

適職診断のご案内

職業選択のヒントを見つけてみませんか？

マザーズハローワーク相模原では、各種適職診断を実施しています。
今まで長く同じ仕事をしてきて他の仕事をイメージしにくい方、自分にどのような仕事が合うのか迷っている方など、職業選択のヒントを見つけてみませんか？

キャリア・インサイト（職業適性診断システム）

対象：全年齢

職業選択に役立つ適性評価、適性に合致した職業リストの参照、職業情報の検索、キャリアプランニングなどを実施できる総合的なキャリアガイダンスシステムです。職業能力の自己評価、興味、価値観など見える化し職業適性をみていきます。

随時
60分程度



一般職業適性検査（GATB）

対象：概ね45歳まで

個性と職業との相性を見ることができるようにつくられた検査です。仕事をする上で必要な9つの適性を測定し、潜在的な能力面からみたあなたの特徴をとらえることができます。ふだん「得意」「不得意」と思っている特徴と違った結果が得られることもあります。

※試筆検査のみの実施です。日時はセミナーのご案内をご覧ください。

月1回
60分程度



自己成長エゴグラム（交流分析）

対象：全年齢

あなたのコミュニケーションパターンを再確認できる診断です。50の質問に「あてはまる」「あてはまらない」「どちらともいえない」で回答し、あなたらしさを5つの特性（CP・NP・A・FC・AC）で分析します。人と人とのよりよい関わり合いを一緒に考えてみましょう。

随時
30分程度



適職診断はすべて予約制です。窓口または電話でのご予約をお願いします。

マザーズハローワーク相模原 TEL 042-862-0042

相模原市南区相模大野3-11-7 B&Vビル6F
月～金 9:30～18:00（土日祝日を除く）



公式LINE