょう。

あなたは自分自身に高いパフォーマンス基準を課し、他の人にもその基準を満たすことを期待します。あなたは素晴らしい品質管理技術を持ち、強い忍耐力を持っています。こうした特徴が組み合わせると、あなたはチームの他の人よりも高い目標を設定することができます。あなたは自分でお手本を見せ引っ張っていくタイプで、人に任せて立ち去るようなことはしません。

あなたは他の人がどれだけよく手順や基準、品質向上のための行動を実施するかで、その人を判断する傾向があります。あなたは自分に課すのと同じくらい高い基準で他の人にも責任を課します。そうした高い基準のパフォーマンスを出す人(ご存知のように、あまり多くはありません)をあなたは尊敬します。

あなたは人を客観的な基準で判断する傾向があり、自分も具体的な基準で評価され、できれば文書で評価をもらいたと思っています。あなたにとって、物事は文章に書かれている方が、より明確になるのです。評価の時期になると、あなたは具体的な基準リストか具体的で曖昧さのない解説を望みます。

本ツール上でのあなたの応答パターンは、あなたが効率の良いシステムや手順の確実性を評価し、可能な限り高い基準にまでそれらを維持または改善する努力をしている、ということを示しています。これはまた、あなたがチームの他の人よりさまざまなプロセスや手順について考えているため、結果として確信をもたない人からは予言を言っているように見える可能性を示しています。あなたが正しい答えを持っていると思うので皆あなたに聞いてきますが、あなたはなぜ皆が最初から正しい手順を学んでいなかったのか不思議に思うでしょう。

本ツール上でのあなたの応答パターンは、細部に細心の注意を払い、感情ではなく事実やデータ、ロジックによって人を説得します。論理的で支持できる案件の提起で頼りにされます。これは意思決定の場であなたがチームや組織にもたらす第一の強みです。

あなたはゆっくり慎重に意思決定し、あらゆる変数や他の人からの情報をすべて検討した後に初めて決断する傾向があります。多くの行動スタイルの中で、あなたは良い意味で少数派の一人です。重要な決断の際は注意深く、意図的に意思決定するという特徴を示しています。特に「重要な」と言ったのは、あなたは日常的な意思決定をするときは、むしろ早く行うことがあるからです。

## スタイルの概要

DISC は対外的に観察可能な行動をベースに あなたの特徴を示し、それによって相手もあなたのコミュニケーションの好みや、どのように交流するかについての洞察を得ることができます。

本レポートを通じて、様々な環境下でのあなたの行動反応を発見(観察・評価)する機会があります。最も効果的なコミュニケーション戦略または行動方針を決定する為に、相手の行動・反応など様々な状況へのあなた自身の反応を探求することができます。

## あなたの複合的な行動スタイル: フォーマリスト

“フォーマリスト”(フォーマルなひと)は、細部へのこだわりや正確さ、自分の権限の範囲内で安定性を維持することに卓越した感覚を持っています。はっきりした目標とタイムライン、そして質の高いリソースを与えられれば、質の高い結果を出すことができます。また、慎重にリスクをかけ、事実や詳細、論理が道筋を指し示しているときにのみ前進します。表面上は口数が少ないのですが、意思決定の裏には深い批判的思考が。自身のアイデアや分析をもっとオープンに他者に提供するよう促されるべきです。

以下は関係を強化する為に、留意し、相手と共有すべき重要な洞察項目です。

- **個人的な傾向:** 着実に、確実に、目標に到達することにフォーカスする
- **提供する強み・長所:** 目標達成のために、重要な詳細を含む質の高い結果を受け入れ、サポートする
- **一般的な特徴:** 高度な細部認識とタスクやプロジェクトをやり遂げることを原動力とする
- **チームへの貢献度:** 他者の努力や目標に対して、徹底的かつ詳細で正確なインプットを行う
- **チームメンバーとの接し方:** 完了されたタスクの安定性と正確性にフォーカス
- **ストレスを受けると:** 過度に慎重な計略で、交渉しすぎることがある
- **留意事項:** 古いやり方に頼りすぎて、新しいやり方を受け入れるのに戸惑うことがある
- **その他の注意事項:** 高い正確性とやり遂げる力があるが、安全策を取るために細部で行き詰まるかもしれない

## ワードスケッチ - 適応スタイル(身につけた仮面)

DISCは客観的に観察可能な「ニーズによる動機付け」を示す手段です。その基本は、感情や行動に良し悪しはないという考えで、むしろ行動は動機となる根本的ニーズを明らかにします。したがって、一旦人の行動を正確に観察できると、彼らの動機・ニーズを読み取り、予測することが容易になります。これにより、何によって彼らが喜ぶか、喜ばないかを予測することができ、より良い関係・より調和のとれた生産性の高い職場を作ることができます。この表は、「ワードスケッチ」と呼ばれ、あなたに適合したDISCグラフを表します。問題の優先度(D)、他の人々の感化(I)、ペースの安定(S)、または手順・規則の順守(C)に関して、何故するのか・何をするのか・何が大切かということの説明するときに、例を挙げてこの表を利用しましょう。またあなたを各重点分野で動機付けている特定のニーズ(今は恐らく習慣)についてもっと共有しましょう。あなたのDISCポイントが以下の表の、レベル1・レベル2に位置づけられている場合、あなたの感情・ニーズは、その分野のレベル5・レベル6と正反対ということになります。

	D	I	S	C
DISCフォーカス	問題とタスク	人々	ペース(か環境)	手順
必要性	解決への挑戦、権威	社会的関係、好意的環境	システム、チーム、安定した環境	規則遵守、データ分析
感情	決心が固い、冒険家	楽観的な、他人への信頼	辛抱強い、安定した人	慎重な、慎重な決定
恐怖	利用される、管理欠如	置き去り、社会的な承認の喪失	突然の変化、安定性およびセキュリティの喪失	批評される、精度および品質の喪失
6	議論好き 大胆な 要求が多い 決心が固い 貫禄がある 合理的な	感受性豊かな 熱心な 社交的な 行動に移すのが早い 楽観的 説得力のある	穏やかな 誠実な 辛抱強い 平穏な 穏やかな チームの人	正確な 保守的な 厳しい 調査委員 正確な 几帳面な
5	冒険好き 冒険家 率直な 説得力のある	魅力的な 影響力のある 社交的な 信じやすい	一貫性がある 協力的な 自信に満ちた 気取らない	勤勉な 丁寧な 集中している 高い基準
4	積極的な 競争心の強いor負けず嫌いな 決断力のある 自立的な	信のある 親切な 寛容な 落ち着きのある	冷静な ゆっくりとした 安定した 落ち着きがある	分析好きな きちんとした 敏感な 機転の利く
3	リスク承知で 穏やかな 探求的な 謙虚な	控えめな 識別力のある 理性的な 思慮深い	用心深い 熱心な 柔軟性のある 気の変わりやすい	自分の意志を持った 物怖じしない 意志が強い 粘り強い
2	温厚な 合意を求める 控えめな 利点と欠点を比較する	静観的な 事実主義の 論理的な 謙虚な	意志が強い 活動的な 行動力がある 行動に移すのが早い	自主的な 自立した しっかりとした 意志が強い
1	同意的な 慎重な 保守的な 静観的な 謙虚な 控えめな	内観的な 悲観的な 穏やかな 思慮深い 寡黙な 疑り深い	活発な 変革力のある よく気がつく せっかちな せかせかした 自発的な	おおらかな 挑戦的な 勇敢な 意志が強い 威勢がいい 論理的な



## ワードスケッチ - 平常スタイル(生まれ持ったスタイル)

DISCは客観的に観察可能な「ニーズによる動機付け」を示す手段です。その基本は、感情や行動に良し悪しはないという考えで、むしろ行動は動機となる根本的ニーズを明らかにします。したがって、一旦人の行動を正確に観察できると、彼らの動機・ニーズを読み取り、予測することが容易になります。これにより、何によって彼らが喜ぶか、喜ばないかを予測することができ、より良い関係・より調和のとれた生産性の高い職場を作ることができます。この表は、「ワードスケッチ」と呼ばれ、あなたに適合したDISCグラフを表します。問題の優先度(D)、他の人々の感化(I)、ペースの安定(S)、または手順・規則の順守(C)に関して、何故するのか・何をするのか・何が大切かということを説明するときに、例を挙げてこの表を利用しましょう。またあなたを各重点分野で動機付けている特定のニーズ(今は恐らく習慣)についてもっと共有しましょう。あなたのDISCポイントが以下の表の、レベル1・レベル2に位置づけられている場合、あなたの感情・ニーズは、その分野のレベル5・レベル6と正反対ということになります。

