

自己分析



本日のトピック

- なぜ自己分析が必要なのか。
- 「なぜなぜ分析」とは？
- 「なぜなぜ分析」をやってみよう。
- 自己分析で明らかになった内容を
企業研究、ES、面接等に反映させる。

なぜ自己分析が必要なのか

わかっているつもりでも、いざ表そうとすると
自分について言語化や明文化できないことが多い。
また、自分が気付いていない潜在的な価値観・志向・強み等もある。

そして、自分と企業のマッチングである就活において、
自分について知らなければ、

企業文化、働き方、仕事内容等に対して

どこかで大きなミスマッチが発生するリスクが高まる！

自己分析を行うことで
より自分にマッチした企業や仕事選びが実現できる。
(＝就活の成功)

なぜ自己分析が必要なのか

就活シーンでは、自己分析をココに活用できる！

①企業、職種、働き方等を選ぶ軸が明確になる。

→自分とのマッチング確認

②“その人”が見える説得力のある内容のESや面接にすることができる。

→企業側に対するマッチングアピール

③予想していなかった質問をされたときや突発的な状況に置かれたときにブレのない回答ができる。

→自己理解深化によって他の候補者に差を付ける

「なぜなぜ分析」とは？

トヨタ生産方式で提唱されたトラブルが発生したときの
原因究明を行うための分析方法のこと。

ある事柄に対して、5回の「なぜ」を繰り返すことによって、
その事柄が発生した根本的な原因を明らかにする。

「なぜなぜ分析」とは？

これを自己分析に応用することで、
自分の根底にある価値観や志向を明文化することができる。

尚、5回というのはあくまで回数を目安なので、
価値観や志向が明らかになるまで「なぜ」を繰り返す！

なぜなぜ分析をやってみよう

一番上の緑色の枠に漠然とした興味があること、好きなこと、嫌なこと等を記入し、それについて5回の「なぜ？」を繰り返すことで、根底にある価値観や志向（赤色枠の内容）を明らかにする。

「なぜなぜ分析」シート

例：○○に興味がある。××が好き。□□は嫌だ。

なぜ？

なぜ？

なぜ？

なぜ？

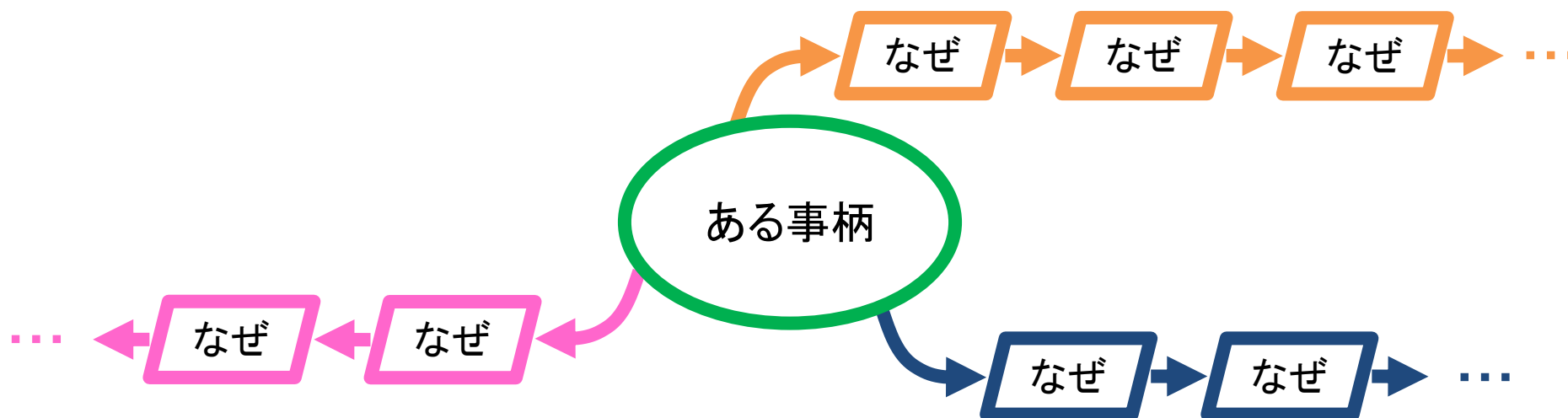
なぜ？

自分の価値観や志向

なぜなぜ分析をやってみよう

シートは1つの事柄について1つの結果が出る書式になっているが、1つの事柄であっても、複数の価値観や志向が絡んでいることがある。

このため、別の視点からもアプローチすることで、より深い自己分析が可能になる。



企業研究、ES、面接等に反映させる

例えばこのような分析となったとき・・・

「なぜなぜ分析」シート

包装機械業界に興味がある。

なぜ？

今、学校で機械制御について勉強している。

なぜ？

元々、ものづくりに興味があった。

なぜ？

何かを組み立てたり、動かしたりすることが好き。

なぜ？

自分の頭の中のアイデアを
実際の形や動きにすることで高い達成感を得られる。

なぜ？

自分が主体となって試行錯誤しながら物事を進めることや
完成させることが好き。

企業研究、ES、面接等に反映させる

根底にある価値観や志向

自分が主体となって試行錯誤しながら物事を進めることや完成させることが好き。

企業研究時：この内容を実現できる事業内容、企業文化、職種、仕事内容等であるか。

ESや面接時：企業研究時にマッチしていると思ったところについて、具体的なエピソードや「なぜなぜ分析」シートの分析過程の内容を交えて答える。
譲れない価値観について情報が無い場合やわからない場合は、面接で逆質問をするのもアリ！

企業研究、ES、面接等に反映させる

根底にある価値観や志向

自分が主体となって試行錯誤しながら物事を進めることや完成させることが好き。

価値観や志向とのマッチ度を確認する。

A社

事業内容	○
企業文化	△
仕事内容	○

B社

事業内容	○
企業文化	○
仕事内容	△

C社

事業内容	△
企業文化	△
仕事内容	△

企業研究、ES、面接等に反映させる

根底にある価値観や志向

自分が主体となって試行錯誤しながら物事を進めることや完成させることが好き。

価値観や志向とのマッチ度を確認する。

A社

事業内容	○
企業文化	△
仕事内容	○

B社

事業内容	○
企業文化	○
仕事内容	△

C社

事業内容	△
企業文化	△
仕事内容	△

最後に

様々な企業、仕事、人に触れることで、
自分の価値観や志向が変化することがある。

このため自己分析は、はじめの1回だけで完結させずに
「今の自分」に合ったものに更新することが大切。

より自分にマッチした企業や仕事選びを実現させるための
ツールとして自己分析を活用してみてください。