



# 強みストーリー作成ワーク 実施方法

# 強みストーリーワークとは

- ポテクトの分析結果から自分の強みを明確にして、それを分かりやすく人に伝えられるようにします。

## 強みストーリー作成ワーク

**ポテクト  
分析結果**



**強みストーリー**

# 強みストーリーワーク利用のメリット

## ■ 強みストーリーワークを実施するメリット

- 漠然としていた自分の強みが明確になる。
  - 診断テストによる客観的な資質の分析結果から強みストーリーを作成することで、ぼんやりとしていた自分の強みが明確になります。
- 自己理解が深まり、自信がつく。
  - 強みの根拠やメリット・デメリットを深掘していくことで、自分強み・弱みの理解が深まり、自分の強みに自信が持てるようになります。
- 就職活動などで自己PRに活用できる。
  - 質問項目を順番に埋めていくだけで、自分の強みをストーリーで伝える文章を作成できるので、就職活動での自己PR等で活用できます。

# 強みストーリーシート作成手順

## 手順 1

ポテクトを実施して、分析結果を取得します



## 手順 2

強みストーリー作成シートで強みを棚卸しします



## 手順 3

それらをまとめて強みストーリーを作成します



# 強みストーリー作成シート実施方法 (2/5)

## ■ ①原因の洗い出し

- 分析結果と自分の特徴（性格）を紐付け、資質が出現した理由を分析します。

選性検査の分析結果		＜洗い出し＞ この資質が強いことに対し、思い当たる事、行動習慣、癖をできるだけ多く書き出す
【納得できる資質】自己評価も客観評価も高い		
外感性	無意識に外界の刺激を感じ取ろうとする性格	知らず知らず他人を観察している。人が目につかないことも気づくことが多い。常に目新しい情報を探している。
執着性	自分が納得できるまでこだわる性格	ちょっとした位置のずれが気になる。優先順位が低いことでもキリがよくなるまでやってしまう。

分析結果に対して思い当たる習慣・行動・癖をできるだけ多く書き出す。

# 強みストーリー作成シート実施方法 (3/5)

## ■ ②③資質に対する強み弱み分析

- 自分の強みだけでなく、裏側の弱みにも注目することが、結果として強みストーリー作成に役立ちます。

<洗い出し> この資質が強いことに対し、思い当たる事行動習慣を書けるだけ多く書き出す	<強み(表面)分析> この資質が強いことによって、自分、または友達や家族、知人にどんなメリットを与えていますか？	<弱み(裏面)分析> この資質が強いことによって、自分、または友達や家族、知人にどんなデメリットを与えていますか？
知らず知らず他人を観察している。人が目につかないことも気づくことが多い。常に目新しい情報を探している。	髪型や服装の変化に気づいたことに言われる。みんなが知らない面白い情報を提供できる。常に周囲の状況を把握して気配りができる。	相手の話を集中して聞いていないように思われる。注意力が散漫で、勉強や仕事などに集中できていない。新しいことにすぐに取り入れたくなくて、継続できない。必要でないことに時間を使ってしまう。
ちょっとした位相のずれが気になる。優先順位が低いことでもキリがよくなるまでやってしまう。1つのことを周りからやみくもと言われるレベルでやる。	チラシなどを綺麗に分かりやすく作って言われる。ここまでやるかというサプライズを短期間で高品質のモノを作れる。	1つのことに執着して、やるべきことが疎かになる。自分の納得できないことを受け入れられず迷惑をかける。細かいところに意図を取られて、時間を無駄にしてしまう。
その資質によって、自分や家族、友人や知人にどのようなメリット・デメリットがあるか		
関心のあるニュースは入手したいと思う。ファッションなど、世間の流行に関心がある。	世間で流行っている情報を伝えることで言われる。ファッションを友達にアドバイスして言われる。最新のIT知識などを知っている。	人を世間一般と比べてしまうことで、傷つけてしまう。自分自身を世間一般と比べてしまう。自分を認められない。



