



ひとり親家庭にエールを届ける

YELLながさき通信

長崎県ひとり親家庭等自立促進センター

2021年1月

No.68

特集 【特集】 転職～自己PRの構成の仕方

これまで自己PRの基礎と役割、強みの選び方・具体的な書き方等を紹介してきました。理解はしていても、いざ書こうとすると、何からどう書こうか迷うことはありませんか？

そこで今号は、構成を決めて書く自己PRをご紹介します。

■自己PRの構成

◆内容の順序を決める

自己PRの書き方には決まりはありませんが、採用担当者の心に響く分かりやすい文章にするには、書く順序はとても大切です。

まず



1.結論

＜相手を知りたいことを最初にはっきり伝えましょう＞

常に企業側の視点を念頭に置き、自分の強みを選びます。

ありきたりの強み表現（コミュニケーション能力・忍耐力等）の一言で終わらずエピソードに沿うように言葉を選んだり、表現方法を変えたり、補足的に説明したり工夫が大切です。

＜参照：YELL通信66号、67号＞

＜例＞「私は～ができます。」「私は～が得意です。」等

2.エピソード

＜強み（結論）の根拠を伝えましょう＞

強みを発揮したエピソードを深掘りします。

相手がイメージし易いように必要な情報を組み入れ、エピソードを構成します。

＜参照：YELL通信67号＞

採用者が見ているのは、輝かしい結果や華やかな経験ではなく、その経験を通して何を身につけたのかの視点です。スキルや能力も大切ですが、客観的に自分を捉えられているかという企業側の視点はさらに大切です。

＜例えば＞

- ・接客業でお客様に喜んでもらったこと
- ・臨機応変に対応できたこと
- ・子育ての経験等
- ・苦手分野の克服に取り組んだこと
- ・我慢強くやれたこと

3. 抱負

＜入社後、自分の強みをどう活かすかを伝えましょう＞

過去の経験で学んだこと、苦勞して身につけたこと等が、この企業で活かせることを伝えましょう。
また、応募企業での自分の未来を語りましょう。思いを込めることによって人柄や性格も伝わります。

＜例＞

「～思いがあるからこそ、貴社のこの分野でこの能力を活かし～したい」等

《参考例》職種：美容師

前向きな性格をアピール ⇄ 企業が求める人材（前向きな人材・コミュニケーション能力）

私は、仕事を通して人のお役に立てたと感じた時に喜びを感じます。 **結論** お客様との何気ない会話から、お客様の希望を察し、様々な視点からアドバイスをしながらその人らしさを引き出し、お客様のおふれる笑顔を見るのが大好きです。 **エピソード**

貴社でも美容師としての喜びを得るためさらに、スキルアップを目指し、活躍していきたいと思っています。 **抱負**

チェックポイント

- ✚ 書き上げたら最後に下記の視点で確認してみましょう。
- ✚ まず結論を述べていますか？
- ✚ その強みは企業側の視点と合っていますか？
- ✚ その強みを裏付けるエピソードになっていますか？
- ✚ 情景が浮かぶほど具体的な表現になっていますか？
- ✚ エピソードの中にあなたの姿勢やがんばり、あなたの良さが表れていますか？
- ✚ あなたの思いと未来が語られていますか？
- ✚ 最後に自分以外の人に見てもらい、意見を聞いてみましょう。



■まとめ

自己PRの構成をつかむと、書きだしがスムーズになりますね。常に企業側の視点に立って考えるということは、「受かるため」というより、自分とマッチした企業に巡り会うための大切な手順なのではないでしょうか。

エールながさきでは、「この人と一緒に働きたい」と思ってもらえる自己PRの書き方を一緒に考えていきます。気軽にお声かけ下さい。

発行

長崎県ひとり親家庭等自立促進センター（YELLながさき）

〒852-8108 長崎市川口町 13-1 長崎西洋館 2 階 長崎県総合就業支援センター内

TEL 095-813-0800 FAX 095-848-1112 ホームページ <https://www.yell-nagasaki.jp>

運営主体：一般社団法人 ひとり親家庭福祉会ながさき