

自己PR作成シート(1)

実際に自己PRを作成する前に、取り上げたいエピソードを掘り下げてみましょう。

Step ① 学生時代に頑張ったこと

➔ アピールしたい一番のエピソードを1つピックアップして、テーマを決めましょう。

Step ② ①のきっかけ・目標・ぶつかった壁

➔ ピックアップしたテーマについて、やろうと思ったきっかけやその目標を思い出しましょう。また、困難にぶつかったことがあれば書き出しましょう。

Step ③ ②の目標に向けてとった行動や工夫した点

➔ どう行動したかだけでなく、その行動の意図や目的、感情も併せて書いてみましょう。

Step ④ 得た成果・周りの評価

➔ 「目標を達成した」「困難を乗り越えた」結果、得た成果や周りの評価を書き出してみましょう。数字や実例があれば相手に伝わりやすくなります。

Step ⑤ 学んだこと・得たもの・成長した点

➔ その経験から学んだことや、成長した点を書いてみましょう。そしてそれが、社会人としてどう活かせるかも考えてみましょう。

Step ⑥ この経験から分かる自分の長所

➔ 最後に、このエピソードと合う自分の特徴・長所を考えてみよう。

