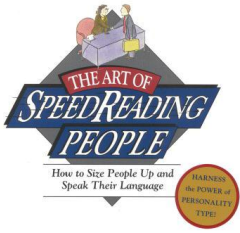


BY THE AUTHORS OF DO WHAT YOU ARE,
THE 500,000-COPY BESTSELLER



Paul D. Tieger & Barbara Barron-Tieger

性格速読法

～相手の性格を把握し、相手に合った言葉でコミュニケーションを取る方法～

The Art of SpeedReading People:

How to Size People Up and Speak Their Language

ポール D・ティーガー、バーバラ・バロン - ティーガー 共著

著者紹介

ポール D・ティーガーとバーバラ・バロン - ティーガーは、「Do What Your Are」、「Nurture by Nature」および「Just Your Type」の共著者です。また、過去25年間で、性格型を応用し、何千人ものマネジャー、カウンセラー、教師に教育を提供してきました。

Product Details

Hardcover: 208 pages

Publisher: Little Brown & Co (T); 1st edition (February 1998)

Language: English

ISBN-10: 0316845256

ISBN-13:
978-0316845250

Product Dimensions:
9.6 x 7.6 x 0.9 inches

Amazon :
<http://amzn.to/g85IiZ>

まずは3分間で理解する「本書の要点」

- ・ 性格を素早く理解する方法を学ぶと、相手の好きな形で会話を進めることができる
- ・ 性格には4つの側面がある：「内向型」あるいは「外向型」、「現実型」あるいは「直感型」「思考型」あるいは「情緒型」、「判断型」あるいは「知覚型」である
- ・ 一般的にグループで行動することで外向型はやる気を感じる。内向型は通常、1対1を好み、より深く交流したいと思っている
- ・ 現実型は事実と詳細を重要視する。直感型は可能性や「全体図」を理解することにより興味を持っている
- ・ 思考型は論理的および分析的に考える。情緒型は感性が豊かで感情移入しやすい
- ・ 判断型は計画的で決断力がある。一方、知覚型は選択の余地を残しておく傾向にある
- ・ 上記組み合わせにより、「伝統主義者」「経験者」「概念形成者」「理想主義者」かが決まる
- ・ 伝統主義者は責任感が最も強く、理想主義者は最も感情移入しやすい
- ・ 経験者は自立しており自由な精神を持っている。概念形成者は戦略的で客観的に判断する
- ・ 性格型は持って生まれたものである—右利きか左利きかと同じである

この要約書で学べる事とは？

- 1) 性格型を使って人の性格を読み取る方法とは？
- 2) その情報を使ってより円滑に意思疎通を図る方法とは？

本書の推薦コメント

本書は文章の速読ではなく、相手の性格を「素早く読み取る」方法を学べる1冊です。少し練習すれば自分の性格型や出会った人の性格型を素早く理解する事が出来るようになります。もし、すでにマイヤーズ・ブリッグス®モデル¹を良く知っているのなら、本書に書かれていることのほとんどは真新しいものではありません。著者は4種類の気質とそれを特定する16個の性格型を非常に細かく説明しています。またもしマイヤーズのモデルを知らない、あるいはその理論に沿って人を素早く理解する方法を学びたいと思っているならば本書をお勧めします。この技術を学ぶことで、より良い人間関係を築いたり、円滑なコミュニケーションを出来るようになります。あらゆる人に読んでもらいたい、非常に興味深い1冊です。

より良いコミュニケーションをとりたいと考える時、相手の性格型を知ることは大きな助けとなります。どの人にも必ず生まれながらにして持ち合わせている性格があり、他人はもちろん、自身でもその型を操作出来るものではありません。この書で得ることが出来るのは、性格型の調べ方とそれぞれの特徴に合わせた接し方です。性格型の分析を活用する際には相手の性格を誤分析することがないよう、的確な見極めをすることが重要です。

■ どんな性格？

人を「素早く理解する」ことは、他の人の性格型を特定する上で助けになります。見識のある経営者は性格に関する知識を活用し、従業員の士気を上げたり、より効果的なワークチームを作ったりしています。同僚の性格型を素早く評価することは、「素早く理解すること」の1つの形です。もし効果的に他人を素早く理解する事が出来たら、相手の好きな形で会話をすることが出来ます。そうすることで、自分のアイデアを相手により簡単に伝えることが出来ます。

