

自己PRについて考えよう

高校生の進学・就職活動において「自己PR」は欠かせない要素です。でも「自分にはPRできることがない」「何を書けばよいかわからない」と感じている人もいることでしょう。そこで今回「自己PR」についてまずは気軽に取り組んでみましょう。

1 自己PRって何だろう？

自己PRとは、自分の(よいところや大切にしていること)を(くわしく説明する)ことです。

※ 自分のことを振り返ってみよう(チェック式)次の中で、少しでも当てはまるものに○をつけよう。(いくつでもOK)

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 部活動・クラブ活動が続いている | <input type="checkbox"/> 授業や課題にまじめに取り組んでいる |
| <input type="checkbox"/> 遅刻や欠席をしないようにしている | <input type="checkbox"/> 友だちの話を聞くことが多い |
| <input type="checkbox"/> 行事や係の仕事をがんばったことがある | <input type="checkbox"/> 家で手伝いをしている |
| <input type="checkbox"/> これだけは負けなと思うことがある | |

※ ○をつけた中で、一番書きやすそうなものに◎をつけよう。

2 具体的に思い出してみよう…◎をつけたものについて答えよう。

1. それはどんなことですか？(例:部活動、授業、友人関係など)
2. どんなことを意識して取り組みましたか？

3 そこから見える「自分のよさ」(先生や友だちの意見も参考にして考えてみよう。)その経験から分かる自分のよさは何だと思いますか？(例:継続力、協調性、責任感、思いやり など)

4 自己PR文を作ってみよう ※うまく書こうとしなくて大丈夫です。

【書き方例】「私の強みは○○です。○○の経験を通して身につけました。【自分で文章を考える】

- (1)まず結論を書こう(強み)あなたの一番伝えたい強みを一つ選び、短く書きましょう。私の強みは(20～30字)
- (2)エピソードを具体的に書こう (1)の強みが表れた具体的な経験を書きましょう。
いつ・どんな場面でしたか？ そのとき、あなたは何を考え、どんな行動をしましたか？
- (3)工夫・努力した点…その経験の中で、自分なりに工夫したこと、努力したことを書きましょう。
- (4)結果・学んだこと…その経験を通して、どんなことを学びましたか。
- (5)将来へのつながり…その強みを、今後どのように活かしたいですか。
- (6)200字自己PR文を完成させよう(1)～(5)をつなげて、200字程度でまとめましょう。

【書くときのポイント】

・結論(強み)→エピソード→学び→将来の流れを意識し「頑張りました」で終わらせず、行動を書きましよう

- (7)自己チェック…当てはまるものに○をつけましよう。

<input type="checkbox"/> 強みが最初に書けている	<input type="checkbox"/> 具体的な行動が書けている
<input type="checkbox"/> 学んだことがはっきりしている	<input type="checkbox"/> 将来につながっている

キャリアガイダンススタッフ 今給黎 光子 先生から

3年生が卒業式を終えてそれぞれの進路に巣立ち、残った1・2年生はあと少しで進級ですね。1・2年生の皆さんは2月25日(水)に行われた地元企業説明会でそれぞれが希望した企業のお話を聞いたと思います。これまで見たり聞いたりできなかった種子島の企業の業種や仕事の内容の説明を聞いたと思います。今後皆さんは新学期に入ると各々が自分の進路に向き合いながら日々を過ごすことになるでしょう。就職希望者・進学希望者それぞれが企業説明会での話を聞いて今後の自分のビジョンを思い描いた人またそうでない人もこれをきっかけにして、新学期に向けて自分と向き合い早めに行動するフットワークと起動力を心掛けて準備して行って下さいね。自分の未来を理想に近づける第一歩と捉え精一杯頑張ってください。来年の今頃の皆さんの成長を楽しみにしています。

