

【自分の強みを見つけ、活かす方法】

① 友達や同僚、家族に聞く

② 強みがわかる診断ツールを使う(VIA-IS、ストレングスファインダー)

1、 2、 3、 4、 5、

③ 他の人は出来ないけど、自分ではできることを考える

④ 当たり前のできることを考える

⑤ 自分の中で一番優れていることを考える

⑥ 成功体験を思い出す

上記の強みをかけ合わせて、貢献出来る事を探す。

(相手の困りごと、解決したいことを考える)

【 】×【 】×【 】
=【 】