

《 バランス度 チェックシート 》

- ・オーナーの個人特性についてのチェックです。
- ・採点..... x = 良くない(思っていない)
= どちらとも言えない
= よく出来ている(思っている)

セルフチェック項目		採 点	メ モ
1	決めたことを積極的に行動に移しますか。	x . .	
2	新しいことに挑戦しようとしていますか。	x . .	
3	現在の自分に自身がありますか。	x . .	
4	困難にあった時、あなた自身で克服する努力をしますか。	x . .	
5	ビジネス面での目的・目標は明確ですか。	x . .	
6	ビジネス面での将来設計は出来ていますか。	x . .	
7	私生活面での将来設計は出来ていますか。	x . .	
8	朝の目覚めは爽やかですか。	x . .	
9	心身共に健康ですか。	x . .	
10	運動や散歩などしていますか。	x . .	
11	いつでも気分転換出来ますか。	x . .	
12	食事はおいしいですか。	x . .	
13	日々の生活に張合いがありますか。	x . .	
14	いきいきと人生を暮らしていますか。	x . .	
15	日々の仕事に充実感を感じていますか。	x . .	
16	あなたらしく生きていますか。	x . .	
17	人と接するのが楽しいですか。	x . .	
18	対人関係のストレスの対応はうまく出来ますか。	x . .	
19	周辺の人達に助けられていると思いますか。	x . .	
20	欠点を言うより良い点を誉める方ですか。	x . .	
21	スタッフ・仕事上での人間関係はうまくいっていますか。	x . .	
22	家族・友人・私生活面の人間関係はうまくいっていますか。	x . .	