

## JapanEQ 受検にあたって

### EQ とは

EQ (Emotional Quotient) は、米国イエール大学学長を務めるピーター・サロベイ博士とニューハンプシャー大学のジョンメイヤー博士によって提唱されました。

彼らが着目したのは、心理学の立場から、ビジネス社会における成功の要因とは何かを探ることでした。

ご存知のとおり、米国は能力主義の国であり、能力測定指標であるIQ (Intelligence Quotient = 知能指数) の高い人材がビジネスでも成功すると考えられてきました。

しかし、IQが高くてビジネス社会で成功しない人はいくらでもいます。

とすると、ビジネス成功における能力とはいっていい何なのでしょう。

両博士は、ビジネスパーソンを対象にした広範な調査研究を行ないました。その結果、明らかになったのが、

「ビジネスで成功した人は、ほぼ例外なく対人関係能力に優れている」というものでした。

具体的には、ビジネス社会で成功する人は「自分の感情の状態を把握し、それを上手に管理・調整するだけでなく、他者の感情の状態を知覚する能力に長けている」というものでした。

社外との関係もうまく維持・調整ができ、社内にも多くの協力者を得ることができる人材が、結果的にハイ・パフォーマーとしての成果を生み出していたのです。

これらの研究結果から、サロベイ、メイヤー両博士が提唱したのが

「感情をうまく管理し、利用することは、ひとつの能力である」というEQ理論です。

### JapanEQ 受検の目的

JapanEQは、受検者のEQの発揮度を測定する検査ツールです。人間の行動特性に着目し、自身の行動に関する質問に回答することでEQ能力の発揮度を測定します。

測定結果は、これまで受検いただいた計50万人のビジネスパーソンの受検データにより統計処理し、偏差値として提示します。

EQを数値化することで、現在の行動の強みや弱みを把握することができ、今後のEQ能力の開発の基礎データとなります。

受検にあたりましては、次頁の注意事項をお読みいただきご回答ください。

(設問、構成などのシステム開発は、筑波大学と共同研究を行っています)

# JapanEQ 検査の注意事項

---

## ■検査はWebで実施します

JapanEQ検査はWebブラウザで行います。インターネット接続されているPCまたはスマートフォンで行ってください。

アクセス用URLはP3に記載しています。

## ■体調を整えて受検ください。

体調や気分がすぐれない時は受検を控えてください。

飲酒後の受検は避けてください。

## ■検査時間

検査時間に制限はありませんが、30-40分(150問版の場合15-20分)を目途に実施してください。会議室やミーティングルームなど、静かで集中できる場所で受検してください。回答結果の途中保存機能はありませんので、連続して最後まで回答してください。

## ■回答時の注意点

① 最近のご自身の「職場での」行動傾向を振り返り、もっともあてはまると思うものを、直感的にご回答ください。

回答に「正しい」「間違っている」ということはなく、得点を競うものではありません。

「自分はこうありたい」「本来こうあるべきだ」といった理想では回答しないでください。

② 回答は6択形式です。すべての質問項目に回答してください。

回答の目安は下記を参考してください。

6	= あてはまる	80%以上の合致
5	= かなりあてはまる	61%~80% "
4	= ややあてはまる	46%~60% "
3	= あまりあてはまらない	31%~45% "
2	= ほとんどあてはまらない	21%~30% "
1	= あてはまらない	20%以下 "

## EQ受検システムのご利用方法

EQ 受検の始め方から結果の確認までの手順を以下にご案内いたします。

スマホやタブレットでも受検利用できます。PC 画面での操作を解説いたします。

① 受検者ページは <https://japan-eq.jp/> です。



ユーザーID ご自身のメールアドレス  
初期パスワード 20252025

以下のブラウザのご利用を推奨します

Windows

- Microsoft Edge
- Google Chrome (最新版)
- Mozilla Firefox (最新版) Mac (Macintosh)
- Google Chrome (最新版)
- Mozilla Firefox (最新版)
- Safari (最新版) スマートフォン・タブレット
- 各最新版ブラウザ