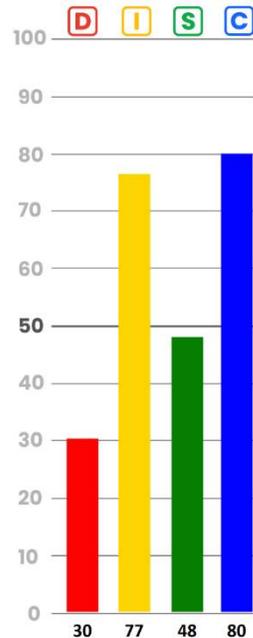
	D	I	S	C
DISCフォーカス	問題とタスク	人々	ペース(か環境)	手順
必要性	解決への挑戦、権威	社会的関係、好意的環境	システム、チーム、安定した環境	規則遵守、データ分析
感情	決心が固い、冒険家	楽観的な、他人への信頼	辛抱強い、安定した人	慎重な、慎重な決定
恐怖	利用される、管理欠如	置き去り、社会的な承認の喪失	突然の変化、安定性およびセキュリティの喪失	批評される、精度および品質の喪失
6	議論好き 大胆な 要求が多い 決心が固い 貫禄がある 合理的な	感受性豊かな 熱心な 社交的な 行動に移すのが早い 楽観的 説得力のある	穏やかな 誠実な 辛抱強い 平穩な 穏やかな チームの人	正確な 保守的な 厳しい 調査委員 正確な 几帳面な
5	冒険好き 冒険家 率直な 説得力のある	魅力的な 影響力のある 社交的な 信じやすい	一貫性がある 協力的な 自信に満ちた 気取らない	勤勉な 丁寧な 集中している 高い基準
4	積極的な 競争心の強いor負けず嫌いな 決断力のある 自立的な	信のある 親切な 寛容な 落ち着きのある	冷静な ゆっくりとした 安定した 落ち着きがある	分析好きな きちんとした 敏感な 機転の利く
3	リスク承知で 穏やかな 探求的な 謙虚な	控えめな 識別力のある 理性的な 思慮深い	用心深い 熱心な 柔軟性のある 気の変わりやすい	自分の意志を持った 物怖じしない 意志が強い 粘り強い
2	温厚な 合意を求める 控えめな 利点と欠点を比較する	静観的な 事実主義の 論理的な 謙虚な	意志が強い 活動的な 行動力がある 行動に移すのが早い	自主的な 自立した しっかりとした 意志が強い
1	同意的な 慎重な 保守的な 静観的な 謙虚な 控えめな	内観的な 悲観的な 穏やかな 思慮深い 寡黙な 疑り深い	活発な 変革力のある よく気がつく せっかちな せかせかした 自発的な	おおらかな 挑戦的な 勇敢な 意志が強い 威勢がいい 論理的な

## Report Sample さんの DISCstyles eGraphs

あなたの適応スタイルは、選択された仕事という重点において、CIスタイルの行動特性を利用する傾向を示しています。あなたの平常スタイルは、CSスタイルの行動特性を自然と利用する傾向を示しています。

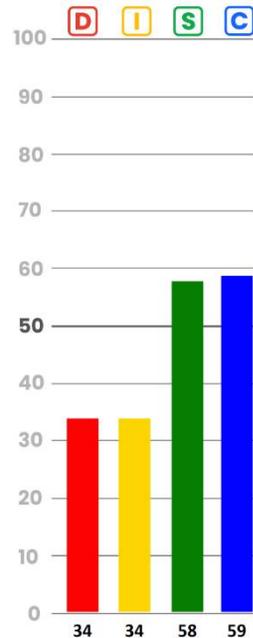
あなたの適応スタイルは左下に表示されたグラフです。**選択した重点**(仕事、社会または家族)において**あなたが利用すべきと考える行動傾向**です。役割または状況が変わる場合、このグラフは変わる可能性があります。右下のグラフはあなたの平常スタイルであり、**あなたの本能的行動・モチベーションの強さを示しており**、しばしば「本当のあなた」と「反射的な」本能的行動の指標になります。これは家庭環境で快適と感じ、良い印象を与えようとしていない時にどのように行動するか、さらにストレスの多い状況で何が現れるかを示しています。このグラフは異なる環境下であっても極めて一貫している傾向があります。

適応スタイル - グラフ I



パターン: CI (2536)  
重点: 仕事

平常スタイル - グラフ II



パターン: CS (2244)

ふたつのグラフが似ている場合、あなたはどの環境下でも同じ自然な行動をとる傾向があります。あなたの適応スタイルが平常スタイルと異なる場合、長年にわたるとストレスを引き起こす可能性があります。これはあなたにとって不快か、自然でない行動をとっていることを示します。

グラフの下の4桁の数字は、ワードスケッチページにマークが付いているキーワード群を示します。

グラフ上の各 DISC ポイントが高いほど、あなたの行動は職場や周囲の人との結果に感化を与えます。このことに一旦気付くと、あなたのスタイルがより効果的になるよう応用することも可能です。変えることはできますか？もちろん！毎日状況に応じて実行しましょう。継続的に行動を変えていくためには自覚と実践あるのみです。

# 行動パターンについて

行動パターンには8つの行動ゾーンがあります。各ゾーンは組み合わせが異なる行動特性を示しています。周辺の説明文は、相手がそのスタイルを持つ個人をどのように見ているかを表しています。あなたの適応スタイル及び平常スタイルを示す点と星印がダイヤモンドの外側に行くほど、そのスタイルが他の3つのスタイルより優勢になることを示します。逆にダイヤモンドの中心に向かうにつれて、特定の行動ゾーン内で2つ、最終的には3つの特性が結び付き、あなたのスタイルを示す特性の強度が弱められます。

## 得点凡例

**D = Dominance (主導):** 問題・挑戦への取り組み方法

**I = Influence (感化):** 人・関係先への対応方法

**S = Steadiness (安定):** ペース・一貫性への対応方法

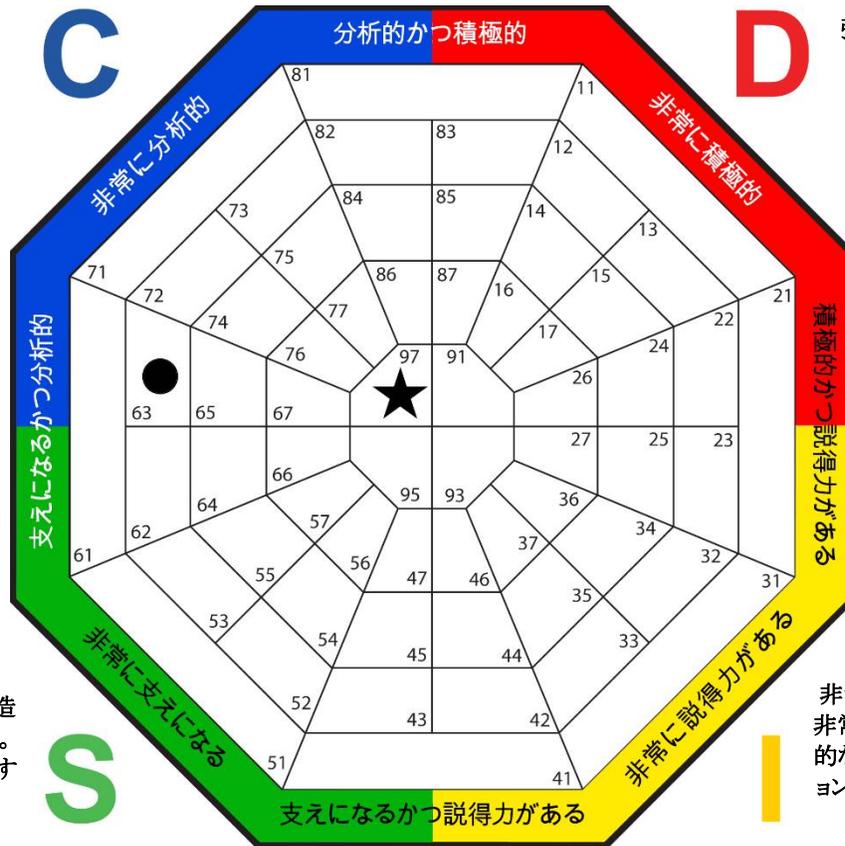
**C = Conscientious (慎重) / Compliance (順守) / Structure (組織):** 手順・制約への対応方法