相手を理解することは、即ち相手の性格を理解することであり、それは自身の関係作りに役立つことです。円滑な人間関係こそ、すべてのアクティビティの骨幹となる部分になるのです

■ 4つの性格構成

性格型はそれぞれ、4つの側面で構成されています。それは「外向型」または「内向型」、「現実型」または「直感型」、「思考型」または「情緒型」そして「判断型」または「知覚型」であり、人は誰もがいずれか1つに当てはまります。自覚しているかないかに関わらず、人は自然と各ペアのう

ち1つの型を身につけています。自分の性格型を特定してみてください。もし、どの型が自分に当てはまるか説明を読んでも分からない場合、自分の感じ方に一番近いと思うものを選んで下さい。その選択が正しいかどうか、後でわかります。自分の型を明確にする際、次に書かれた質問に答えて下さい。

～以下4つの性格構成について～

- 1 【外向型か内向型か】 — どのような時にやる気を感じますか？グループで活動するのが好きですか？それとも1人の方が好きですか？もしグループでいることが好きならば、外向型と言えるでしょう。内向型の方は1人であることが多く、孤独を好む傾向にあります。外向型なら「E」を、内向型なら「I」と書いて下さい。
- 2 【現実型か直感型か】 — 事実と詳細を重要視しますか？それとも、情報に潜在する意味を理解するのに時間をかける方が好きですか？現実型は事実志向で、五感で得た知識に反応します。第六感に反応する人は直感型です。現実型はより地に足が付いており、直感型はより創造力に富み、クリエイティブです。現実型なら「S」、直感型なら「N」と書いて下さい。
- 3 【思考型か情緒型か】 — 客観的に判断を下していますか？賛成と反対、両方の意見を慎重に比較検討していますか？それとも、自分自身および他人の感情を考慮することが多いですか？思考型は非常に論理的および分析的に物事を考えるタイプであり、情緒型は感受性が豊かで感情移入しやすいタイプです。もし論理的な議論が好みであれば、思考型の「T」を、もし感情に訴えるアプローチ

本文中のポイントについて

ポイント1：不規則に見える振舞いも、実際は非常に分かりやすく、往々にして推測できるものである

ポイント2：性格型は、4つの要素に対するその人の好みを反映させた4つの頭文字で表すことが出来る

ポイント3：誰かにとって秘密の事柄を知っていると主張してはいけない。また、その情報を他人と共有してはいけない

ポイント4：性格型に関する想像は間違っている可能性があることを否定してはいけない。実用的な仮説としてとらえること

が重要だと思えば情緒型の「F」を書いて下さい。

～以下4つの気質について～

- 4 判断型か知覚型か — 自分の世界をどのように整理していますか？時間を十分ににして、時間厳守していますか？あるいは、常に遅刻していませんか？判断型は知覚型と比べて慎重に行動を取ります。判断型は、物事を完璧にこなした時に力が湧いてくるのを感じます。その一方で、新しいプロジェクトが始まると、知覚型はやる気を出します。もし、一日の予定を段階的に細かく組み立てることが多いなら、判断型の「J」を、もし「今時間を作ります」と言う事が多いなら知覚型の「P」を書いて下さい。

以上の説明を読んで書いた4つの頭文字が、あなたの仮の性格型です。もし選ぶのが困難なペアがあったのなら、今一度その項目に戻って考えてみて下さい。すべて選んだら、次の16個の性格型の説明を読んで下さい。不確かながらも自分で選んだ4つの頭文字を当てはめ、説明が自分の性格に近いかどうか考えて下さい。

人の性格は4つのタイプから形成されていますが、各タイプ内には相反する型があり、自分がどちらに共感を覚えるかで型が分かります。

■4つの気質を理解する

16個の性格型は4つの気質に分類する事が出来ます。4つの気質に分類することで、特定の性格型同士の繋がりが見えます。よって、4つの気質を知ることで、出会った人を評価するための効果的で簡単な方法を学ぶことが出来ます。

