

2



## あなたは どんなパパになる？

心理テストで  
あなたのパパタイプを  
チェックしてみよう！

方法は簡単。次のA～Eに書かれた各質問に、自分が当てはまるか考えてください。

「自分に当てはまる」と思ったら → ○

「自分に当てはまらない」と思ったら → ×

「どちらかわからない」と思ったら → △

### A

1	自分の考えを強く主張する	
2	間違ったことに対しては厳しくとがめる	
3	「…すべきだ」「…ねばならない」という言い方をよくする	
4	規則やルールを守ることを重視する	
5	責任感が強く、決めたことは最後までやらないと気がすまない	
		合計

### B

1	人情深く、人から何か頼まれると引き受けてしまう	
2	相手の長所によく気づき、ほめるのがうまい	
3	人の失敗には寛大である	
4	人の話をよく聴く	
5	世話好きで、困っている人を見ると何かしてあげたくなる	
		合計

### C

1	物事を冷静に判断する	
2	仕事は効率よく片付けることができる	
3	物事は結果を予測してから行動する	
4	なぜそうなのかと理由を考える	
5	他人の意見は賛否両論を聞き、客観視する	
		合計

## D

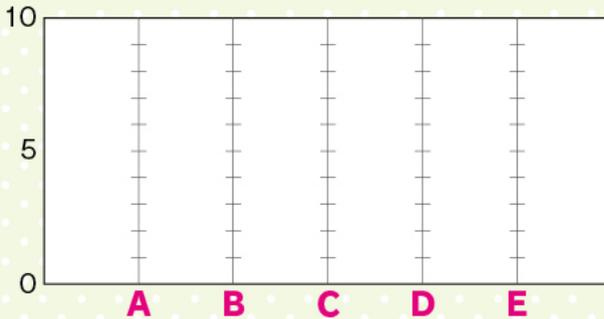
1	好奇心が強く、いろいろなことをしてみたい	
2	自分をわがままだと思う	
3	やりたいことをやり、のびのびと自由にふるまう	
4	感情豊かで、自分の喜怒哀楽をすぐに表に出す	
5	「すごい」「わあー」「へえー」などの感嘆詞をよく使う	
		合計

## E

1	遠慮がちで、自分の思ったことをあまり口に出さない	
2	他人の顔をうかがって行動することが多い	
3	協調性があり、周りに合わせて行動することが多い	
4	自分の気持ちを抑えてがまんする方である	
5	自分に対して自信がない	
		合計

○を2点、△を1点、×を0点として、A～Eの点数を合計しよう。

AからEの点数をグラフにしてみよう。



あなたはA～Eのどの得点が最も高かったですか？  
次頁であなたのパパタイプを確認しよう！

※このパパタイプテストは、エゴグラムという心理テストの考え方に基づいて作成されています。

**A****の得点が高かった方** ..... あなたは **強いパパ** タイプです

Aの得点は正義感や道徳心、良心、責任感などを表しています。この得点が高い人は、正義感が強く、高い理想に向かって突き進むタイプです。秩序を重んじ、責任感も強いことからリーダーとして活躍することも多いです。その一方で、独善的になったり、融通さに欠け、厳しい印象を与えたりすることもあります。

子育てでは、子どもに物事の善悪を教え、しっかりとしつけることが大切です。力強く周囲を導いていける強いあなたは、きっといいパパになりますよ。

**B****の得点が高かった方** ..... あなたは **優しいパパ** タイプです

Bの得点は優しさ、寛容性、受容性、共感性などを表しています。この得点が高い人は、面倒見のよい性格で、他者に対して親切で思いやりが深く、親身になって世話をする傾向があります。温かみがあり、許容的、共感的に人に接します。一方で、おせっかいと思われたり、過保護で相手の自立心を妨げる結果になることもあります。

子育てでは、子どもの気持ちに寄り添い、優しく関わるのが求められます。子どもの気持ちのわかる優しいあなたは、きっといいパパになりますよ。

**C****の得点が高かった方** ..... あなたは **賢いパパ** タイプです

Cの得点は知性、合理性、冷静さ、現実適応力などを表しています。この得点が高い人は、ものごとを現実的に考え、常に冷静沈着に行動します。理性的で判断力にもすぐれ、自分の感情もよくコントロールできます。その一方で、打算的で冷たいといった印象を与えることもあります。

子育てには、事務的な手続きや決断しなければいけないことがたくさん。子どもに対する冷静な観察力も大切です。冷静で賢いあなたは、きっといいパパになりますよ。

**D****の得点が高かった方** ..... あなたは **楽しいパパ** タイプです

Dの得点は活気さ、自由奔放さ、好奇心、直感力、創造性などを表しています。この得点が高い人は、のびのびとした性格で、無邪気で感情を自由に表現します。好奇心にあふれ、創造力や表現力も豊かです。その一方で、自己中心的な面もあり、周囲とのトラブルを招いてしまうこともあります。

子どもは遊びを通して育ちます。子どもの好奇心をくすぐり、創造性を発揮できる遊び環境は大切です。遊び心いっぱいの楽しいあなたは、きっといいパパになりますよ。

**E****の得点が高かった方** ..... あなたは **まじめなパパ** タイプです

Eの得点はがまん強さ、努力性、協調性、慎重さなどを表しています。この得点が高い人は、他者に従順で協調性が高く、周囲に合わせて行儀よくふるまう優等生的な性格です。慎重でがまん強く、自分の感情を抑えることができます。その一方で、主体性が弱く、消極的で依存的になることもあります。

子育てには、楽しいことだけではなく面倒な雑用もたくさん。縁の下の力持ちとしてがんばることも求められます。まじめで努力家のあなたは、きっといいパパになりますよ。

## 子育てで大事なこと

いかがでしたか？ あなたは、どんなパパでしたか？

子育てに必要なことはイロイロです。したがって、このタイプのパパが子育てに一番向いているというわけではありません。どのタイプの人でもパパの素質がいっぱいです。

まずは、自分の得意なことから無理なく始め、あなたらしいパパを目指してみませんか。

もちろん、あなたの得点が高くなかったタイプの性格も、すべて子育てには大切です。

できれば、ママにも心理テストをやってもらい、ママタイプもチェックしてみましょう。

夫婦でお互いの得意・不得意を話し合い、お互いに協力して補い合えるといいですね。