②パスワード変更



はじめてのログイン時には、パスワード変更が必要になります。

OKボタンをクリックしてパスワードを再設定してください。

## ③パスワード変更入力

現在のパスワードに  
別途通知された初期パスワードを入力

新しいパスワードに自分で希望するパスワード  
を入力してください。  
※パスワードは 8 文字以上  
入力後更新ボタンをクリック  
パスワードの変更を必ず行って下さい

## ④登録情報変更更新

あなたの登録情報を更新してください。

- ・生年月日・業種
- ・職種・階層 他

入力後に更新をクリックし登録を 完了してください。

登録情報は変更できます。

※ID は変更できません。

## ⑤受検開始

はじめてのログイン時には受検結果が表示され  
ていません。  
メニューから「受検開始」をクリックし、  
受検に進んで下さい。

## ⑥EQ受検へ



受検開始

受検可能な検査一覧

Japan EQ

今日はEQ受検を行います。  
Japan EQボタンをクリックし開始します。

## ⑦受検注意事項



受検開始時のお読み事項

●ご用意いただく用意

1. ストレスは自分自身の適応の行動について理解し、ご自身の適応行動につなげるための検査です。  
ご自身が現状どのように考え方、どのように行動しているかについて質問しています。

2. 以前に「正しい」「間違っている」は一概あります。  
自分自身について正確に回答してください。  
「どちらともいえない」(本調査のあらゆる)といった回答は避けてください。

3. ご自身の考え方や行動について質問していますが、相手や状況に応じて行動は変わってきます。以下の回答に基づいて、回答してください。  
(以下参考にしてください)

1. あてはまらない   
 質問に付して0%~20%、あてはまらない  
 2. あてはまることは少ない   
 質問に付して20%~30%、あてはまること  
 3. あてはまることは多い   
 質問に付して30%~40%、あてはまることは多い  
 4. あてはまることはまるで   
 質問に付して40~60%、あてはまることはまるで  
 5. あてはまることはまるで   
 質問に付して60~80%、あてはまることはまるで  
 6. あてはま   
 質問に付して80~100%、あてはまることはまるで

4. 企画やミーティングルームなど、1人で集中して考えられるような場所で、安静してください。  
座席や作業の次手席での受検は避けますようにお願いいたします。

5. 全質問に適切して回答してください。  
実際の行動を取ったうえで最も近い回答は避けますようにお願いいたします。  
検査は途中で途中で止まませんので、ご注意下さい。

6. 体調や気分が悪い時には、受検を控えてください。

7. 検査結果は、世間の人の手で公開するものでも、発表するものではありません。  
※プライバシー設定によって、10~30分程度操作を行わないとタイムアウトする場合があります。

▶ 質問する

注意事項をよくご覧ください。  
受検するボタンをクリックし開始します。

## ⑧受検画面



質問

質問内容に答えておける選択肢を選んで、右に適切ボタンを押してください。

1 上司または職場の誰かは、自分を一人の人間として気にかけてくれている。

ほとんど同じが付してしまった	第二を付して外れ	第三者が付して外れ	中立が付して外れ	第四が付して外れ
----------------	----------	-----------	----------	----------

