

AQ判定

さて、あなたはどうか考える？

AQが高いか低いかは考え方のクセに表れます。AとBの数を数えると、今のあなたのAQ力が見えてくる。AQを高めて逆境に強くなるために、あなたに必要なものは？

Check it!



Q3

アウトドアのデート、楽しみにしていたのに雨が...

Q1



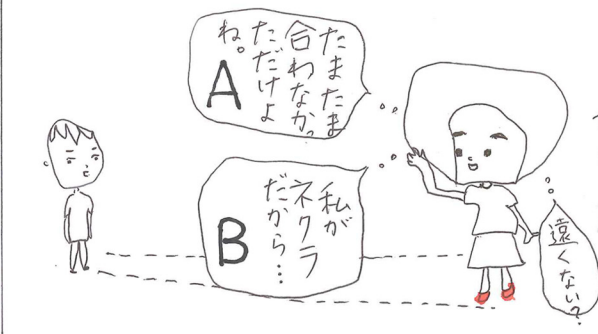
仕事で失敗して上司に叱られた。

Q4



最近、シワが増えてきた。

Q2



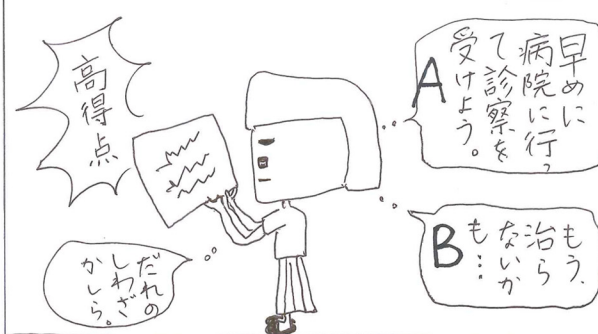
初対面の人とうまく話せなかった。

Q5



恋人にフラれてしまった。

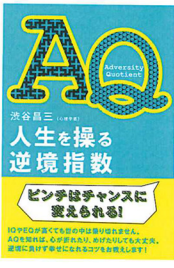
Q6



健康診断で引っかかった。

結果

アインが言うのもなんですが... 幸せになるには「コツ」がある。それが誰でもいつからでも高められる「AQ」です。詳しくは、『AQ 人生を操る逆境指数』表 渋谷昌三著(東海教育研究所)!! をご覧ください。

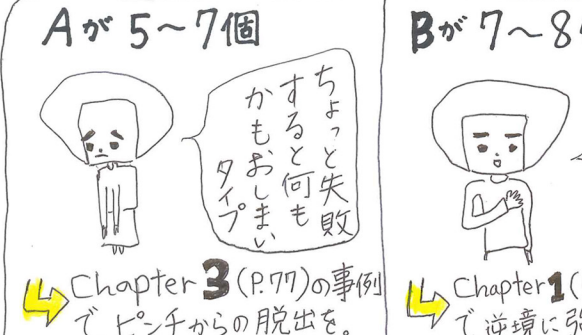


Q7



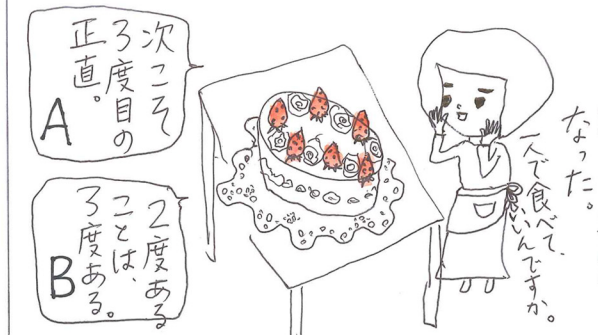
2時間の楽しいパーティーもあと1時間。

Bが7~8個



Chapter 1 (P.7) から読んで、逆境に強くなる。

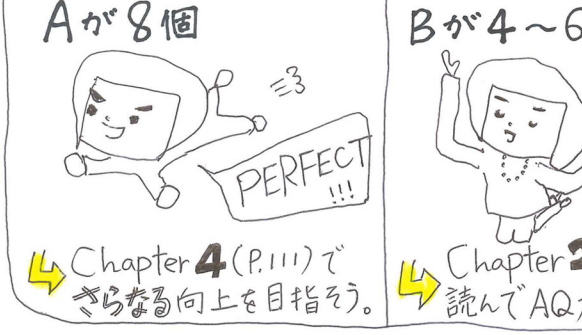
Bが4~6個



友だちとの約束が2度続けて延期になった。

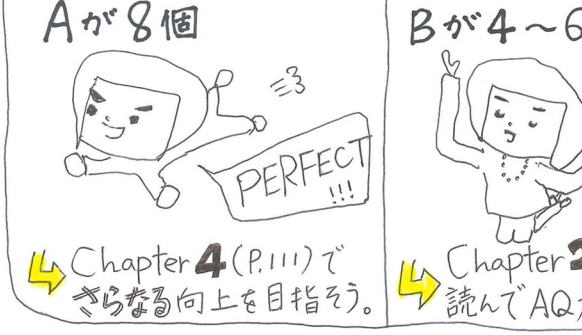
Chapter 2 (P.45) から読んでAQ力を高める。

Aが8個



Chapter 3 (P.77) の事例で、ピンチからの脱出を。

Aが5~7個



Chapter 4 (P.111) でさらなる向上を目指す。