

つきたい能力一覧表

※ 自分の目標に合わせ、つきたい能力を選ぼう。

		能力名	意味
目標を設定する		自己理解力	自分の得意なこと、苦手なことがわかる力
		改善力	振り返りや周りの人のアドバイスから自分を見直し、よりよくする力
		挑戦力	難しいことでも、失敗を恐れないで挑戦しようとする力
		探求力	新しいものに様々な疑問をもち、もっと知りたいと思う力
自己を管理する		計画力	問題解決に向け、何が必要か考え、計画を立てる力
		忍耐力	目標を達成するために、つらいことも粘り強くやり続ける力
		集中力	周りからの誘惑に左右されず、集中して取り組む力
		道徳力	善悪を判断し、善いことを行おうとする力
他者を理解する		共感力	周りの人の気持ちを考え、自分のことのように感じる力
		肯定力	自分と違う意見を前向きに受け止める力
		感謝力	当たり前のことにも「ありがとう」と思い、感謝する力
		尊敬力	相手を「すごい」と思い、自分も真似しようとする力
集団の中で協働する		発信力	自分の意見を積極的に発信する力
		傾聴力	相手の話を最後まで注意深く聞く力
		公共力	自分の役割をみつけ、その役割をやりきる力
		他者調整力	周りの人に合わせて、自分の意見や行動を変える力
自己の価値を肯定する		プラス思考力	気持ちが落ち込んでも、ポジティブに考えられる力
		健康管理力	自分の体や心を大切にし、健康に気を遣う力
		自立力	周りの人に任せるのではなく、自分自身でやろうとする力
		意思実行力	自分でやると決めたことは、最後までやり遂げる力