

# Web-DISTの特長

- 1 どのようなストレスに強いのか(原因別ストレス耐性)、ストレスを解決する資質をもっているか(ストレス対処資質)の2つの側面から「ストレス耐性」を診断します。
- 2 多くの企業人を対象に調査を実施し、業績、人事考課との相関を検証していますので、社会に必要なストレス対処能力がわかります。
- 3 受検者全体を表示する**ランキング表**、受検者ごとの見やすい**診断表**を使い分けることで、幅広い活用ができます。

# Web-DISTの活用方法

### 1 採用

面接だけでは見抜けない**ストレス耐性**を把握、  
自社に適した人材の選抜に

### 2 研修

ストレス耐性への理解を深め、  
自己資源を開発するための**行動目標**を設定できる

### 3 部下育成

診断結果から、  
部下の特性に応じた**成長支援**を行う

## ストレス耐性が高い人材とは

現状維持に力を費やすのではなく、自分の殻を破って一歩踏み出そうとするか、自分の考え方やものごとの進め方を絶対視せずに、自分を変えていくことができるか、という2つの資源を自分の中にもっている人材が、DISTにおけるストレス耐性の高い人材です。

これらの思考と行動特性を資源としてもち、かつ活用することによって、多様なストレスに応じた適切な対処が可能になるのです。

ストレス耐性は本人の努力や周囲の環境によって開発することができます。仕事上のさまざまな局面に応じた対処を身につけ、ストレス耐性を高めていくことが、人材の成長へとつながっていきます。

### 一歩を踏み出す

自分の実力 自分の中の資源を活用して一歩を踏み出す

### 自分を変えていく

人からの指摘を気づきの機会と捉える

## DISTはストレス耐性を2つの側面から診断します

**原因別  
ストレス耐性**

**ストレス  
対処資質**

1. 原因別ストレス耐性  
どのような種類のストレスラー(ストレス要因)に強いが、弱いかを4つの観点から診断
2. ストレス対処資質  
ストレスに対処していくうえで、どのような資質をもっているか、または活用しているかを診断

# Web-DIST ランキング表 (総合換算点合計順、CSVデータでのご報告)

### 総合換算点合計

原因別ストレス耐性4項目、ストレス対処資質5項目の計9特性の合計点(各特性5点満点/合計45点満点)

### 検査結果の信頼性

(※回答態度の判定)

**信用尺度**  
テストへの回答態度の歪みを測定する尺度です。受検者が質問に正直に答えているかどうかを診断します。

**疑問点**  
「どちらでもない」と回答した個数が多ければ、「決断力の不足」「自己認識の不足」「優柔不断」と判定します。

総合換算点合計	原因別ストレス耐性	ストレス対処資質	信用尺度	疑問点
35	B	15	5	4
31	B	14	4	5
28	C	12	2	3
27	C	13	2	4
27	C	13	4	2
25	C	12	3	2
22	D	10	2	3
17	E	7	2	1
16	D	8	1	2
29	B	14	3	4

☆「信用尺度」がC判定の場合、順位が付きません。

## Web-DIST 診断表 (1名につき、1シート。)

### ストレス対処資質のタイプ

各特性の診断結果から、ストレス対処資質のタイプを「リスクテイク度」と「柔軟度」という2つの軸によって判定します。

**リスクテイク度**  
自分の力を信じて、失敗を恐れずに前に踏み出していくことができる傾向

**柔軟度**  
もの見方や気持ちを切り替え、また人の力を適切に借りることができる傾向