

# 自己分析 編

「就職活動を行うに当たり、まず自己分析が必要である」ということは皆さんも既にどこかで聞かれたことがあると思います。

では、何故そんなにも自己分析は重要なのでしょうか？

結論から言いますと、自己分析をしないと(或いは自己分析が足りないと)内定までの道のりが長くなったり、早期離職・・・という結果になりうるからです。就活を成功させるには、自己分析が不可欠なのです。

実際ハローワークの窓口でも、「就活はしたが、うまくいかなかった」や、「3月に学校を卒業し4月から働き始めたが、いざ仕事をしてみると思っていたのと違ったので辞めてきた」というご相談をよく受けます。

そのような方達に、何故そうなったと思うかと問いかけると、皆さん異口同音に「自己分析をしなかった...」と言われるのです。しなかった理由は、「やり方が分からなかった」、「面倒だったから」などです。

自己分析とは、過去の出来事をもとに、自分の強み、弱み、価値観などを知り

1. 自分のやりたいことを見つける
  2. どのような仕事に適性があるか を探ることです。
- 更に自分が何を感じ、どのように考え、どう行動したか、までを過去の出来事から振り返ることで深い分析が行え、これは社会人として仕事をする上でも、人として生活をしていく上でも役に立ちます。

自己分析のやり方は、自分史の制作やマインドマップ等いろいろあり、ご自分を取り組みやすい方法を選ばれると良いのですが、大切なポイントは

1. 素直に、正直に自分を見つめ直す
2. 自己肯定をしながら振り返る
3. 企業に合わせる必要はない ということです。

具体的な方法については残念ながらこのコラムでは紹介しきれませんのでハローワークの窓口でお気軽にお尋ねください。