

エゴグラムチェックシート

作成日

氏名

答えを右の中から選んで数字
(3,2,1,0)で空いている欄へ記入して下さい。
あまり深く考えないで気楽にやって
下さい。

はい	いつも……………	3
	しばしば……………	2
	ときどき……………	1
いいえ	めったにない……………	0

CP NP A PC AC							CP NP A PC AC						
1	動作がきびきびしていて能率的である			2			27	「…すべきだ」というような言い方をする	1				
2	あけっぴろげで自由である				0		28	じっとおとなしくしているのが苦手である				1	
3	相手を見下す	0					29	規則を正しく守る	3				
4	周囲の人にうまく合わせていく					3	30	わりあい人扱いがうまい					2
5	伝統を大切にする	1					31	相手に喜んでもらえるよう努力する					3
6	相手の長所によく気がつき、ほめてやる		3				32	言いたいことを遠慮無く言う				3	
7	相手の話には共感する		2				33	いろいろな情報(事情)を集めてよく考える			3		
8	現実を良く見て判断する			3			34	わがままである				0	
9	感情をすぐ顔に表す				0		35	「すみません」「ごめんなさい」をいう					0
10	物事に批判的である	1					36	自分の感情をまじえないで判断する			3		
11	遠慮深く、消極的である					0	37	好奇心が強い				3	
12	思いやりの気持ちが強い		2				38	まわりを気にしない				0	
13	いやなことは理屈を付けて後回しにする					0	39	理想を求めている	3				
14	責任感を大切にする	3					40	実行する前にしっかり計画を立てる			3		
15	まっすぐな姿勢で相手の顔を見ながら話す			3			41	会話では感情的にならない			2		
16	不平不満がたくさんある					1	42	困っている人を見たら、なぐさめてやる		3			
17	人の世話をよくする		2				43	奉仕活動では人の先に立って働く		1			
18	相手の顔色をうかがう					1	44	意見を強くハッキリ主張する	3				
19	「なぜ」「どのように」という言い方をする			2			45	理屈よりも直感で決める				0	
20	道徳的である	2					46	融通が利く		2			
21	物事の判断が正確である			3			47	欲しいものはあくまで欲しがる				1	
22	「わあ」「へえ」などと驚きを表す				0		48	相手の失敗を素直に許してやる		3			
23	相手の失敗や欠点に厳しい	1					49	誰とでもよく話す			2		
24	料理、洗濯、掃除などを積極的にする		0				50	頼まれたらイヤとはいえない		1			
25	思っていることを口に出せないたちである					0	空欄の数字合計を各列毎に合計して下さい						
26	上手に言い訳をする					0	合 計		CP	NP	A	PC	AC
										18	19	26	8