



Job
Café

就活応援通信 epi.63

就職・転職活動の進め方



自己分析のやり方（6 ステップ）

- ①事実ベースで過去の出来事を洗い出す
- ②事実を基に自分のモチベーションリソース（やる気の源泉）を見つける
- ③過去の印象的なエピソードを深掘りして、モチベーションリソースの根拠を見つける
- ④自分も気がついていない自分について振り返る
- ⑤事実を基に自分の特徴を抽出して、やりたいこと・興味関心の方向性を考える
- ⑥やりたいこと・興味関心の方向性を具体化する

いろんな働き方にもいろいろと見つけよう！

自分らしい働き方

就活、まずは何から始めればいい？

何から始めればいいのか迷ったら、まずは**自己分析**から始めることをオススメします。

自己分析は、すべての就活のベースになるもの。

これまでの経験を振り返り、整理することで、自分の強みや持ち味などが洗い出され、仕事選びの軸が明らかになります。これにより、就活を通して行動がぶれなくなりますし、エントリーシートや面接で伝える内容にも筋が通り伝わりやすくなります。自己分析で自分の軸を決めておけば、すぐに具体的な行動に移すことができるでしょう。

自分に合う仕事探し 適職診断

ジョブカフェさくらで「適職診断」を受けてみませんか？

事前準備（自己分析・情報収集）のコツ

転職活動の最初のステップは「事前準備」

まずは、「自己分析」として、転職する目的の整理、転職時に企業にアピールできるスキルや経験の棚卸しをします。このタイミングでしっかりと自己分析をしておくことで、応募企業の選定に明確な軸ができ、書類作成や面接もスムーズになるはずですよ。



転職サイトと転職エージェントについては、前回の5月の通信で詳しく説明しています。