データ・事実・分析ベース。几帳面・正確。構造・基準・規律の価値を信用する。「規則」の価値を認める。

効果的・分析的・組織的・事実に基づく。行動の結果を承知している。実用的・革新的。

独断的。結果重視。迅速な決断。挑戦を求めるようになる。強引・忍耐力に欠ける。先頭に立ちたがる。

データ・交渉術のバランスを取り評価する。「規則」に留意する。目標を定めるようになる。混乱・曖昧さを嫌う。



独断的・説得力がある。新たな概念を受け入れやすい。大抵人を動かす能力のある人。強い活力と努力で非常に社会的になり得る。

非常に忍耐強い。安定・構造を好む。リスクを負わない人。着実・一定のペースで操作することを好む。

非常に社会的・説得力がある。非常に人を重視する。相当楽観的な見通し。高いコミュニケーション能力。日常に多様性を持つことを好む。

協力的・説得力がある。良いチームプレイヤー。信用を築き、良い顧客サービスを提供する

=平常スタイル

★ = 適応スタイル

## 相手からのコミュニケーションのコツ

次の提案は、あなたと交流する相手があなたのコミュニケーションの好みを理解・認識する手助けとなります。この情報を効果的に利用する為には、相手と共有し、更に彼らの好みについても話し合しましょう。

あなたとのコミュニケーションで最も重視して欲しい考え(すべきこと・避けるべきこと)を2つずつ選択し、あなたのスタイルの要約ページに書き写しましょう。(p24)

### Reportさんとコミュニケーションをとる時に**すべきこと**:

- 課題には論理的で真っ直ぐに、事実に基づいたやり方でアプローチする。
- 各人の責任をはっきりさせ、あいまいなことがないか確認する。
- 問題と可能性のある結果を検証する時間を <MergeHimHerLowerCase> に与える。
- 脅迫しないやり方で、アイデアや意見を出す。
- <MergeHisHerLowerCase>サポートや貢献に対する理路整然としたアピールをしましょう。
- <MergeHimHerLowerCase>に人として心からの関心を示す。
- 各個人の仕事と責任の概要を書面でまとめる。

### Reportさんとコミュニケーションをとる時に**避けるべきこと**:

- 守れない約束をすること。
- 無礼でぶっきらぼうで早口に話す。
- あなたが果たすことのできないことを請け負い、保証すること。
- 問題もしくは決定プロセスを急かすこと。
- Sampleさんのために決断する。
- グループの期待に対して曖昧な態度を取る。
- バックアップや支援することなく、アイデアや計画を放置する。

## あなたのモチベーション: 欲求とニーズ

モチベーションとは、何かをする熱意または意欲です。誰もやる気を出すことはできますが、他人の動機ではなく、彼ら自身の動機付けによってやる気が出るのです。簡単に言えば、人は自身が欲するものによりやる気になります。

我々の行動もまた、我々のニーズにより突き動かされます。各スタイルには異なるニーズがあります。ある人がストレスを感じているとき、一人での静かな時間を欲している場合もあれば、多くの人々との社会的な時間を必要としている場合もあります。どちらも彼らのニーズに合う方法を持っています。我々のニーズが完全に満たされるほど、より簡単に最適な状態で行動することができます。

最も重要な欲求とニーズを2つずつ選択し、あなたのスタイルの要約ページに書き写しましょう。(p24)

### あなたがやる気にさせられる傾向にあるもの:

- システムやプロセスを妨げることがないよう、変化に対応するための十分な時間
- 専門性の高い作業プロジェクトが、あなたが本来持つ好奇心と細部に気を配る姿勢をサポートし、あなたのスキルや能力を証明する場を与えます。
- 仲間や同僚の誠意
- 数人ではなく、組織の全員から尊敬されている高い品質管理基準
- 社会的機能のグループの一員として含まれる
- 過去に成功した実証済みの方法との関連性
- 最初に正しく行われたため、後で訂正する必要がない課題

### あなたのようなパターンを持つ人が必要とする傾向にあるもの:

- あなたがチームの成功に非常に貢献していることを再認識する。
- 一定の手段、または手順をより効率的にするオプション
- 特に変化の前の、効果的な計画に十分な時間
- 新しい集団やビジネス団体に紹介してもらう方法
- 細部にも気を配る姿勢を活用する高い精度と正確性が要求される職務
- チャンスをつかむためのより高い緊急度
- 意思決定の緊急性を高めるデータ入手をやめ、今ある情報をもとに意思決定すること

## あなたの組織への感化

このページは、あなたの仕事、またはチームやプロジェクトで共に働く時に役立つ洞察を提供します。これらはあなた自身の才能と傾向です。最も効果的に働ける環境下で利用すると、自らモチベーションを高め、偉業を成し遂げる気持ちが起こりやすくなります。しかしあなたがベストでいられる環境に常に身を置けるとは限りません。あなたのモチベーション維持に役立つよう、現在の環境に何を取り込むことができるかを考える為に、リーダーと話し合うことをお勧めします。最も重要な長所、ワークスタイルの傾向、環境要素を2つずつ選択し、あなたのスタイルの要約ページに書き写しましょう。(p24)

### あなたの長所:

- アイデアを説明しチームの他の人に影響を与えるのがうまいです。
- 忍耐強くチームの他の人と仕事をし、プロジェクトを完遂するための詳細な方法をやってみせます。
- 他の人が気づいていない場合でも、このプロジェクトに未決事項はないかとよく注意しています。
- 自分の専門分野では、高い技術的専門性や技能を示します。
- プロセスや手順について完璧に知っているため、チームの他のメンバーから引っ張りだこになることがあります。
- 思慮深く、分析的で素晴らしい聞く姿勢を持っています。
- チームの他の人が見落としているかもしれない危険を考慮することで、あなたは貴重な意見を言えます。

### あなたのワークスタイルの傾向:

- あなたは完璧に、そして細部に基ついたやり方が強く必要な人です。
- 誠実なものであるかぎり、上司などからときどき励ましの言葉をもらうことに感謝します。
- 非常に良心的で詳細な案件や複雑な作業を最後までやり通すと信用できる人です。
- 自分自身に高いパフォーマンス基準を課し、他の人にもその基準を満たすことを期待します。
- 事実やデータをよく考慮した分析を行い、全ての選択肢とあり得る結果を考察した後ではじめて、計画的で知識に基づいたリスクをとります。
- あなたは職場がきちんと整理整頓されていて、すべてがあるべきところにある状態が好きです。
- プロジェクトにおけるあらゆる変数とインプットを慎重に検討します。このプロセスは少し時間がかかるかもしれませんが、良い結果を生み出します。

### あなたが最も効果的に働ける環境:

- 突然の衝撃や予期せぬ問題、危機がほとんど発生しないこと
- 確立された方法、手法、手順
- 非常にプレッシャーのかかる決断からの解放
- クリティカル・シンキングのスキルへのサポート、および感情ではなく論理にもとづいた意思決定への支援
- 始めから終わりまでモニターできる活動
- 職場において、プロセスの変更に対応できる十分な時間
- 相互信頼、共感、信用をもてる人たちとの結束の固い集団

## C スタイル

### ストレス下での行動とニーズ

ストレスは避けられないものです。ストレス下での我々の行動は、我々の有効性と相手との交流に感化を与え、意図しないイメージを与えてしまうかもしれません。ストレスを感じている間、さらなるサポートを必要とする場合もあります。どのように自身を見せるか、どのサポートが役立つ可能性があるかを知り、対立した際にどのように行動するか準備すると同時に、対立を減らす戦略を特定することで、ストレスの多い状況下で一層成功を収めることができます。

#### ストレス下でのあなたの見え方:

- データと記録に依存し過ぎる
- 創造的でない
- 仕事を始めるのが遅い
- 引きこもり
- 怒りっぽい

#### ストレス下であなたが要求するもの:

- 正確さ
- 情報処理のペースが遅い
- 原則と詳細の理解

#### 対立した際のあなたの典型的な行動:

- 他の人の要求を理解しているので、対立を避けます。実際には、彼らが将来に向けて準備することができよう引き下がりますが、こっそりと自分の立場を立て直す試みをします。
- あなたは、品質とあなたの高い基準に集中する傾向があるため、コンプライアンスを守るために要求が多くなるかもしれません。
- あなたは心中に争いごとや、対立する考えを持ちやすい傾向があります。自分が正しいという証拠や、両方の視点に適應する物事の見方という新しく有効な方法を探します。

