

自己PR作成支援ツール

自己PRを作成する際の準備として、以下の質問に答えて下さい。

自己PR質問シート

Q1. あなたの現在の就業状況をチェックして下さい。

現在就業中 現在就業していない

Q2. 今まで就業した会社の業界・業種・勤続年数・地位を入力して下さい。

| | 業界 | 職種 | 勤続年数 | 役職・役割 |
|--------|----|----|------|-------|
| 会社1・・・ | | | 年 | |
| 会社2・・・ | | | 年 | |
| 会社3・・・ | | | 年 | |

Q3. 今まで就業した会社での業務内容と成功事例、習得したスキルを入力して下さい。

| | 業務内容 | 成功事例 | スキル |
|--------|------|------|-----|
| 会社1・・・ | | | |
| 会社2・・・ | | | |
| 会社3・・・ | | | |

Q4. 今まで就業した会社で得たと思うアピールポイントを、[別シート「自己PRアピールポイント一覧」](#)から最大5つまで選択して下さい。

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
|--|--|--|--|--|

例) 柔軟性、協調性、バイタリティ、(顧客)コミュニケーション能力、危機管理 等

Q5. 現職(または前職)と、応募したい会社の業種は異なりますか？

同じ ほぼ同じ やや異なる 大分異なる 全く異なる

(「同じ」以外にチェックした方のみ)
なぜ応募したい会社の業種に興味を持ちましたか。

| |
|--|
| |
|--|

Q6. 現職(または前職)を退職したいと思う理由は何ですか。(例)意識変化、新しいことに挑戦したい等

| |
|--|
| |
|--|

Q7. 応募したい会社に入ったら、具体的にどんな仕事内容をしたいですか。

| |
|--|
| |
|--|

Q8. 応募したい会社に入ったら、どう成長し、何を目標としたいですか。

| |
|--|
| |
|--|

自己PR文のまとめ方

Q1.～Q8.の回答を、自己PR文の典型的な文型にしたがってまとめていきます。
自己PR文型と、質問回答との関係は、以下の通りです。

< 自己PR文の典型的な文型 >

- | | |
|-----------------------|--------------------------------|
| 1. 導入部(イントロ)・・・Q1,2,3 | 今まで就業した会社での業務内容(成功事例)、習得したスキル等 |
| 2. アピール・・・Q4 | 1.により、自分は何を得たか、何に自信があるか |
| 3. 発展(結論)・・・Q5,6,7,8 | 1.と2.を合わせ、転職したら何をしたいか、どう成長したいか |

次の例文を参考にし、自己PRを作成してみましょう。

| 自己PR文の典型 | 例文 (システムエンジニア ネットワークエンジニアへの転職の場合) |
|--------------|---|
| 1. 導入部(イントロ) | <p>現在の会社に新卒時に入社し、以来5年間、銀行ATMシステムを開発するシステムエンジニアとして就業して参りました。</p> <p>入社後、2年間はプログラマーとして、主にVB、SQLを使用したシステムの開発スキルを学びました。</p> <p>その後3年間は、SEとして、設計等の上流工程に携わり、また現在は、主任としてプロジェクト管理業務を併行しております。</p> |
| 2. アピール | <p>このことにより、システム開発のよりコアな業務知識・経験、主任としての責任感や問題意識、論理的な思考能力、顧客コミュニケーション能力等を身に付けることができたと考えております。</p> |
| 3. 発展(結論) | <p>現職でシステムを開発するうちに、ネットワーク構築やサーバ周辺の業務に興味を惹かれ、自己啓発的に勉強したところ、実際に業務として行ってみたいと強く思うようになりました。</p> <p>実務経験はありませんが、今後は現職で培ったスキルを活かしつつ、ネットワーク技術・サーバの知識を得て、御社に貢献したいと思います。</p> |

自己PR文を書類として作成する時のワンポイントアドバイス

求人企業から自己PR文を指定された時、特に字数などの制限がない場合は、以下の留意点を参考にして下さい。

| | |
|-----------|--|
| 用紙のサイズと文字 | A4サイズの横書き |
| 枚数 | 1枚におさめる |
| 文字数 | 一般的には400字以上、600文字以内におさめる |
| フォーマット | <p>以下のように最初に日付・氏名(右詰め)、表題(中央)、次に本文(左詰め)、「以上」(右詰め)とする</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p style="text-align: right;">平成18年1月15日 小林 幸雄</p> <p style="text-align: center;">自己PR</p> <p>現在の会社に新卒時に入社し、以来5年間、銀行ATMシステムを開発するシステムエンジニアとして就業して参りました。</p> <p>入社後、2年間はプログラマーとして、主にVB、SQLを使用したシステムの開発スキルを学びました。</p> <p>実務経験はありませんが、今後は現職で培ったスキルを活かしつつ、ネットワーク技術・サーバの知識を得て、御社に貢献したいと思います。</p> <p style="text-align: right;">以上</p> </div> |