◀前の質問に戻る

次の質問に進む▶

Copyright © Japan Learning LLC, All Rights Reserved

設問が表示されますので、  
ご自身の行動を正しく振り返り、適切な回答を選択してください。  
尚、回答を選択クリックすることで次の設問に  
進みます。

## ⑨受検終了



## ⑩結果の確認



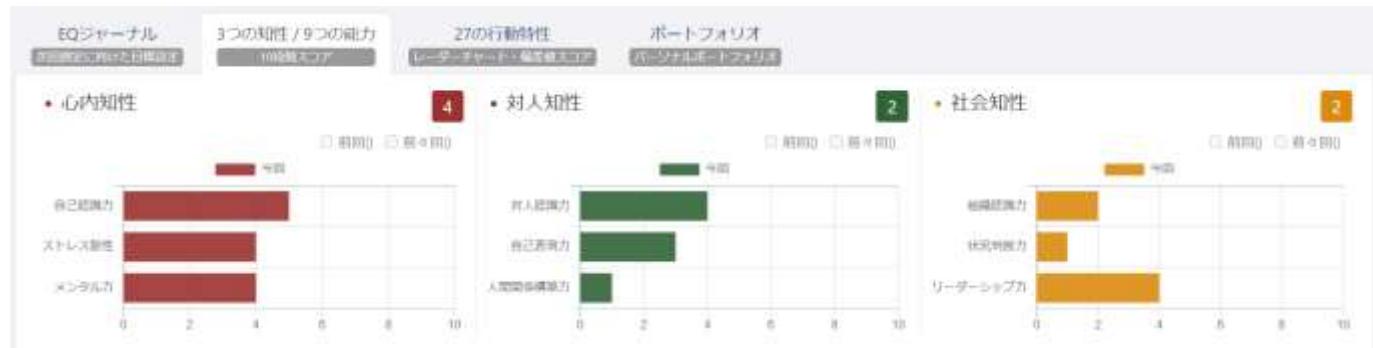
受検終了後、個人サマリー画面で結果を閲覧できます。  
受検結果一覧よりpdf形式で結果をダウンロードできます。