# 強みストーリー作成シート実施方法 (4/5)

## ■ ④裏づけエピソード

- 資質を証明できる自分のエピソードと紐付けることで、自分の強みを分かりやすく相手に伝えられるようにします。

<p>＜強み（表面）分析＞ この資質が強いことによって、自分、または友達や家族、知人にどんなメリットを与えていますか？</p>	<p>＜弱み（裏面）分析＞ この資質が強いことによって、自分、または友達や家族、知人にどんなデメリットを与えていますか？</p>	<p>＜裏づけエピソード＞ この資質の強みを証明できる、自分だけでなく友達や親も知っているエピソードを書き出す</p>
<p>髪型や服装の変化に気づいたことに喜ばれる。 みんなが知らない面白い情報を提供できる。 常に周囲の状況を把握して気配りができる。</p>	<p>相手の話を集中して聞いていないように思われる。 注意力が散漫で、勉強や仕事などに集中できていない。 新しいことにすぐに取り入れたくなって、継続できない。 必要でないことに時間を使ってしまう。</p>	<p>駅の改札前のカフェで、3時間ずっと改札から出てくる人を観察して、その人の表情や行動から勝手に性格分析していた。</p>
<p>チラシなどを綺麗に折り分けて作りやすく作って喜ばれる。 ここまでやるかというサプライズをして喜ばれる。 短期間で、クオリティの高いモノを作れる。</p>	<p>1つのことに執着して、やるべきことが疎かになる。 自分の納得できないことを受け入れられず迷惑をかける。 細かいところに真摯を取られて、時間を無駄にしてしまう。</p>	<p>自分が企画・演出した文化祭の出し物（演劇）で、とことんこだわって作りこんだ結果、大会で最優秀賞を受賞できた。 納得できるアイテムが手に入るまで、1年で2000時間ほど1つのゲームをやって、結果として知る限り誰も持っていないアイテム</p>
<p>世間で流行っている情報を広めることで喜ばれる。 ファッションを友達にアドバイスし</p>	<p>人を世間一般と比べてしまうことで、傷つけてしまう。</p>	<p>結果おどろかされた。おどろかされた。</p>

その資質の強みを証明できるエピソードを書き出す（聞いた人が「それは良いね！」「変わってるね」などと驚かれるものほど良い。



# 強みストーリー作成シート実施方法 (5/5)

## ■ ⑤自分の強みを伝えるストーリー

- 書き出した内容をまとめて強みストーリーを作成します。

### 【自分の強みを伝えるストーリー】

シート1,2を参考に、自分の強みストーリーを作成します。内容は、①結論→②理由→③具体例→④結論の順番（PREP法）で書くことがおすすめです。

①「なんでそんなこと思いつくの？」と周囲を驚かす【発想力】に自信があります。②私は、これまで多くの斬新なアイデアで周囲の人を驚かせてきました。③会議で効果的なアイデアが出ずに方向性が発散してしまったとき、私の出番はやってきます。私はみんなが思いつかなかった新しい切り口でアイデアを出し、会議を収束させる決定打を出すことができます。また、新しいビジネスのアイデアを出すことも得意で、実際に複数のビジネスを実現してきました。④このように、私の斬新な発想力は新しいビジネスを生み出し、既存のビジネスを加速させることができます。

これまでの記入内容から自分の強みストーリーを作成します。内容は、1.結論→2.理由→3.具体例→4.結論の順番で書くことがおすすめです。

選性検査の分析結果	書き出した項目	書き出した内容	強みストーリーの構成要素
【期待できる資質】自己評価も客観評価も高い	外感性	無意識に外界の刺激を感じ取ろうとする性格	知らず知らずのうちに周囲を観察している。人が目につくことも気づくことができる。常に目新しいものを探している。
執着性	執着性	一つのことに執着して、やるべきことが疎かになる。新しいことにすぐに取り入れられず迷惑をかける。細かいところに意識を取られて、時間を無駄にしてしまう。	注意力が散漫で、勉強や仕事などに集中できていない。新しいことにすぐに取り入れられず迷惑をかける。細かいところに意識を取られて、時間を無駄にしてしまう。
世間性	世間の出来事に関心がある性格	世間で流行っている情報を伝えることが喜ばれる。ファッションを友達にアドバイスして喜ばれる。最新のIT知識などを知っているのによく聞かれる。	世間で流行っている情報を伝えることが喜ばれる。ファッションを友達にアドバイスして喜ばれる。最新のIT知識などを知っているのによく聞かれる。
発想力	周りが驚くような斬新なアイデアを出す力	みんなが思いつかないようなアイデアを出せる。企画のアイデア出しでは、自分のアイデアが通りやすい。ビジネスにおいても斬新なアイデアが生かせることが多い。	周囲の期待を超える発想で、みんなが感動する。みんなが納得するようなアイデアを出せるため、それによって議論が進む。差別化されたビジネスを生み出すことができる。

書き出した項目から、自分らしい強みと思える1つの資質を選んで書くと、より深い内容で書けるのでおすすめです。