

# 脳回路タイプ診断【ハートフルライフカウンセラー学院 学院長・石川千鶴 考案】

- 各質問について、「はい」「時々」「いいえ」の中から、自分に一番近い答えを選んでください。
- 答えの点数を①②③のところにある四角に記入してください。
- 30問終わったら、①②③までの合計数をそれぞれ計算します。

	質問	はい	時々	いいえ
1	不安・辛い・悲しいと感じることが多いですか	2点	1点	0点
2	怒り、不満、うんざりと感じることが多いですか	2点	1点	0点
3	人と話をするとき相手の気持ちが気になる	2点	1点	0点
4	もっと違った自分であればと思う	2点	1点	0点
5	周囲の人に恵まれていない	2点	1点	0点
6	今の時代は努力が報われない	2点	1点	0点
7	周囲から非難を受けると不機嫌になる	2点	1点	0点
8	自分のことを愛してくれている人はいない	2点	1点	0点
9	成功は実力よりも運による決まる	2点	1点	0点
10	本心を人に見せてはいけない	2点	1点	0点
11	自分は人よりも劣っている	2点	1点	0点
12	物事を決めるときに周囲の意見を聞くことは大切	2点	1点	0点
13	他の人は何をするかわからない	2点	1点	0点
14	みんなに好かれたいいけない	2点	1点	0点
15	自分は嫌われ者だ	2点	1点	0点
16	弱い人間には人は冷たく利用する	2点	1点	0点
17	生まれた時に運命は決まっている	2点	1点	0点
18	自分はもっと優秀でなければならない	2点	1点	0点
19	あきらめ、面倒、恐怖を感じる事が多い	2点	1点	0点
20	周囲は敵ばかりなので私の気持ちを理解できる人はいない	2点	1点	0点
21	いつも失敗ばかりする	2点	1点	0点
22	大きな企業に入ることは将来安泰である	2点	1点	0点
23	自分は醜く価値がない	2点	1点	0点
24	なるべく目立たないように生きたい	2点	1点	0点
25	人は自分にしか関心がない	2点	1点	0点
26	会社は戦場である	2点	1点	0点
27	トップより2番手や参謀でいる方が自分には合っている	2点	1点	0点
28	女性が社会で活躍するには世の中が変わらないと難しい	2点	1点	0点
29	非難されたり、苦情を言われると、腹が立つのはあたりまえ	2点	1点	0点
30	自分のことは人に頼らず自分で行くべきである	2点	1点	0点

①
②
③

合計

①の点数が最も多い人は「自分否定タイプ」です  
 ②の点数が最も多い人は「他人否定タイプ」です  
 ③の点数が最も多い人は「世の中否定タイプ」です