

H ワーク④ — アピール練習帳

H-1 ねらい

- ▶自分をアピールする際、抽象的な表現を使ったアピールだけでは自分のよさを相手に伝えることにはならないことを理解する。
- ▶アピールの内容に具体的なエピソードを付け加えることによって、説得力のある自己アピールになることを理解する。
- ▶エピソードを加えた短いアピール文を作成することで、自己アピールのコツをつかむ。

H-2 使用するもの

- ▶アドバイスシート……本人のもの。
- ▶ワークシート……1人1枚。11ページをコピーして使用。ワークシートのデータは弊社のサイトからダウンロード可能（1ページの目次の下を参照）。下書きなどをするために、ノートなども用意しておくとういだろう。

H-3 展開に必要な時間

約40分を目安としている。

H-4 ワークの形式

このワークは、ペア（2人1組）で行うことを想定している。また、ペアの関係について、面識の有無や交友関係は問わない。

ワークシートをお互いに見せ合うことになるので、相手を書いたことを肯定的にとらえるようにあらかじめ注意しておく。

H-5 評価のポイント

ここでは、社会的・職業的に自立するために必要な基盤となる能力である「基礎的・汎用的能力」の観点別に評価のポイントを示す（基礎的・汎用的能力の詳細はWebなどで確認してほしい）。

◆人間関係形成・社会形成能力◆

相手を尊重しながら互いにアピール文の評価を行うことができたか。

◆自己理解・自己管理能力◆

エピソードを含めながら、自分のアピールポイントを的確にまとめ、説得力のあるアピール文を作成することができたか。

◆課題対応能力◆

手順に従って、わかりやすいアピール文をまとめることができたか。

◆キャリアプランニング能力◆

将来の就職場面を想定しながらアピール文をまとめることができたか。

H-6 展 開

◆導入◆（目安時間：5分）

説得力のある自己アピールの重要性を説明する。以下のような点にふれるとういだろう。

- ▶自分によい面がたくさんあっても、相手にしっかり伝わらなければ意味がなくなってしまうため、説得力のある自己アピールが必要である。
- ▶抽象的な表現だけでは相手に伝わりにくい。たとえば、「私は明るい性格の持ち主です」と伝えたとしても、どれくらい明るいのか、どんな場面で明るいのかなどがあいまいで、説得力がない。
- ▶自分では伝わったと思っていても、相手からみたら何も伝わっていないことがあるので、相手がどのように思うのかを意識する必要がある。

◆ワーク◆（目安時間：30分）

手順①でペアをつくる際、面識の有無や交友関係は問わない。知らない相手に自分をわかってもらうためにアピール文を作成するため、まったく面識がないような関係でもかまわない。

手順②では、GETの結果からアピールしたいポイントを選ばせる。アピールしやすいようなポジティブな面を選択させるとよいだろう。

手順③では、手順②で選んだ性格が特に表れているような具体的な事実についてまとめる。いくつか自由に書かせて、その中から適切なものを選ばせるようにしてもよいだろう。

手順④では、手順③でまとめた具体的な事実を行うようになったきっかけ・動機などをまとめる。「なぜ」という観点から考えさせていくとういだろう。

手順⑤では、手順③でまとめた具体的な事実を説明するようなエピソードをまとめる。その事実を裏づけるような、あるいは補強するようなエピソードとして考えさせていくとういだろう。

手順⑥では、手順③・④・⑤でまとめたものを文章にする。記入欄は100字になっている。別の用紙を用意し、下書きをしてから100字にまとめるとよいだろう。

手順⑦では、4つのポイントからお互いの文章を評価し合う。「もう少しがんばりましょう」があれば、どのようにすればよくなるかについてお互いに話し合いをするとよいだろう。

◆まとめ◆（目安時間：5分）

自己アピールをまとめる際に、抽象的にアピールするのではなく、エピソードを加えて具体的にアピールすることの大切さをあらためて説明する。時間があれば、200字でまとめるワークを行ったり、別の言葉についてまとめるワークを行ったりしてもよいだろう。

氏名		取り組んだ日	年	月	日
----	--	--------	---	---	---

自分をアピールするケースとして、①口頭で行う場合（面接など）、②文章で行う場合（履歴書、作文など）があります。緊張してうまくアピールできるよう、文章にまとめておくとういでしょう。

アピールするといっても、「私はねばり強いです」というアピールだけでは、どれくらいねばり強いのかということが相手には伝わりません。自分をアピールするときには、具体的なエピソードなどを交えると相手に伝わりやすくなります。たとえば、右の例文のように、エピソードの有無によってアピールしたいことの伝わりやすさや説得力はかなり違ってくることが理解できると思います。

ここでは、いくつかの手順に従って、100字で自分をアピールする練習をしていきます。就職しようとする会社に自己アピール文を提出することを想定しながら取り組んでみましょう。

〈エピソードがないアピール〉

私はねばり強く物事に取り組むことができます。誰よりも負けず嫌いであり、困難なことがあっても、最後まであきらめることはありません。どんなことでも高い目的意識をもちながら取り組んでいくのが私の長所です。

〈エピソードがあるアピール〉

ねばり強く取り組むことが私の長所です。国際社会で活躍するという目的ができたときから毎日1時間は英語の勉強を続け、英語検定1級を取得しました。目標を決めたら、その達成まで努力を続けることができます。

手順① ペア（2人1組）をつくってください。このワークシート以外に、アドバイスシートを用意してください。また、下書きなどをするために、ノートなど別の紙も用意してください。

手順② GETで示された8つの性格の中から、自分でアピールしたいと思うものを1つ選び、GETで判定された段階であてはまるものに○印をつけましょう。（例：誠実性 低い・やや低い・平均的・やや高い・**高い**）

選んだ性格		低い ・ やや低い ・ 平均的 ・ やや高い ・ 高い
-------	--	-----------------------------

手順③ 選んだ性格をよく表しているような具体的な事実を書きましょう。（例：英語検定1級をとるまで努力を続けた）

具体的な事実	
--------	--

手順④ 手順③の具体的な事実に至ったきっかけ・動機を書きましょう。（例：国際社会で活躍したい）

きっかけ・動機	
---------	--

手順⑤ 手順③の具体的な事実を裏づけるようなエピソードを書きましょう。（例：毎日1時間は勉強に取り組んだ）

エピソード	
-------	--

手順⑥ 具体的な事実、きっかけ・動機、エピソードを交えながら、100字以内で自分をアピールする文章を書きましょう。

手順⑦ ペアになった人にアピール文を読んでもらいましょう。そして、下記のポイントについて評価してもらったともに、□に✓印をつけてもらいましょう。

	たいへん よくできました	よくできました	がんばりました	もう少し がんばりましょう
誤字や脱字がなく、ていねいに書いているか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
わかりやすくまとめているか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
エピソードを効果的に用いているか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
アピールが相手にしっかりと伝わる文章であるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>