受検結果詳細で以下を確認できます

- ・過去との比較
- ・3知性/9能力/27行動特性 の各詳細
- ・ポートフォリオ
- ・目標入力

# マイページの見方/活用方法

## ① 全体のバランスを見る



## ② 「強み・弱み」をつかむ



## 27の行動特性



## ④ ポートフォリオで自分の「型」を知る

## ①サマリー/最新結果

**【サマリー/最新結果】**  
トップには常に最新の結果と現在設定している行動目標が表示されます

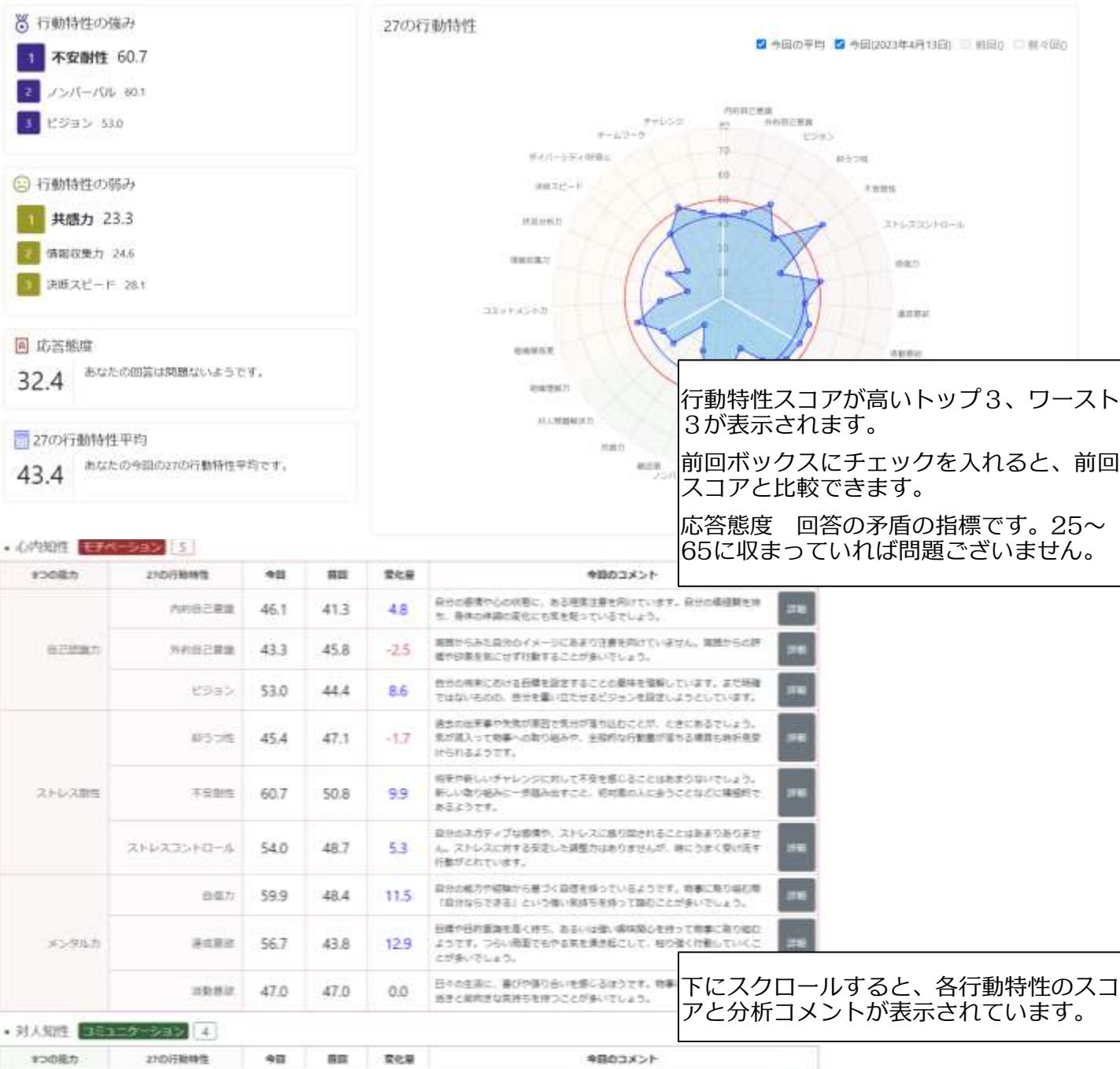
## ②受検結果詳細 -EQジャーナル

**【受検結果詳細】**  
・EQジャーナル  
・3つの知性/9つの能力  
・27の行動特性  
・ポートフォリオ  
の4つのタブで構成されています。

## ②受検結果詳細-3知性/9能力タブ

**スコアが10段階で表示されます。**  
「前回ボックス」にチェックを入れると、前回結果と比較できます。  
グラフ下には結果傾向の解説が表示されています。

## ②受検結果詳細-27行動特性タブ



## ②受検結果詳細-ポートフォリオのタブ



EQスコアから導き出した、モチベーション、コミュニケーション、ストレスの各ポートフォリオが表示されます。

前回ボックスをチェックすると、前回結果と比較できます。

## ②受検結果詳細-EOジャーナルのタブ

結果からの気付きや行動目標などを記録します。

日常の目標、職場での目標、業務上の目標など最大5つを設定でき、グループでの共有も可能です。

### ③受検結果一覧/PDF

過去の受検履歴を一覧で表示します。  
選択ボックスにチェックを入れ、「表示」をクリックするとサマリーが、「PDFダウンロード」をクリックするとPDを出力できます。

## ④登録情報変更/共有



登録情報を変更できます。

また、EQ結果や設定した目標を誰かと共有したい場合は、「共有対象選択」から部署や氏名で検索し、「+選択」をクリックすると設定できます。

## ⑤結果解説 (EQ開発のヒント)



より詳しいEQ解説が必要な場合は、「結果解説」から特設ページにリンクできます。

各行動特性の解説や改善に向けたアドバイスを、動画とテキストでご紹介しております



EQの詳しい解説や、結果の見方、活用方法などは、講座・ワークショップ内で解説いたします。  
不明点がありましたら、担当窓口までご連絡ください。

## ジャパンラーニング株式会社

〒100-0003 東京都千代田区一ツ橋1丁目1-1 パレスサイドビル  
TEL.03(6721)1215  
[jeq@japan-learning.co.jp](mailto:jeq@japan-learning.co.jp)