

他己分析の手引き

他己分析の目的は「自己理解を深め、就活に活かすこと」です。そのために、このシートのワークの目的は2つあります。
1つ目は、他人から見たあなたのことを教えてもらい、あなたが気づいていない魅力・アピールポイントを発見すること
2つ目は、アピールポイントだけではなく弱点やこれから成長させていきたいポイントを知ること

「ジョハリの窓」をご存じですか。自分をどのように見せているか、人からどう見えているのかなどを明らかにし、人とのコミュニケーションを円滑にするために使用される心理学のフレームワーク（手法）です。ここではジョハリの窓で言う「盲点の窓」を人から教えてもらうことで、自己理解をより深めていきます。

ジョハリの窓

	自分は知っている	自分は気づいていない
他人は知っている	<p><u>開放の窓</u></p> <p>自分も他人も知っている</p>	<p><u>盲点の窓</u></p> <p>自分は気づいていないが、他人だけが知っている</p>
他人は気づいていない	<p><u>秘密の窓</u></p> <p>自分は知っているが、他人は知らない</p>	<p><u>未知の窓</u></p> <p>誰からも知られていない</p>

もうひとつ、他己分析で大事なものは、**自己分析とのギャップ**です。

自分で思っている強み・弱みと、人から見た強・弱みが一致していれば何も言うことはありません。

もし自分で強みだと思っても、人から見てそうでもなければ、そこには改善の余地があります。

また、自分で弱いと思っても、人から見て強みであれば、しっかり強みとして認識してよいのです。

他己分析を通じて、自分がどんな人間なのか、人に自分をどう紹介すればよいのかを深めていきましょう。

1. OPEN QUESTIONS
2. CLOSED QUESTIONS

2-3 ページ目を印刷して、インタビューに臨んでください。

他己分析 質問集

質問に答えてくれた人 _____ あなたとの関係 _____

1. OPEN QUESTIONS

Q. 私の良いところはどんなところですか？（なぜ、そう思いますか？どういうときにそう思いましたか？）

A.

Q. 私の良くないところはどんなところですか？（なぜ、そう思いますか？どういうときにそう思いましたか？）

A.

Q. どんな仕事が向いている、また、向いていないと思いますか？（なぜ、そう思いますか？どういうときにそう思いましたか？）

A.

Q. 私が楽しそうにしているときはいつですか？また、楽しくなさそうにしているときはいつですか？

A.

Q. 私はグループの中でどんな役割を果たしていますか？

A.

（一緒に仕事をしたことがある人）

Q. 一緒に働いて、仕事しやすい／しにくかったのはどういう点ですか？（なぜそう思いますか？）

A.

2. CLOSED QUESTIONS

あなたの長所と一致するものをチェックしてもらいましょう。多くチェックがついたものは、特に自信を持ってアピールできるものです。可能であれば、その根拠もヒアリングして、余白にメモしておきましょう。

積極性がある

協調性がある

問題解決能力がある

論理的思考ができる

主体性がある

行動力がある

変革・創意工夫ができる

挑戦する

挫折・困難を克服できる

リーダーシップがある

フォロワーシップがある

探究心がある

責任感がある

その他

Q. 最後に、就活中のあなたへの、応援メッセージをもらいましょう。

A.