1. 【伝統主義者 (ESTJ, ISTJ, ESFJ, ISFJ)】
—このカテゴリーに当てはまる人は、「現実的判断型 (SJ)」です。労働倫理に加え、事実と詳細に注目するため、この気質の人は非常に責任感が強いと言われています。
2. 【経験者 (ESTP, ISTP, ESFP, ISFP)】
—この自発型の人には「現実的知覚型 (SP)」です。米国人のおよそ30%を占めます。
3. 【概念形成者 (ENTJ, ENTP, INTJ, INTP)】
—この「直感思考型 (NT)」の人は、論理的で客観的な独自の判断を下すタイプです。米国人の約15%が概念形成者であり、将来や全体図に焦点を当てる傾向にあります。
4. 【理想主義者 (ENFJ, INFJ, ENFP, INFP)】
—この「直感情緒型 (NF)」もまた、全体図に焦点を当てますが、価値に基づいて判断を下します。理想主義者はまず、自分の判断が他人にどのような影響を与えるか考慮します。また、感情移入しやすいタイプです。このタイプは米国人の約15%を占めます。

それぞれの性格型を知れば、それを基にどのような気質を持っているのかを4タイプに分類出来ます。自分自身やパートナーと一緒に試して見て下さい。

■16個の性格型を読み取る

4種類の気質の基本を理解することで、誰かを素早く理解しようとする際に、特定のヒントを見つけることが出来るようになります。

本文中のポイントについて

ポイント5：明らかに、時間の管理の仕方を教える講座は、判断型の人によって知覚型の人のために作られたものである

ポイント6：性質と傾向が理由で、どの性格型も生まれながらの長所と潜在的短所がある

ポイント7：外向型を選べないのは、右利きや青い目を選んで生まれる事が出来ないことと同じである

～以下16個の性格型について～

■伝統主義者

ESTJ 型

(外向型、現実型、思考型、判断型)の人は、伝統主義者の中でも自己主張が最も強いです。決断が素早く、時には他人が必要とするものを犠牲にすることがあります。また、保守的な格好をする傾向にあります。ESTJ 型の人はプロジェクトの管理を引き受けたりしますが、偉そうに振舞ったり、支配的な態度を取ったりすることがあります。このタイプの人には責任のあるポジションに付いている場合が多いです。ESTJ 型の人にははっきりとした態度を取って下さい。彼らは物事を個人的に受け取る事はしませんし、引き下がらない態度を尊重してくれます。また、自分の主張は個人的訴えではなく、根拠と論理に基づいて行うことが大切です。

ISTJ 型

(内向型、現実型、思考型、判断型)は、現実主義者の中でも最も保守的です。クラシックで仕立てのきちんとした格好を好みます。また、1人で長時間ウォーキングする事が好きです。彼らの集中する能力は素晴らしい長所の1つですが、一心不乱になることは柔軟性がないことを意味する場合があります。このタイプの人には自分の責任をまず果たそうとします。彼らと話す際は、伝えたいメッセージはシンプルにすることが大切です。要点を順序立てて説明して下さい。また、自分の立場を明確にして下さい。

ESFJ 型

(外向型、現実型、情緒型、判断型)の人は、友好的で社交的です。情熱的に握手をしたり、肩に触れてきたり、時には強い抱擁をしてきたりします。また、もし多少の支配欲があるなら、熱心な

奉仕活動家でもあります。彼らの気持ちを尊重して下さい。非合理的あるいは情緒過剰であるなどと注意してはいけません。もしどうしても批判しなければならない時は、まず、賛同できる部分をお話することから始めるようにして下さい。このタイプの人には物事を個人的に受け取り、責められていると感じると話を聞かない傾向にあります。

ISFJ 型

(内向型、現実型、情緒型、判断型)は、静かで、謙虚で、我慢強い人です。舞台裏の仕事が好きで、多く、一生懸命働き、ルールを守ります。また、柔らかな話し方で細心の注意を払って会話をします。時にははっきりしない態度のせいで、他人に利用されてしまう場合があります。忠実な友人ではありますが、その一方で信頼出来ない人と物事を共有する事を不快に思っています。このタイプの人と話す時は、伝えたいメッセージを具体的にすることが大切です。彼らに何を期待しているのか、正確に伝えて下さい。彼らのプライバシーを尊重し、万が一気持ちを傷つけてしまったら、きちんと謝りましょう。

強い責任感を持つ伝統主義者は、筋道が立てられた話には耳を傾ける傾向がありますので、接し方には注意が必要です。ひとつひとつの出来事を丁寧に、納得いくまで話す必要があります。

