

STEP.1 キャリアの振り返り

必ず、キャリアの振り返りから始めよう

自己分析を始めると、何から考えれば良いか混乱してくるものです。
キャリアの振り返りが十分に出来ていると、その後Will/Cam/Mustを考えるネタが生まれ、自己分析がスムーズに進みますよ。

年月・年齢	仕事概要	仕事内容	やる気曲線		やる気が上がった時・下がった時	身についた力
			低い時	高い時		

STEP.2 Will の自己分析

Canの前に、Willを考える

皆さんは「面接合格」するため転職活動するのではなく、「転職成功」のためですよね。
「なぜ転職したいのか?」「どんな人生を歩みたいのか?」という
あなた自身のWillを考える事こそが、転職成功の第一目になります。

2-1. Will の源泉を探る 16 の質問

仕事

仕事をする中で、 最も充実した経験は?	新卒採用時の 希望企業は?なぜ?	将来やりたい夢はなに? いつまでに?	仕事上のロールモデルは 誰?なぜ?
子供の頃、 なりたかった職業はなに?	やる気が出なかった 仕事はあった?なぜ?	将来の自分に肩書きを 付けるならなに?	どの程度の年収が欲しい? なぜ?
子供の頃、 夢中になった事はなに?	どうしても気が合わない 友人はいた?なぜ?	仕事とプライベートの バランスはどの程度?	続けたい趣味はある?
最も影響を受けた人は だれ?どんな影響?	人生の転機はいつ? 決断した理由は?	どんな家庭を築きたい? 時期は?	1か月休みが取れるなら 何をしたい?

プライベート

あなたが転職時に大切にしたい Will は ...

2-2. 動機づけ要因 (満足) / 衛生要因 (不満) の洗い出し

未来

	動機づけ要因 (満足)	衛生要因 (不満)
会社		
仕事		
職場		

あなたが転職時に外せない要因は ...

STEP.4 3 Can の自己分析

Canの前に、Willを考える

皆さんは「面接合格」するため転職活動するのではなく、「転職成功」のためですよね。
「なぜ転職したいのか?」「どんな人生を歩みたいのか?」という
あなた自身のWillを考える事こそが、転職成功の一歩目になります。

3-1. 「社会人基礎力」から Can/Can't を探す

一人の働く力

	Can	Can't	理由
主体性			
働きかけ力			
実行力			
課題発見力			
計画力			
創造力			

チームで働く力 チームワーク力

	Can	Can't	理由
発信力			
傾聴力			
柔軟性			
状況把握力			
規律性			
ストレスコントロール力			

あなたが転職時に PR したい Can は ...

3-2. キャリアから Can を探す

仕事で身に付いた力	保有資格スキル	人物面の素養

あなたが転職時に PR したい Can は ...

STEP.4 Must の自己分析

CanとMustは、両面から考えよう

Canは「あなたの得意な事」、Mustは「志望企業の求めている事」。
 どちらかが片手落ちだと転職活動はスムーズに進みません。
 Can・Must両方ぴったり合う企業を探す事が、転職面接に合格する大きなポイントです。

4-1. 志望企業の Must を知る

仕事で身に付いた力	保有資格スキル	人物面の素養

あなたが転職時に克服すべき Must は・・・

3-2. キャリアから Can を探す

	創業期	成長期	成熟期	転換期
規模				
状態				
求める人材				
志望企業				

あなたの志望企業が求める Must は・・・