自己PRアピールポイント一覧

以下の一覧から、あなたのアピールポイントとなる言葉を選択して下さい。

アピールポイント単語一覧

| 性格方面の単語 | | ビジネススキル方面の単語 | |
|-----------|-------------|--------------|----------|
| アイディアマン | 現実的 | 暗記力 | スタッフ管理能力 |
| オリジナリティ | 計画性 | 記憶力 | 成果主義 |
| 発想力 | 冷静沈着 | 再現能力 | 精神力 |
| 個性 | シビア | 伝達能力 | 接客力 |
| 好奇心旺盛 | 厳格 | 表現力 | 説得力 |
| 斬新 | 責任感 | アレンジ能力 | 先見の明 |
| 刺激的 | 熟慮 | 創造力 | 予知能力 |
| 即興性 | 慎重 | 想像力 | 展望 |
| 独創性 | 思慮深さ | 発想力 | 将来性 |
| 意志の強さ | 情緒の安定 | 文章力 | 統率力 |
| 一貫性 | 適性 | 読解力 | 判断力 |
| 打たれ強さ | (他人に対する)影響力 | 見解 | 効率的 |
| 我慢強さ | | 自発性 | 合理的 |
| 気概 | | 専門性 | 論理的思考 |
| 気骨 | | 解析力 | 問題意識 |
| 逆境に強い | | 技術力 | 問題解決能力 |
| 克服 | | 高度な知識 | 問題提起能力 |
| 克己 | | 語学力 | 目的意識 |
| 忍耐力 | | 特許 | 目的達成能力 |
| 粘り強さ | | ビジネスマナー | 目標設定能力 |
| プレッシャーに強い | | 時事知識 | 客観的な視点 |
| 意欲的 | | 社会常識 | キャリアアップ |
| エネルギー | | 言葉使い | グレードアップ |
| 活気 | | 会話力 | スキルアップ |
| 活性化 | | 交渉力 | 人間的な成長 |
| ガッツ | | 緩衝力 | 発展性 |
| 活発 | | 知力 | 飛躍性 |
| 健康的 | | 体力 | 多角的な視点 |
| 建設的 | | 耐久力 | 多様性 |
| 向上精神 | | 体調管理 | スピード感 |
| 主体性 | | 行動力 | 潜在能力 |
| 積極性 | | 集中力 | |
| ポジティブ | | 前進力 | |
| 前向き | | 即戦力 | |
| ムードメーカー | | 適応力 | |
| 明朗さ | | 品質管理 | |
| リーダーシップ | | 営業・販売力 | |
| 熱意 | | マーケティング能力 | |
| 熱血的 | | マネジメント能力 | |
| バイタリティ | | 顧客満足度の向上 | |
| チャレンジ精神 | | ユーザビリティの追求 | |
| 挑戦 | | 顧客管理能力 | |
| 冒険精神 | | 顧客対応力 | |
| オールラウンダー | | コミュニケーション能力 | |
| 完璧主義 | | コンサルティング能力 | |
| 几帳面 | | プレゼンテーション能力 | |
| 丁寧 | | サポート能力 | |
| 機転が利く | | 情報整理能力 | |
| 要領の良さ | | 情報収集能力 | |
| 臨機応変 | | 文書整理能力 | |
| 協調性 | | 分析能力 | |
| 心配り | | 編集力 | |
| 配慮 | | 補佐能力 | |
| 人当たりがよい | | (相互の)橋渡し役 | |
| フラットさ | | 経営的な視点 | |
| 社交的 | | 危機管理 | |
| 順応性 | | 経営管理 | |
| 柔軟性 | | 決断力 | |
| 信頼性 | | 企画力 | |
| 包容力 | | 運営力 | |
| 良識 | | 自己管理能力 | |
| 寛容 | | 仕事優先 | |
| 聞き上手 | | 実現能力 | |
| 好印象 | | 折衝能力 | |
| 素直さ | | 指導力 | |
| 誠実さ | | 状況把握能力 | |
| 謙虚 | | 人脈構築力 | |