#### 対立を減らし、調和を促す戦略:

- 争い、怒り、敵意の扱いに慣れている人もいと認識しましょう。他人の怒りや敵意は必ずしも個人攻撃ではありません。
- 決断に至った理由の共有を忘れずに行いましょう。共有しないと独断的に見えてしまいます。
- あなたが決断を下す時には、プロジェクトに関わっている人すべてを巻き込みましょう。提案とデータを求めましょう。

## 改善が見込める分野

誰もが苦手分野、限界、欠点を持っています。多くの場合、単に行き過ぎた長所が欠点になっているのかもしれませんが。例えば、主導スタイル (High Dominant Style) の直接性は、ある環境下では長所かもしれませんが、限度を超えた時は威張る傾向になりかねません。

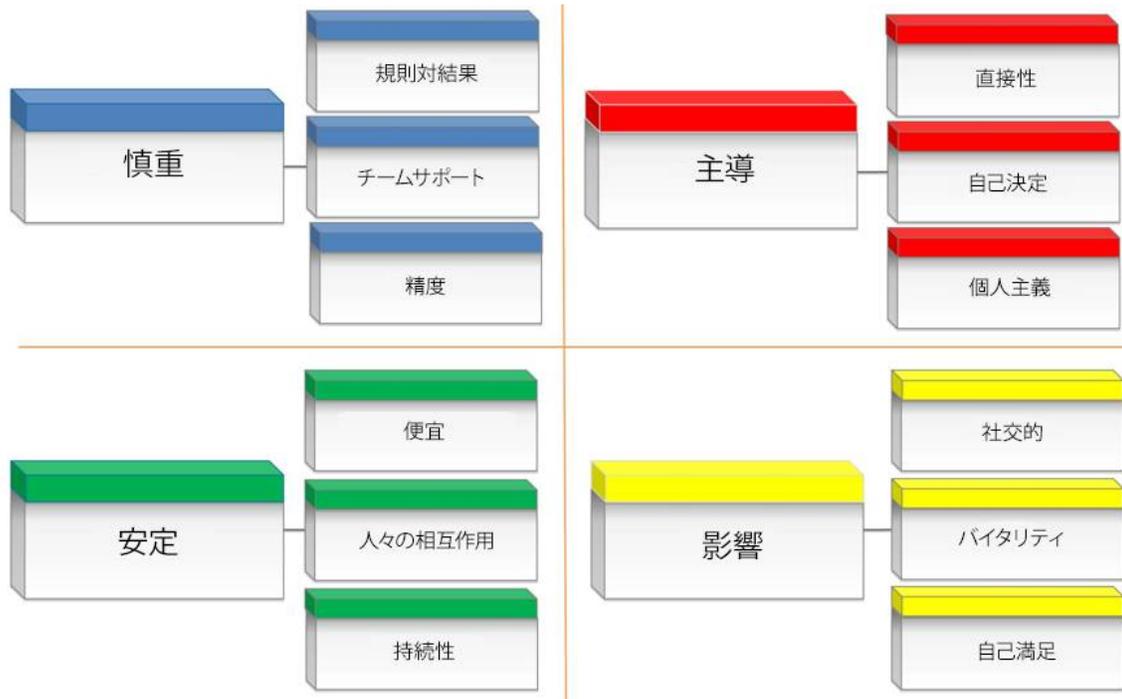
より良いコミュニケーターになる方法を考える時には、一度に行うのは2つだけに絞り、実践・強化します。その後、他の改善分野を選択することをお勧めします。

あなたが本気で改善したい最も重要な分野を2つ選び、あなたのスタイルの要約ページに書き写しましょう。(p24)

### 改善が見込める分野:

- 意思決定が遅く、変化を起こすことをためらいがちだと思われることがあります。
- 時には事実や数字、詳細な事実を「安心保証」の代わりに使い、対立や衝突を回避したりします。
- より効率的で効果的な方法があっても、従来の手順ややり方にとらわれすぎることがあります。
- 手順や選択肢に関して厳正で融通が利かず過度に厳しいと思われることがあります。
- 時には標準、または通常の手順について考えすぎたり時間を使いすぎたりすることがあります。
- あなたはもう少しのびのびと行動し、自分のことをそこまで真剣に考えなくてもいいかもしれません。
- 同じような視点をもつ数人の人に過剰に頼りすぎることがあります。そのため価値ある意見を言ってくれる他のチームメンバーを仲間外れにしてしまうことがあるかもしれません。

## 12種類の総合的な DISC スタイルの関係



人の全体的な行動スタイルを理解する為には、4種類の DISC の要素それぞれがどのように作用し、12種類の総合的な行動を作り出すか、またはあなた自身の中にある I(感化)・S(安定)・C(慎重)がどのようにあなた個人の D(主導)スタイルに感化を与えるか、調査することができます。12種類の要素の相互関係を識別・評価する能力を高めれば、DISC を利用・応用した人の行動への理解が劇的に向上するかもしれません。これらの行動は、自分の考えを世の中に届ける方法を決定づけます。

12種類の要素一つ一つに、その要素を特定の行動へと自然に結び付けやすくするキーワードが与えられています。

人によって、どの要素がより強く表れるかは異なります。次のページの 5 段階の強度レベルは低い(大抵の状況で見られない)から高い(大抵の状況でははっきりと見られる)まであります。この強度は、大抵の状況で頻繁に観察される平常行動に対して、特定要素がどの程度感化しているかを知る目安となります。強度値を調査することで、人の全体的な行動スタイルにおける各要素の強さを評価することができます。

- **黒いバーの長さ**は、観察できる行動スタイル全体における、その DISC 要素の相対的な感化力を示しています。これらは感化力の大きい要素順に並んでおり、あなた特有のものであります。
- **青のボックス**は各行動について、一般的な母集団の 68%がボックス内に属していることを示しています。標準偏差値(34%)は中央値を下回ることもあれば、上回ることもあります。平均値とは異なり、中央値は必ずしも両サイドに等しい間隔で示されるわけではありません。

## 12種類の総合的な DISC スタイルの関係グラフ

以下の12種類の DISC 関係リストは、どのように4種類の DISC 行動が結び付き、相互に作用し合って、相手によって観察される社会的行動を生み出すかを明らかにします。これらは感化力の大きい要素順に並んでおり、あなた特有のものです。

**強度値凡例** - DISC スタイル強度は、大抵の状況で相手と交流しコミュニケーションを図る時、どのようにあなたが特定の行動を見せるかの基準となります。

- **低い** - 大抵の状況で、この行動が見られないことを示します。
- **やや低い** - 限られた状況で、たまにしか観察できません。
- **平均的** - 強度は変化しやすく、特定の状況の必要条件に基づいて観察できるようになる可能性の有無はどちらとも言えません。
- **やや高い** - 多くの状況で頻繁に観察できます。
- **高い** - 大抵の状況ではっきりと観察でき、より頻繁に観察できます。

### 1. 規則対結果行動 [やや高い]



「即時の結果への欲求が、どのように個人の正確さ、精度、ガイドラインへの欲求に影響するか」規則対結果行動は、即時の成果を目指す直接的な「現在の結果」行動が、どのように個人の確立された体系、手続きのガイドライン、または基準に正確に従いたいという欲求の強さに影響するかを測定します。スコアが高ければ、確立された体系、規則、組織の慣習や方針に従い、頼りつつ目標を追及する強い欲求を示します。一方、スコアが低ければ直接的、即効的な結果を重視し、確立された規則、手続き、方針に束縛されないことを示しています。

### 2. チームサポート行動 [やや高い]



「社会的なつながりへの欲求が、どのように個人の正確さ、精度、手順に従うことへのニーズに影響するか」チームサポート行動は、人間関係への欲求の強さが、どのように個人の正確さ、組織、規則、基準への欲求の強さに影響するかを測定します。スコアが高ければ、組織、論理、事実、確立されたデータ、手順、規律を信用していることを示しています。一方、スコアが低い場合は、規律を重視することなく、心から関わり合う、人に好かれるコミュニケーションスタイルを示しています。

### 3. 便宜行動 [やや高い]



「即時の結果への欲求が、どのように個人に働く欲求と生まれ持った忍耐に影響するか」便宜行動は、即時の結果と解決に集中した指導、命令、直接行動の欲求の強さが、どのように個人の忍耐レベルと活動レベルの度合いに影響するかを測定します。スコアが高ければ、考慮し、便宜を図り、解決の代替案とアイデアをサポートする意欲を反映します。一方スコアが低ければ、難しい決断をし、強硬な態度でサポート、擁護する傾向を反映します。それは、即時に結果を出すことや、決められた目標に到達することに強く集中することで維持されます。

