自己分析のスタート！ まずこのワークシートから始めよう。

自己分析　振り返りシート

P.50の例を参考に、自分自身を振り返ることから自己分析をスタートさせていきましょう。
説得力のある自己PR・志望動機を作るためにも、具体的なエピソードでまとめてみよう。

過去の自分を知る

POINT 1 ｜ 特に熱心に取り組んだことや苦労を乗り越えたことなどを重点的に振り返る

POINT 2 ｜ 1つのエピソードを、数字や実例などを用いて具体的に掘り下げる

	熱心に取り組んだこと 苦労を乗り越えたこと 大切にしてきたこと		
1	その結果（成果）は 具体的に どうだったか		
2	その結果（成果）を 出すために どのような努力や 工夫をしたか		

長所や短所を知る

POINT ｜ 根拠となる具体的なエピソードも交えて、長所と短所を書き出す

長 所	短 所

将来を考える

POINT ｜ 自分が大切にしたい働き方、プライベートの過ごし方を書き出す

仕事について	プライベートについて