■経験者

ESTP 型

(外向型、現実型、思考型、知覚型)は、自分の行動を新しい状況に簡単に適応させることが出来ます。このタイプの人には簡単に理解する事は出来ません。一般的に、彼らは社交的で、エネルギーに溢れ、活動的で、冗談—時には悪い冗談—を

本文中のポイントについて

ポイント8: 外向型は1つのことに集中しない言い訳を見つけることで知られている。

なぜなら、彼らは様々な外的刺激に強い興味があり、それからエネルギーを得るからである

言うのが上手です。彼らと話をする際は、現実的な結果を強調し、会話を楽しいものにすることが大切です。

ISTP 型

(内向型、現実型、思考型、知覚型)は静かで、控えめな性質なため、このタイプも素早く理解することは簡単ではありません。彼らの言葉より行動でどのような人間なのか見極める必要があります。ISTP 型の人には社会活動よりも肉体的活動を好みます。多くの人が「アドレナリン中毒者」です。他人の意見よりも自分が快適に感じることを大切にしています。警察官や消防隊員のように危険が伴う職業に魅力を感じる傾向にあります。このタイプの人と会話をする時は、ルールを強要してはいけません。

ESFP 型

(外向型、現実型、情緒型、知覚型)は、暖かく友好的な人で、楽観的な性質の持ち主です。陽気でエネルギーに溢れており、パーティが大好きです。また、楽しい事をするのが好きです。彼らの人生に対する気楽な態度を、大胆で明るい色の服装をすることから見る事が出来るでしょう。神経質になった人には良い反応は示さないため、彼らといる時はリラックスしていることが大切です。毎日の業務の中で楽しい事を探してみてください。

ISFP 型

(内向型、現実型、情緒型、知覚型)は穏やかな話し方をする、謙虚な人です。非常に思いやりがあり、世話好きです。しかし、表面上は冷たい印象があります。このタイプの性格を持った人は、自己主張をしません。自分の自由時間を大切に、ハイキングや映画鑑賞など感覚に訴える活動を楽しむ傾向にあります。自分のアイデアが人の

メリットになる仕組みを示すことで、このタイプの人の他人を助けたいと言う欲求に訴えましょう。

経験者型の人たちは、掴みどころがないと感じる時もある、不思議な側面を持っています。しかし本質は温かみがあり、楽しい性格です。

■概念形成者

ENTJ 型

(外向型、直感型、思考型、判断型)は、極度にリーダーシップを発揮する性質です。複雑な問題をすぐに理解し、自信に充ち溢れています。時には人を見下したような態度、さらには傲慢な態度を取ることがあります。語彙力に富み、リーダーのポジションに就くことが多いです。大胆で革新的なアプローチを歓迎します。自分の提案が論理的でよく考慮されたものであることを確認して下さい。彼らはわざと反対し、あなたの立場に挑戦してくることがあることを予測して置いて下さい。

INTJ 型

(内向型、直感型、思考型、判断型)は、16個の性格型の中で最も自立しています。このタイプの人には非常に複雑であるため、他人が理解することは困難なことです。彼らは知的な問題を好みます。好印象を持ってもらうには、アイデアの実行の裏にある戦略に集中することが大切です。自分のコンセプトが全体図にどのように合致するのか示して下さい。

ENTP 型

(外向型、直感型、思考型、知覚型)は、魅力的でカリスマ性があり、異性の気を引こうとします。

本文中のポイントについて

ポイント 9: 「知らない人と話してはいけない」という警告は、外向型の子供より内向型の子供が従う傾向が強い

ポイント 10: 現実型は木を見て、直感型は森を見る

劇的な出来事を引き起こす素質を持っています。時には、彼らは誠実であると言いきれない場合もあります。また、直情的で自発的です。約束を後回しにしてしまう傾向にあります。このタイプの人間にアイデアを提案する時は、山のような質問に対処する準備をして下さい。彼らはアイデアを発展させることを好み、それに自分の特徴を載せたいと思っています。