#### 4. 人との相互作用行動 [やや高い]



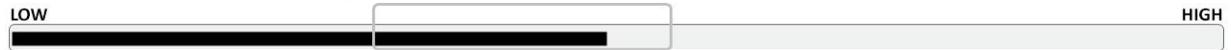
「社会的な人間関係の欲求が、どのように個人の着実なペースと忍耐の欲求に影響するか」人々の相互作用行動は、社交性の強さ、社会的な人間関係への欲求が、どのように個人の忍耐と好ましい活動レベルの強さに影響するかを測定します。スコアが高ければ、他の人に影響を与える言動をする際、多大な気遣いと考慮を示します。一方、スコアが低ければ、対話のある社会的な状況がすぐに対処されない場合の、自由な発想と信念を反映しています。

#### 5. 精度行動 [平均的]



「チームサポートと順応への欲求が、どのように個人の正確さ、精度、計画への欲求に影響するか」精度行動は、ペース、忍耐、チームの順応のレベルが、どのように個人の構造、正確さ、秩序、精度への欲求の強さに影響するかを測定します。スコアが高ければ、正確なデータと準備に支えられた、安全が保証された環境で働きたいという欲求を反映します。一方、スコアが低い場合は、着実なスピードの進歩、強力なサポート、考慮、チームの全体的な順応性を示しています。

#### 6. 直接性行動 [平均的]



「人間関係への欲求が、どのように個人の主導性と結果重視に影響するか」直接性行動は、人間関係への欲求が、どのように個人の直接的、積極的、結果重視のコミュニケーションスタイルの強さに、影響するかを測定します。スコアが高ければ、厳しい決断、ときには嫌われる決断を下し、擁護する意欲を示しています。一方、スコアが低い場合は、より社会的、対話的、協力的な解決策を追求する傾向を示しています。

#### 7. 社交的行動 [平均的]



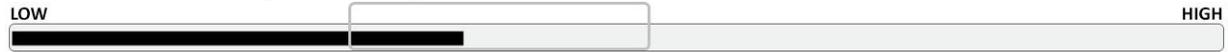
「自己主張と即座の結果への欲求が、どのように個人の社会的な交流の欲求に影響するか」社交的行動は即座の結果という欲求が、どのように個人の社会的な交流と人へのつながりを優先させる度合いに影響するかを測定します。スコアが高ければ、個人的な関係の探求、構築、維持を重視することを反映しています。一方、スコアが低ければ、人との関係を築く努力が少なく、より競争的な現在の成果主義を反映します。

#### 8. 持続性行動 [平均的]



「正確さ、精度、計画への欲求が、どのように個人のペースと忍耐への欲求に影響するか」持続性行動は、正確さ、精度、構造への欲求が、どのように個人の忍耐、活動レベル、チームサポートの強さに影響するかを測定します。スコアが高ければ、計画されたグループとチームの取り組み支援を重視する姿勢を反映します。一方、スコアが低ければ、確立された方策と段取りに従う欲求を反映します。例えばそれが、チームの方向性に逆行し、代替の、または危険を伴う主張になる可能性があるとしてもです。

## 9. 自己決定行動 [やや低い]



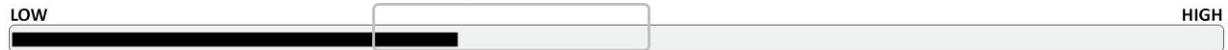
「忍耐のレベルが、どのように個人の現在の結果重視の度合いに影響するか」自己決定行動は、忍耐の程度と好ましいペースが、どのように個人の直接的、積極的、現在の結果志向の行動の度合いに影響するかを測定します。スコアが高ければ、今を重視することを示します。つまり、即時の結果や目標に繋がる行動を取るということです。一方スコアが低ければ、行動する前に、計画し、結果を注意深く考慮する、着実で、緊急性を持たないペースを表します。

## 10. バイタリティ行動 [やや低い]



「好ましい速度と活動レベルは、どのように個人の人重視の社交性に影響するか」バイタリティ行動は、緊急性、好ましい速度と活動レベルが、どのように個人の間関係への欲求の強さに影響するかを測ります。スコアが高ければ、エネルギーが高く、新しいアイデアや考えを取り入れる自由で魅力のあるスタイルを反映しています。一方、スコアが低い場合は、着実に設定された目標に向かって行動するので、言動への思慮深さや気遣いを反映します。

## 11. 個人主義的行動 [やや低い]



「正確さ、分析、計画への欲求が、どのように個人の現在の成果主義に影響するか」個人主義的行動は、目的を果たしつつ、構造的で手順上のガイドラインに正確に従いたいという欲求が、どのように個人の直接的、断定的、結果重視の度合いに影響するかを測定します。スコアが高ければ、抑止要因や、確立した方針により即時に結果が出るのが妨げられそうな場合でも、影響されにくいことを示します。一方、スコアが低ければ、すでに確立した組織、規律、方針、手順への強く明確な遵守を示します。

## 12. 自己満足行動 [やや低い]



「正確さと構造への欲求が、どのように人優先で社会的な個人に影響するか」自己満足行動は、行動を起こす前の組織、詳細、正確な証拠への欲求が、どのように個人の社交性と人への関係性への欲求に影響するかを測定します。スコアが高ければ、時として自信過剰を引き起こし、自主的な行動への衝動と、緻密な計画の葛藤を抱きます。一方、スコアが低ければ、信頼できる手法、データ、過去の成功に支えられた行動を探求する、注意深く意識的なアプローチを反映します。

## Report Sample さんのスタイルの要約

コミュニケーションは双方向のプロセスです。相手にも彼ら自身の DISC オンラインアセスメントを完了するよう促し、要約シートを共有しましょう。あなたが共に働き、付き合い、生活する人の好み・ニーズ・欲求を話し合い、DISC の情報を理解・適用することで、関係を深め、ストレスfulな関係からより良い関係に変えることができます。これまでのページから次のワークシートを仕上げましょう。

### コミュニケーションですべきこと・避けるべきこと

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

### あなたのモチベーション:欲求

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

### あなたのモチベーション:ニーズ

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

### あなたの長所

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

### あなたのワークスタイルの傾向

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

### 効果的な環境要素

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

### 改善が見込める分野

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

## パート III 相手への理解と適応性

あなた自身の行動スタイルを理解することは、関係強化の最初のステップに過ぎません。行動スタイルの力を存分に利用するには、この情報を他の人や状況で応用する方法を知らなければなりません。良い関係はより良くなり、困難な関係は良くなる可能性があります。

人は、他人の行動スタイルではなく、自身の行動スタイルに従って対応して欲しいものです。

通常、人は自分と同様に相手が行動し考えろと思ひ込み、多くの人は自身が扱ってほしいように相手を扱うという The Golden Rule (黄金ルール) を信じて育ちました。ここでは、そのルールの代わりに **The Platinum Rule®** (プラチナルール) という実用的なルールの使用をお勧めします。このルールは、Tony Alessandra 博士が提唱し、**相手が扱ってほしいように彼らを扱う**というものです。実践のためには、ケースバイケースで戦略的な調整を行う必要があり、人があなたといると落ち着くと感じるように、あなた自身の行動を調整することが、いわゆる**適応性**です。

自分のスタイルを適応させることは必ずしも簡単でない、と知っておくことは重要です。時間がかかったり、非常に難しいと感じたり、またはある状況では合わないと思えるかもしれません。時間をかけ、実践し、我慢強く努力することで、利益に繋がると分かるでしょう。

# 適応性

このセクションで扱う項目:

- 適応性とは?
- 相手の行動スタイルの認識
- 各スタイルに対するコミュニケーション
- 異なる行動スタイルへの適応方法
  - 直接性/間接性を修正する
  - オープンさ/用心深さ(ガード)を修正する
  - ペース・優先事項を修正する
- 異なる状況下での適応
  - 職場にて
  - 販売・サービスにて
  - 社交的場面、人付き合いにて
  - 学習環境にて
- 応用活動

## 適応性とは？

適応性は柔軟性と適性の2つの要素に基づいています。柔軟性とは、特定の状況や関係の、特定のニーズに基づいてアプローチまたは戦略を調整する意欲であり、適性とは、それを実行する能力です。これは相手に期待すべきことではなく、あなた自身(あなたのパターン・態度・習慣)が意識的に応用しなければならないことです。

