

■ 自分の強み分析シート

あなたの強みが何かを知るために、①(自己分析)あなたのこれまでの人生において、頑張ったことを振り返って、思い出してみましょう。その時に困ったこと、難しかったことなどをどのようにして乗り越え解決してきましたか？ ②(他己分析)あなたは知人からどのような人だと言われますか？

《質問 1》自己分析

- ・あなたが頑張ったことは何ですか？
それはいつのことですか？ 高校時代 大学時代 それ以外()
それはどこの国でのことですか？ 母国で 日本で それ以外の国で
- ・具体的に頑張ったことは何ですか？

- ・その時に困ったこと、難しかったことは何ですか？

困ったこと、難しかったことに対して、どのように乗り越え、解決をしましたか？

《質問 2》他己分析(29ページ参照)

あなたのご家族やお友達、あるいは先生など、あなたのことを知っている人は、あなたのことをどのような人だと言いますか？ 次の言葉からあなたが言われたことがある言葉に○をしてください。いくつか○をつけても結構です。

- 明るい 我慢強い 行動的 積極的 まじめ やさしい 交渉力がある 責任感が強い
- 几帳面 楽天的 勤勉 堅実 謙虚 慎重 社交的 思いやりがある 努力家
- 礼儀正しい 親切 負けず嫌い 勉強熱心 根気強い 体力がある 視野が広い
- 好奇心が旺盛 目標達成意欲が高い 前向き リーダーシップがある 向上心がある
- 人から頼りにされる 問題解決能力がある 友人が多い 分析力がある 理解力がある
- コミュニケーション能力がある プレゼンテーション能力がある 感情のコントロールができる
- その他()

なぜあなたは知人からそのような人だと言われたのでしょうか？ 具体的なエピソードはありますか？

【結論】私の強みは()です。その理由は……………