

各質問について、
あてはまるもの1つに○をつける

前半質問項目	はい	いいえ	どちらでもない
01. すぐに決心がつく方だと思う。			
02. 一度決めたことを後から変えることができる。			
03. 考えるより、まず行動するタイプだと思う。			
04. のんびり屋さんだと思う。			
05. 感情がすぐ表に出してしまう。			
06. よくはしゃいでしまう。			
07. 気持ちが変わりやすい方だと思う。			
08. テキパキ行動する方だと思う。			
09. 派手なファッションやメイクが好きだと思う。			
10. 勉強やバイトに夢中になって取り組むと思う。			
11. なげやりになることが多い。			
12. 結構、無駄遣いすることが多い。			
13. 人と話をするのが大好きだ。			
14. 冗談を言って他人を笑わせるのが好きだ。			
15. 人からおだてられやすい方だと思う。			
16. 人をお願いごとをすることにあまり抵抗感はない。			
17. リーダーシップがある方だと思う。			
18. 人の意見は素直に聞き入れると思う。			
19. 「気が利くね」と人によくほめられる。			
20. 他人にすぐ同情してしまいやすい。			
21. 他人の言ったことをすぐ信じこんでしまう。			
22. 人前で話すことはあまり苦にならない。			
23. 色んな人と気軽に付き合うことができると思う。			
24. 他人の世話をするのは苦痛ではない。			
25. 他人のために何かをしてあげることが好きだと思う。			

「はい」の数・・・ () 個

「どちらでもない」の数・・・ () 個

各質問について、
あてはまるもの1つに○をつける

後半質問項目	はい	いいえ	どちらでもない
26. ささいなことがすごく気になる。			
27. じっくり考えて、物事を実行する方だと思う。			
28. はじけた性格ではないと思う。			
29. 一度失敗したら二度と挑戦したくないと思う。			
30. 無口な方だと思う。			
31. 一つの考え方にとらわれ、凝り固まることが多い。			
32. 辛抱強い方だと思う。			
33. 理屈っぽいね、とよく言われる。			
34. ありふれた意見よりもとんがった意見が好きである。			
35. 用心深い方だと思う。			
36. 細かいところまで注意が行き届く方だと思う。			
37. よく空想にふけることがある。			
38. 潔癖症かも、と心配になることがある。			
39. どっちかと言うと、気難しい性格だと思う。			
40. かたくなに意地をはることが多い。			
41. 他人や社会に対して不満が多い。			
42. 自分の評判がとても気になる。			
43. 他人にダメ出しすることが多い。			
44. 人から指図されるのは正直嫌いである。			
45. 他人に言えない秘密が多い。			
46. 嫌な気持ちをずっとひきづる方だ。			
47. 恥ずかしがり屋だと思う。			
48. 一人でいてもあまり苦にならない。			
49. 友達を作るって大変なことだなとつくづく思う。			
50. 引っ込み思案な方だと思う。			

「いいえ」の数・・・ () 個

「どちらでもない」の数・・・ () 個

③全ての回答が終了しましたので、以下の表に従い「前半の質問項目」(01~25)の得点を計算します。

- ・まず「はい」の個数×4、「どちらでもない」の個数×2を行い、得点 [a1] と [a2] を算出します。
- ・上記の得点 [a1] と [a2] を足し合わせると、前半質問項目の合計得点 [A] が算出されます。

<前半質問項目の得点計算>

「はい」の数×4＝	()点 [a1]
「どちらでもない」×2＝	()点 [a2]
合計得点 (a1+a2)	()点 [A]

④今度は「後半の質問項目」(26~50)の得点を以下の表に従い計算します。

- ・まず「いいえ」の個数×4、「どちらでもない」の個数×2を行い、得点 [b1] と [b2] を算出します。
- ・上記の得点 [b1] と [b2] を足し合わせると、後半質問項目の合計得点 [B] が算出されます。

<後半質問項目の得点計算>

「いいえ」の数×4＝	()点 [b1]
「どちらでもない」×2＝	()点 [b2]
合計得点 (b1+b2)	()点 [B]

⑤最後に、③の合計得点 [A] と④の合計得点 [B] を足し合わせて下さい。

これが最終スコア(総合得点)になります。

私の最終スコアは、()点である！

日本人の標準的な得点範囲・・・60点～160点

101点以上→どちらかという和外向的な性格

100点以下の場合→どちらかという和内向的な性格 になります。