*C(慎重)スタイルやS(安定)スタイルに合わせて減速するとき、またはD(主導)スタイルやI(感化)スタイルに合わせて少し加速するとき、我々は適応性を発揮します。D(主導)スタイルやC(慎重)スタイルがS(安定)スタイルやI(感化)スタイルとの関係を築くのに関心を持っているとき、またはI(感化)スタイルやS(安定)スタイルがD(主導)スタイルやC(慎重)スタイルに対して事実上重点を置いたり、核心を突くときにも、適応性を発揮しています。*

適応性とは他人のスタイルの「模倣」ではありません。あなた自身のアイデンティティを維持しつつ、あなたのオープンさ・直接性・ペース・重要事項を他の人の好みの方へ調整することです。適応性のある人は、誰もがwin-winになるように関係を調整する方法を知っています。

あなたの適応性レベルは、相手があなたとの関係をどのように評価するかで感化します。あなたの適応性を向上させることで信用・信頼性が上がります。あなたの適応性が下がると、信用・信頼性は落ちてしまいます。適応性を高めることで、付き合いづらい人より生産的に交流でき、緊迫した状況を避けたり対処できるようになります。

### 重要な考え:

- 適応性は全ての良好な関係において重要です。
- どのスタイルも他のスタイルよりも生来の適応性を有しているわけではありません。
- 適応性は選択することです:
  - ある人とは適応でき、別の人とは適応できないと選択することができます。
  - 今日はある人とかなり適応でき、明日は同じ人とあまり適応できないと選択することができます。
- 人付き合いやプライベートと仕事上では、異なるスタイルを採用している人が多いです。
  - 職場で、またよく知らない人に対しては、より適応性がある傾向にあります。
  - 家で、またよく知っている人に対しては、適応性に欠ける傾向にあります。

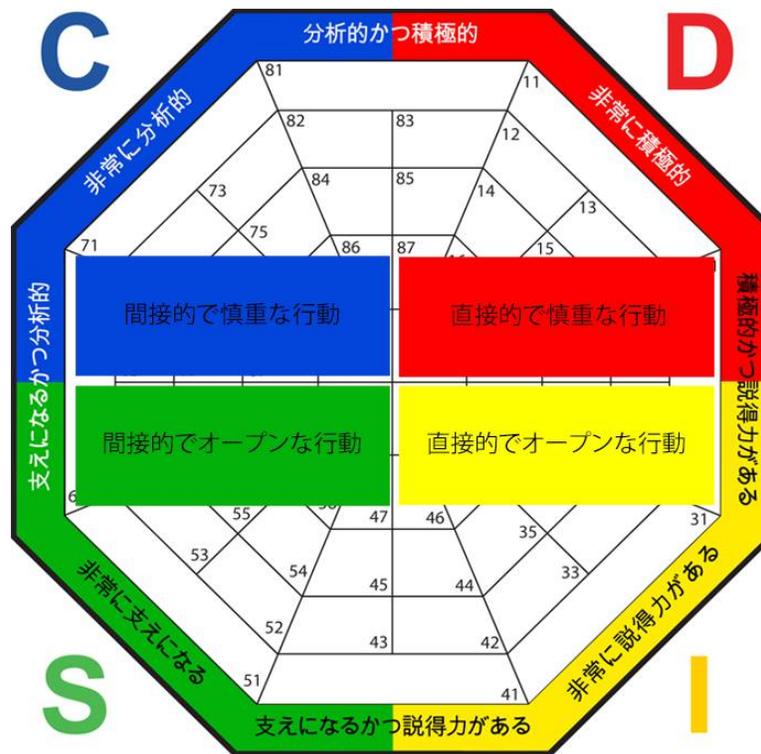
### アドバイス:

極端な適応性は優柔不断で、表裏があると思われかねません。全ての状況で高い適応性を維持する人は、ストレスと効率の悪さを避けることができないかもしれません。「合わない」スタイルで行動するストレスから緊張を引き起こす危険性もあります。通常これは一時的であり、あなたが相手から信頼を得られた場合、適応性を発揮する価値はあるかもしれません。逆に適応性がまったく無い場合は、あくまでも自身の平常なペース・優先事項に従って行動しようと固執する為、柔軟性に欠け、融通が利かないと見なされてしまいます。

## 相手の行動スタイルの認識

### 2つのパワークエスチョン

1. コミュニケーションにおいて、相手は直接的か間接的か？  
(直接性はスタイルの最初の予測要素です。直接的は右側に、間接的は左側に表示します。)
2. コミュニケーションにおいて、相手は慎重かオープンか？  
(オープンさはスタイルの2番目の予測要素です。オープンは下側に、慎重は上側に表示します。)



人が直接的または間接的になる自然な傾向と、慎重またはオープンになる自然な傾向を組み合わせると、4種類の行動スタイルの基礎・基盤が形成されます。

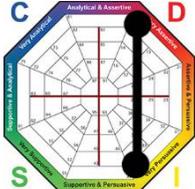
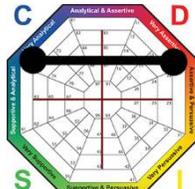
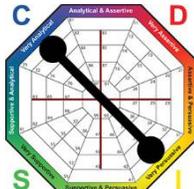
- D(主導)** = 直接的で慎重な行動を示す人は主導スタイルです。
- I(感化)** = 直接的でオープンな行動を示す人は感化スタイルです。
- S(安定)** = 間接的でオープンな行動を示す人は安定スタイルです。
- C(慎重)** = 間接的で慎重な行動を示す人は慎重スタイルです。

直接的または間接的とオープンまたは慎重かの行動傾向は、上記の四分円内に示されます。ダイヤモンドの端に向かうほど2つの特性が強いことを示し、中央に近づくほど弱まることを示します。

## 各スタイルに対するコミュニケーション

D(主導)	I(感化)	S(安定)	C(慎重)
<ul style="list-style-type: none"> <li>●どのように勝つか示す</li> <li>●論理的思考を示す</li> <li>●簡潔なデータを与える</li> <li>●目標に賛成する</li> <li>●ルーチンを変える</li> <li>●達成したことを褒める</li> <li>●先頭に立たせ、結果に感化する機会を与える</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●彼らに関心を示し、好意を示す</li> <li>●楽観的である</li> <li>●彼らの気持ち・考えを支持する</li> <li>●複雑な詳細を避ける</li> <li>●全体像を重点的に取り組む</li> <li>●彼らと交流し、関心を払う</li> <li>●一緒に行う</li> <li>●同意・称賛・賛辞を与える</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●どのようにあなたの考えがリスクを最小限に抑えるか示す</li> <li>●彼らへの興味を行動で示す</li> <li>●彼らの遂行を褒める</li> <li>●個人的な保証を与える</li> <li>●リラックスした、フレンドリーで安心感のある雰囲気を与える</li> <li>●穏やかに行動し、共通の興味に重点的に取り組む</li> <li>●大きな貢献・チームワークの機会を与える</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●間接的に、脅迫にならないようにアプローチする</li> <li>●論理的思考・論理を示し、文書データを与える</li> <li>●彼らが決定する前に考え、尋ね、確認することを認める</li> <li>●「何故」「どのように」を伝える</li> <li>●正確さ・的確さ・質の高い結果の為に計画する機会を与える</li> </ul>

## スタイル間の緊張関係

ペース	優先事項	ペース&優先事項
<p>直接的・速い 対 間接的・遅い</p>	<p>慎重・タスク志向 対 オープン・人志向</p>	<p>直接的・速い・慎重・タスク志向 対 間接的・遅い・オープン・人志向</p>
 <p><b>S(安定) + I(感化)</b> (左下四分円 対 右下四分円)</p>	 <p><b>D(主導) + I(感化)</b> (右上四分円 対 右下四分円)</p>	 <p><b>S(安定) + D(主導)</b> (左下四分円 対 右上四分円)</p>
 <p><b>C(慎重) + D(主導)</b> (左上四分円 対 右上四分円)</p>	 <p><b>C(慎重) + S(安定)</b> (左上四分円 対 左下四分円)</p>	 <p><b>C(慎重) + I(感化)</b> (左上四分円 対 右下四分円)</p>

