

自己肯定が得意な人

気持ちが安定しており、悩みが少ないタイプです。緊張や怒りとは縁が薄く、感情的になることはありません。ストレスに強いので幸福度は高い傾向にあります。予期しないことにも落ち着いて対応できる性格の持ち主です。

長所・強み

冷静	プレッシャーに強い
温和	誘惑に強い

仕事関連

メンタルが安定しており、精神的にタフさな仕事でも問題なくこなせる強みがあります。クレーム処理が多い仕事でも他の人よりストレスを感じることなく対応できます。もしかしたら、周りからマイペースで動きが遅いと思われる可能性がありますので注意が必要です。

向いているかもしれない仕事

カスタマーサービス	営業
コールセンター	教師
接客業	



自己肯定が苦手な人

ストレスに弱く、不安を抱えやすい傾向にあります。繊細で周囲からの刺激に対して敏感なため、上手く空気を読んだり、素早く反応して対処することができます。ネガティブに考えることが多いため、うつ病にならないよう注意が必要です。

長所・強み

空気を読む	行動が素早い
気配りができる	危機察知能力が高い

仕事関連

敏感さが必要なクリエイター系、危機管理能力の高さが求められるシステム系や法務系などが向いています。逆に精神的にタフでないとやれないようなクレーム処理の多い仕事は向きませんので、そういった職種は避けるようにしましょう。

向いているかもしれない仕事

医療関係	カウンセラー
クリエイター	法律関係
システムエンジニア	