

自分を知ること、もっと未来が見えてくる。

スチューデントEQで自己発見、自己診断してみよう。

EQってなに？

感情を上手に管理し、利用できる能力です。

私たちは普段、無意識に自分と相手の気持ちを感じたり、気持ちを切り替えたりしています。そして自分をコントロールし、周囲との関係を作りながら社会生活を送るときに働いている力「EQ=感情能力」なのです。

スチューデントEQ (=SEQ) ってどんなもの？

EQの発揮のされ方には一人ひとりに特徴があります。

この目には見えないEQを把握しやすいように数値化した画期的な検査が「スチューデントEQ (SEQ)」です。自分の行動の特徴がわかり、特徴がわかれば自分の行動のどこをどう変えればいいのかわかります。

EQ理論の活用と実績

アメリカの心理学者によって提唱された「EQ理論」

EQ理論はピーター・サロベイ博士(イエール大学学長(2017年1月現在))とジョン・メイヤー博士(ニューハンプシャー大学)によって1990年に発表されました。情動を上手に調整したり利用したりすることも知能の一部であるという点が新鮮で、そしてそれが誰にも備わっていて、開発することが可能だとされたことで一気に広がりました。



ピーター・サロベイ博士 ジョン・メイヤー博士

ビジネスシーンから活用が広がったEQ

メンタルタフネスを高め、チームワークを築き、成果をあげるための基礎力として、現在、多くの企業や組織でEQ理論は取り入れられています。SEQと共通の検査項目で作られている社会人向け検査システム「EQI」は、教育や採用など様々なビジネスシーンで活用され、30万人以上の受診実績を重ねています。

これまでに約10万人の大学生が活用

SEQは、唯一の大学生向けのEQ検査です。新入生向けのセミナーや、キャリアデザイン・就職活動・資格取得の講座や授業の中で、また、コミュニケーションやチームワークを高めるためのツールとして多くの大学で導入されており、受診実績は全国で約10万人にのぼります。

SEQの3つの知性、8つの能力、24の素養で自分ができる。

SEQは、3つの知性とこれを構成する8つの能力、その能力を生み出す24の素養で構成されます。



SEQにおける3つの知性



これが重要!
行動の変化をふりかえる。
次の目標をたてる!
変化がわかって
次の目標をたてやすい!

SEQは体験の前後で受けるとより効果的!

受診して終わり、ではなく、解説会やセミナーで、あなたのチャレンジと成長をサポートします。



STEP 1 SEQを受診する

SEQは、webで受診できます。ご自宅を受診完了後、約2週間で診断結果をお返します。あなたのEQ発揮度がわかる「アセスメントシート」と、診断結果の詳しい読み取り方や活用方法をガイドする「ハンドブック」「ワークシート」を同封し、一人ずつ封筒に入れてお渡します。



STEP 2 自分の特徴がわかる

総合・詳細・個人遷移の3つのアセスメントシートによって、あなたがどのようにEQを発揮しているのかを知ることができます。

- 総合**
「3つの知性8つの能力・24の素養」で分析・表現しています。
- 詳細**
「24の素養」の結果に基づく状態をコメントしています。
- 個人遷移**
前回受診したときとの変化を見ることができます。



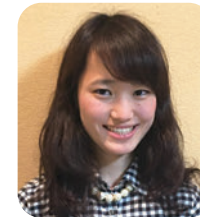
STEP 3 やるべきことがわかる

「SEQアドバイザー」という資格者が、SEQを十分活用していただくためのセミナーや解説会を行っています。自己分析・自己開発のためのヒントがたくさん詰まったセミナー・解説会にぜひご参加ください。



2回以上受診して「自分」を変えた先輩たちの声

「海外での経験が大きな自信となり、SEQの結果にも成長がありました」
榎原 彩夏さん (島根大学)



シドニー異文化体験ツアー参加後、SEQの結果に大きな変化がありました。中でも最も変化、成長が見られたのはセルフ・エフィカシーでした。シドニーツアーでは携帯等の電子機器を使わず、自力で目的地を目指さなければならないため、滞在中は様々な場面で現地の人と英語で話す機会がありました。文法も発音もめっちゃくちゃな拙い英語でも伝わった、というのが大きな自信となり、途中からは自分から積極的に話せるようになりました。この経験が、英語に限らず、今自分が人前で自信を持って話す原動力になっているのではないかと思います。

「積極的に挨拶することから始め、今では自分を出していくことに自信もつきました」
高岡 豪さん (福岡教育大学)



私は人と話すことがとても苦手でした。1日のうち家以外で会話することが1回あるか無いかというほどでした。それを改善するためにSEQのセミナーであった人など、知り合いとすれ違う時には積極的に挨拶することから始めました。また今まで部活動はしたことなかったのですが、武道系の部に入り練習で大きな声を発するので、次第に話すことに抵抗がなくなりました。生協学生委員会にも入りそこで絵を描く自分の特技を活かせ、自分を出していくことに自信もつきました。