## 各スタイル×直接性・オープンさの関係と対応

### 直接的/間接的

D(主導)-直接的	I(感化)-直接的	S(安定)-間接的	C(慎重)-間接的
直接的に対応する	直接的に対応する	間接的に対応する	間接的に対応する
<ul style="list-style-type: none"> <li>●力強く、自信のある声を使う</li> <li>●遠回しの質問よりも率直な言葉を使う</li> <li>●公然と対立に向き合い、適当な場合、挑戦し異議を唱える</li> <li>●相手に専念する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●より早く決断する</li> <li>●明るく、前向きで、温かさを持つ</li> <li>●会話を始める</li> <li>●提案する</li> <li>●人と衝突せずに公然と対立に向き合う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●よりゆっくり決断する</li> <li>●口論・対立を避ける</li> <li>●意思決定を共有する</li> <li>●快活で着実さを持つ</li> <li>●敏感に、理にかなった反応をする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●邪魔をしない</li> <li>●彼らの意見を求め、同意する</li> <li>●特に個人的な批判、挑発、または強引な行動をしない</li> </ul>

### 慎重/オープン

D(主導)-慎重	I(感化)-オープン	S(安定)-オープン	C(慎重)-慎重
慎重に対応する	オープンに対応する	オープンに対応する	慎重に対応する
<ul style="list-style-type: none"> <li>●タスクの核心を突き、直ちに取り組む</li> <li>●アジェンダに従う</li> <li>●時間を無駄にしない</li> <li>●テキパキ話す</li> <li>●承諾を伝える</li> <li>●彼らの提案を聞く</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●気持ちを共有し、感情を見せる</li> <li>●彼らの気持ちの表れに反応する</li> <li>●個人的な賛辞を呈する</li> <li>●進んでアジェンダから逸れる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●関係を築くことに時間をかける</li> <li>●コミュニケーションを取り、打ち解け、より親密になる</li> <li>●友好的な言葉を使う</li> <li>●彼らへの興味を示す</li> <li>●個人的な同意を示す</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●論理的・事実に基づいた姿勢を維持する</li> <li>●彼らの意見に同意する</li> <li>●熱意・ジェスチャーを抑える</li> <li>●礼儀正しく丁寧に対応する</li> </ul>

## 各スタイル×ペース・優先事項の関係と対応

### ペース

D(主導)-速い	I(感化)-速い	S(安定)-遅い	C(慎重)-遅い
速いペースで対応する	速いペースで対応する	遅いペースで対応する	遅いペースで対応する
<ul style="list-style-type: none"> <li>●準備し、組織化する</li> <li>●素早く要点を掴む</li> <li>●より速く話し、動く</li> <li>●時間を無駄にしない</li> <li>●集中する時間を取り、専念する</li> <li>●注意が逸れることに注意し、プレゼンの仕方を変える</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●タスクを急がない</li> <li>●彼らに夢中になる</li> <li>●より速く話し、動く</li> <li>●頻繁に会話を変える</li> <li>●明確に詳細を要約する</li> <li>●明るく、前向きでいる</li> <li>●彼らに注目する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●信用・信頼性を徐々に築き、強要しない</li> <li>●よりゆっくり話し、動く</li> <li>●着実なアプローチに重点的に取り組む</li> <li>●タスクを遂行する時間を与える</li> <li>●段階的な手順・指示を与える</li> <li>●我慢し、彼らを急かさない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●質問に答える準備をする</li> <li>●よりゆっくり話し、動く</li> <li>●心から挨拶し、直ちにタスク(社会的タスクではない)に取り掛かる</li> <li>●彼らに考える時間を与え、早まった決断を要求しない</li> </ul>

### 優先事項

D(主導)-タスク	I(感化)-人	S(安定)-人	C(慎重)-タスク
タスク志向で対応する	人志向で対応する	人志向で対応する	タスク志向で対応する
<ul style="list-style-type: none"> <li>●タスクの核心を突く</li> <li>●選択権を与え、決めさせる</li> <li>●目標・方針を彼らに明示させる</li> <li>●ハイレベルなフォローアップをする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●社会的に交際する時間を作る</li> <li>●率先して自己紹介または会話を始める</li> <li>●開放的・友好的に対応し、熱意・元気を受け入れる</li> <li>●彼らに話させる</li> <li>●彼らを良く見せる提案をする</li> <li>●多くのフォローアップ、詳細、または長期間の関与を求めない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●彼らと個人的に知り合いになる</li> <li>●友好的でありながらプロ意識を持ってアプローチする</li> <li>●彼らの仕事が自身と彼らの関係にどのように感化を及ぼすかに重点を置き彼らを巻き込む</li> <li>●タスクを優先する手助けをする</li> <li>●個人を批判しないよう気を付け、批判の内容を具体的ににする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●論理的・実用的に準備する</li> <li>●ルール・規則・手順に従う</li> <li>●現実的な期限・限界を定める手助けをする</li> <li>●賛否両論・完全なストーリーを与える</li> <li>●詳細・データを共有する時間を与える</li> <li>●徹底的な分析を受け入れる</li> </ul>

# 異なる状況下での適応: 職場にて

## D 主導スタイル

次の行動をする手助けをしましょう:

- より現実的にリスクを判断する
- 決断する前にもっと注意し、熟考する
- 関連するルール・規則・期待に従う
- 相手の貢献を認識し、貢献を求める
- 相手に決断の理由を伝える
- 感情に対する配慮/反応をもっと育てる

## I 感化スタイル

次の行動をする手助けをしましょう:

- 優先順位を決め、組織化する
- 完成までタスクを見届ける
- 人・タスクをより客観的に見る
- 助言の与え過ぎ、もらい過ぎを避ける
- 物事を書き留める

## S 安定スタイル

次の行動をする手助けをしましょう:

- より早い方法を取り、不必要な手順を踏まない
- 彼らの成長を見守る
- 同じ方法で物事を行うのを避ける
- タスクへの1つ以上のアプローチがあることに気付く
- 幾らかのリスク・変化を受け入れる
- 真摯に感謝されていると感じる
- 考え・気持ちをはっきり主張する

## C 慎重スタイル

次の行動をする手助けをしましょう:

- 彼らの知識・専門知識を相手と共有する
- 彼らが避けたがる人に対しても堂々と対応する
- 現実的な期限・限界を目指す
- 人・タスクを深刻に批判的に見過ぎない
- 彼らの生活と交流・タスク両方とのバランスをとる
- タスクを進め、確認を減らす
- 全てではなく、優先度の高い事柄に高い期待をもち続ける

# 異なる状況下での適応: 販売・サービスにて

## D 主導スタイル

- 準備し、組織化し、より速いペースで、常に要領を得るよう計画を立てる
- プロ意識を持ち、テキパキとした態度で対応する
- 何を達成したいのか、現在はどのようにやる気を出しているのか、何を变えたいのかという彼らの目標・方針を学び、研究する
- 明確に定義され、取り決められた結果と、彼らの目標に特に関連している利益とを持って解決策を提案する
- 要点を掴む
- 可能な場合、選択権を与え、彼らに決断させる

## I 感化スタイル

- 率先して友好的・堅苦しくない態度で自己紹介し、彼らの興味を引きそうな新しい話題を受け入れる
- 彼らの夢・目標をサポートする
- 彼らの目標または興味に関連付けできる話・感情表現であなたの考えを説明する
- 明確に詳細を要約し、互いに賛同する方針・行動手順に方向づける
- より速い決断を促す為にインセンティブを与える
- 彼らに感謝を示す

## S 安定スタイル

- 彼らとより個人的な知り合いとなり、脅迫せず、快活で、友好的かつプロ意識を持った方法でアプローチする
- 比較的ゆっくりと信用・友情・信頼性を築く
- 彼ら自身の感情面のニーズと、彼らのタスクまたは仕事に関する期待値を明確に特定するように求める
- どのように物事が彼ら自身や、相手との関係に感化を及ぼすのか、といった人的要因に重点を置くことで彼らに関与させる
- 適当な場合、彼らを急かさず、個人的・具体的な保証を与える
- 一貫した態度で定期的に彼らとコミュニケーションを図る

## C 慎重スタイル

- 彼らの質問にできるだけ多く、速く答えることができるように準備する
- 心から挨拶するが、直ちにタスクに取り掛かり、個人的・社会的な話題から始めない
- あなたの実用性・論理のスキルを磨く
- 方向性を明らかにし、物事の全体構造に当てはまる質問をする
- どのように・なぜ何かが適用されるかを文書で記録する
- 考える時間を与え、早まった決断を要求しない
- 賛否両論・情報の全体像を彼らに伝える
- あなたが約束したことを遂行し、果たす

## 異なる状況下での適応: 社会的環境にて

### D 主導スタイル

- 彼らの時間を無駄にするつもりがないことを伝える
- 彼らをオープンに受け入れることを伝える
- 彼らの提案を聞く
- 彼らの達成・成果を要約する
- あなたの時間を与え、相手に専念する
- 可能な場合、彼らに感謝し、礼を言う