INTP 型

(内向型、直感型、思考型、知覚型)は、非常に引込み思案です。優秀で、戦略的な思想家である場合が多く、複雑で興味深い問題の対処を得意としています。彼らは当然なことのようコンピュータが好きです。彼らの専門知識を尊重しているところを示して下さい。自分のアイデアに興味を持ってもらうためには、彼らの独創的な問題解決能力にアプローチしてみてください。

概念形成者は聡明で判断力に優れています。舞台の表・裏に関わらず、戦略的に活躍する立場であることが多いようです。

■理想主義者

ENFJ 型

(外向型、直感型、情緒型、判断型)は、非常に優れたコミュニケーション能力を持っています。アイコンタクトを維持し、頻繁に身体に触れ、オープンに人を褒めます。批判に対し敏感で、常に、人の気持ちを傷つけるくらいなら身を引こうとします。他の人が自分をどのように判断しているのか気にします。中立な立場に立ち、好意的な評価を伝えてあげましょう。このタイプの人と話をする際は、言葉は行動よりも大きな意味を持ちます。

INFJ 型

(内向型、直感型、情緒型、判断型)は、自分の人格を高く評価し、強い意見を持っており、彼らの意思を変えることは難しいことです。彼らの態度は、心に深く刻まれた価値観と信念に基づいたものです。儉約家でありやりくりが上手なため、派手な格好をしていることは滅多にありません。自分のアイデアがどのように人を助けるか、将来のメリットに焦点を当てながら彼らに話して下さい。全体を背景に提案することが大切です。

ENFP 型

(外向型、直感型、情緒型、知覚型)は社交的で交友的で話好きです。新しい可能性がある、やる気が出ます。冗談が好きで、よく話をしますが、時には相応しくない言葉を使うことがあります。自分のために洋服を選び、「芸術家気どり」のような格好をすることが多いです。詳細やルール、手続きなどで彼らを抑え込んではいけません。このタイプの人には独特で便利な解決策を生み出すことが大好きです。彼らの創造性に挑戦して下さい。

INFP 型

(内向型、直感型、情緒型、知覚型)は、16個の性格型の中で最も理想主義です。非常に感性が豊かで深い愛情を持っています。非現実的になる事があります。彼らは自分の喜びのために洋服を選びます。ほんのわずかな人にしか本当の自分を見せません。相手のことを知るまで、冷淡な態度やそっけない態度を取ることがあります。INFP 型の人にとって大切なことを否定するようなことはしてはいけません。その人との人間関係を永遠に壊してしまう可能性があります。繊細な問題を扱う時は、慎重になって下さい。

感情に左右されることがあり、やや独創的な雰囲気を

本文中のポイントについて

ポイント 11 : 情緒型はより簡単にそしてより頻繁に傷つけられる傾向にあり、思考型はその原因を自分が作っている事に気付く

ポイント 12 : 知覚型にとって、締切日は目覚まし時計のアラームが鳴らされる日のようである。そのアラームが始まりの合図である

持つ理想主義者は、実はデリケートで、自己保守的な為、自分の意志を強く持っているという頑固な一面を併せ持っています。

■注意して次へ進む

相手を素早く理解するスキルを適用する際は、分類されることが好きではないという人が沢山いることに注意して下さい。相手の性格型に対する最初の想像が間違いである可能性があることを認識し、自分の評価だけに基づいて判断することは避けて下さい。相手を素早く理解することの最終目的は、「他人と繋がりを持つ事であり、疎遠になることではない」ということを忘れないで下さい。このスキルを巧みに、そして戦略的に使ってください。そうすることで、小競り合いを解決し、より効果的にコミュニケーションが取れるようになります。

相手の性格型を分析することは、周りとのコミュニケーション作りの為に役立ちますが、その判断を誤ったり、分析を押しつけたりするようなことは避け、あくまで自分自身の中におけるスムーズな対人関係作りの助けとするべきではないでしょうか。

本文中の注釈について

1. **マイヤーズ・ブリッグス®モデル**: マイヤーズ・ブリッグス式性格分析テストのこと。スイスの心理学者カール・ユングの心理学的類型論をもとに、1960年代に米国のブリッグス (Briggs, K) とマイヤーズ (Myers, I) によって研究開発された、人と人との違いを知ってお互いに尊重しあえることを目的に作られた、類型論に基づく国際規格の性格検査。欧米諸国では、人材育成、キャリアカウンセリング分野で、標準的な検査として最も多く利用されている。