



就活応援通信 epi.24

転職活動に欠かせない「自己分析」

私ってどんな人？

「自分自身を相手に伝え、理解してもらおう」

「転職先選びの軸を明確にする」

転職活動において「自己分析」はなぜ必要なのか

自己分析ステップ

【STEP-1】これまでの経験を洗い出す

これまでの仕事を、整理してみましょう。

- どんな業界でどんな業務を担当してきたか
- 社内外のどんな人たちと、どのように関わってきたか
- 組織の中でどんな役割を果たしてきたか
- どんな成功体験があるか
成功した要因は何か
- どんな失敗体験があるか
そこから何を学んだか

【STEP-2】強みとするスキルを整理する

【STEP-2】強みとするスキルを整理する

- 他人に関わる力
親しみやすさ／気配り／素直さ／誠実さ／真面目さ／約束を守る／協調性／指導力／傾聴力等
- 自分に関わる力
忍耐力／継続力／粘り強さ／実行力／活動意欲／集中力／ストレス耐性／チャレンジ精神／前向き志向／責任感／探究心／どんな仕事でも面白みを見つける好奇心／変化対応力／柔軟性等
- 課題に対する力
論理的思考力／物事の本質を突き止める力／課題発見力／企画力／計画力／想像力／提案力／広い視点で捉える力／正確性／スピード／PCスキル／文章作成力／計算能力等

- 周囲の人からどんな人物だと言われるか
- 人とどのようなスタイルでコミュニケーションをとっているか
- 仕事をする中で、どんな場面で喜びややりがいを感じてきたか
- 仕事をする中で、どんな場面で苦痛やストレスを感じてきたか
- 仕事をする中で、どんなことを大切にしているか
- どんなビジネスパーソンに憧れるか「自分もこうなりたい」と思う人物像

【STEP-3】自分の特性、価値観を客観視する

STEP1～3をもとに、今後やりたいこと、目指す将来像を考えてみてください。

- 今後、どんなスキルを活かしていきたいか
- 今後、どんなスキルを伸ばしていきたいか
- どんなやりがいを感じながら働きたいか
- どんなことを大切に働きたいか
- 将来どんな自分になりたいか

自己分析で得たポイントを、応募書類&面接でアピールすることを忘れないでね！！