### I 感化スタイル

- 明るく、前向きで心温かいアプローチに重点的に取り組む
- 彼らの個人的な気持ち・経験を聞く
- オープン(開放的に)で愛想よく反応する
- 後ろ向き、または面倒な問題議論を避ける
- 彼らを良く見せる提案をする
- 多くのフォローアップ、詳細、または長期間の関与を求めない
- あなたの注目・時間・存在性を与える

### S 安定スタイル

- よりゆっくりで着実なアプローチに重点的に取り組む
- 口論・対立を避ける
- 慎重に、分別よく反応する
- 具体的で信ぴょう性のある褒め言葉で個人的に彼らに礼を言う
- 具体的なタスクを遂行させる
- 段階的な手順を示す
- 愛想よく、楽観的に振る舞う
- 安定感を与え、変化は最小限にする

### C 慎重スタイル

- 論理的なアプローチを利用する
- 彼らの懸念・推論・提案を聞く
- 礼儀正しく、丁寧に対応する
- 個人的に向けられたものでない限り、後ろ向きな議論を許す
- 彼らの意見について個人的に礼を言う
- あなたがどのように彼らのやり方に満足しているかに焦点を当てる
- 彼らの洞察・提案を求める
- 発言ではなく、行動で示す

## 異なる状況下での適応: 学習環境にて

### D 主導スタイル

- 素早く学ぶのを好み、ゆっくりとしたペースに苛立つ可能性がある
- 独自のモチベーション尺度を持ち、他の誰かの理由ではなく、彼ら自身の理由の為に学ぶ
- 彼ら自身の学習設計を構築したがる可能性がある
- 独学でも問題がない
- 独自の目標を明示する
- 集中力がない可能性がある

### I 感化スタイル

- 集団で学ぶのを好む
- 相手と頻繁に交流する
- 外部からのモチベーション、称賛、励ましに反応する
- まとめ役からの枠組みが必要で、時間を忘れてしまう可能性がある
- 何をするか、いつするかを求める
- 本人に任せておくと期限が守れず、学習の完了が遅れる可能性がある。

### S 安定スタイル

- 個人・グループワーク間のバランスを受け入れる
- 詳細な、または専門的な過程に我慢する
- 記録・遂行を好む
- 明確な指示を好む
- パフォーマンス結果、期待を知りたがる
- 長い課題の場合、タスクの優先順位付けに支援が必要かもしれない。批判を個人に向けたものと受けとる可能性がある

### C 慎重スタイル

- 集団交流よりも個別の作業を好む
- 遠隔、またはオンラインのような教材を受け入れる
- 彼ら自身のパフォーマンスへの高い期待を持つ
- 明確な目標・結果が確立されている場合のみ、彼ら自身の活動を構造化する
- 学習する為の詳細・熟慮・理論的基礎を重視する
- 特に学習環境にプレッシャーがかかると、過度に詳細に拘る可能性がある

## 応用活動

### 適応性の実践

あなたと異なるスタイルを持つ、知り合いや信頼する人と、家や職場でしばらく過ごしましょう。その中で彼らとより効果的にコミュニケーションを図る方法を探りましょう。新しいコミュニケーション方法を試しながら、サポートとフィードバックを求めましょう。それはあなたが磨いているスキルである、と相手に伝えることを忘れないでください。そうすれば、あなたが異なった行動を取っても驚かずに、役立つフィードバックをしてくれるでしょう！

- 観察できる行動に基づいて彼らのスタイル識別を実践する
- 相手と会話する中で、あなたの直接性・オープンさの修正を実践する
- あなたのペース・優先事項の修正を実践する
- 相手とのコミュニケーションが効果的にできているかフィードバックを求める
- しばらく時間をかけてあなたの経験や、あなたと相手にとって何が有効で、何が無効であったかを振り返る
- あなたが今後も行うべきことや、可能な限り効果的にコミュニケーションを図る為にさらに修正する必要があることを考える

適応性と各スタイルのニーズに慣れてきたら、いろいろな人と試してみましょう！

### 適応性の活動

望み通りに物事がスムーズに運ばなかった関係を選択しましょう。他の人の行動スタイルを理解することに時間をかけ、関係改善の為にあなたの行動を適応させる対策に専念しましょう。

- 1 2つのワークエスションを使って、相手の行動スタイルを識別する：
  - コミュニケーションにおいて、彼らは直接的か間接的か？
  - コミュニケーションにおいて、彼らは慎重かオープンか？
- 2 一緒に働く時には彼らのスタイルを復習し、あなたの直接性・オープンさを適応させる方法を模索する。
- 3 関係上に存在する緊張をさらに理解する為、ペース・優先事項の好みの違いに気付き、それに応じて修正する。
- 4 あなたが考える、彼らが扱ってほしい方法でのアプローチを実践する。最初は気まずく感じるかもしれませんが、実践・適応に専念することで、違いに驚くことでしょ。

## スタイル間の緊張エクササイズ

たとえ人に対して最大限に敬意を払っているつもりでも、スタイルが異なる関係では緊張が存在してしまうかもしれません。このことが行動に関連しているならば、相手が扱ってほしいように彼らを扱うという The Platinum Rule® (プラチナルール) を適用することが役立つ可能性があります。緊張した関係を改善する洞察を得るために、エクササイズを行ってみましょう。

適切と感じる場合には、摩擦を和らげるために自分でできることを相手と話し合っても良いでしょう。

<p>私のスタイル: _____</p> <p>私のペース: _____</p> <p>私の優先事項: _____</p>	<p>関係</p> <p>氏名: <i>John Doe</i></p> <p>スタイル: <i>感化</i></p> <p>ペース: <i>速い</i></p> <p>優先事項: <i>人志向</i></p> <p>違い: <i>速度・優先事項</i></p> <p>戦略: <i>John とより愛想よく、社交的に、明るく、速い速度で対応する</i></p> <p style="text-align: right; font-size: 2em; opacity: 0.5;">SAMPLE</p>
---	--

関係 1	関係 2
<p>氏名: _____</p> <p>スタイル: _____</p> <p>ペース: _____</p> <p>優先事項: _____</p> <p>違い: _____</p> <p>戦略: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>氏名: _____</p> <p>スタイル: _____</p> <p>ペース: _____</p> <p>優先事項: _____</p> <p>違い: _____</p> <p>戦略: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

## DISC パワーチームの結成

メンバー全員が長所を最大限出し合い、個人では苦戦する分野で得意な人にサポートしてもらえる DISC パワーチームを結成するのは、素晴らしいことではないでしょうか？

各スタイルの長所や職場での行動を考えれば、誰が理想的な DISC パワーチームのメンバーであるか分かるでしょう。

	DOMINANT STYLE 主導スタイル	INFLUENCING STYLE 感化スタイル	STEADY STYLE 安定スタイル	CONSCIENTIOUS STYLE 慎重スタイル
長所	管理 リーダーシップ 開拓	説得力がある やる気がある 面白い	聞くこと チームワーク 遂行	計画 体系化 組織化
職場での行動	効率的 活動的 構造的	感化する 活動的 個人主義	友好的 機能的 個人主義	形式的 機能的 構造的
チームメンバー				

次回のプロジェクトの為に、あなたの DISC パワーチームが大きな成果を挙げる方法を考えましょう。

- 長所に基づいて責任を割り当てる
- どんな機会または課題があり、また生じる可能性があるか見極める
- 各チームメンバーにスキル・経験を見せる機会を与える
- チームとしてうまくいっているか定期的に確認し、話し合う
- 役割・長所・ニーズ・要求されるあらゆる追加サポートに関してフィードバックする

## それでは何をする？

本レポートは、あなたのスタイルや4種類の基本的な行動スタイルのそれぞれに関する情報を満載しています。本レポートの応用パートでは、この行動スタイル情報を応用するために多くの方法を提案しています。次の段階に進み、エクササイズを行いましょう。このレポートを棚やファイルにしまい込んではいけません。あなた自身のスタイルを知ることは始まりに過ぎず、あなたの関係全てを改善する為に、この情報を応用できるはずです。

参照する手段としてこのレポートを継続的に利用しましょう。多くの情報が含まれており、たった一回だけ読むために書かれたものではありません。あなたの行動に少しの変化を起こし、その結果を分析しましょう。きっと嬉しい変化に驚くはずですよ。

**The Platinum Rule® - 「相手が扱ってほしいように彼らを扱う」を覚えておきましょう。**