

自己分析演習

ワークシートで自己分析！

自己分析は「過去」「現在」「未来」の3つの観点でやるよ。例にならって自己分析してみよう。

PAST 過去 からキミを分析する



Question 01 中学時代に心をゆさぶられた経験(感動したことやうれしかったこと)を書き出そう！
「理由」を書くときに「ほめられたから」など、他人からの評価を書くのではなく、「～ができたから」「～を身につけたから」など、キミが主体的にやったことを書くようにしよう！

心をゆさぶられたエピソード	心をゆさぶられた理由
◎3年のときに、所属している吹奏楽部でパーカッションのパートリーダーになった。みんなが楽しく練習できるように頑張ったら、練習の出席率が上がってうれしかった。	◎どうやったらみんなの練習が楽しくなるかを考えながら頑張っていたら、出席率が上がるという結果につながったから。

Question 02 どんなときに心をゆさぶられるか、分析しよう！
上の「理由」の所をよく読んで、共通することはないかを考えよう！



◎自分なりの工夫や自分ならではのことをやって、結果を出したとき。特に英語に関係することをしているときにうれしいと感じる。

Question 03 高校でそのゆさぶりを体験するためにどんなことをしたいか、考えよう！
◎常に自分なりのやり方を追求し、みんなにも伝えていきたい。また、将来は、英語の仕事につきたいという目標があるので、英語部に入って頑張りたい。

NOW 現在 からキミを分析する

Question 04 キミの長所と短所を書いてみよう！

長所 ◎前向き、我慢強い

短所 ◎自分の意見や本音が言えない

Question 05 他人から見たキミの長所と短所を聞いてみよう！
キミの長所、短所を家族や友達にも聞いてみよう！ どんどん、意見を言ってもらおう。恥ずかしがってちゃ始まらないぞ!!

長所 ◎努力家、責任感がある

短所 ◎少し控え目な時がある

Question 06 キミの長所、短所をまとめてみよう！
Q04とQ05の両方をふまえて、再度、キミの長所・短所を考えてみよう！ 同じものが出てきてもOKだよ。

長所 ◎前向き、努力家、責任感がある

短所 ◎本音が言えないときがある

Question 07 その長所を生かし、短所を克服して、高校ではどんなことをやりたいか、書いてみよう！
◎やろうと決めたことは最後までやり遂げたい。

FUTURE 未来 からキミを分析する

Question 08 キミのキーワードと長所・短所をもう一度まとめてみよう！
「キーワード」「長所・短所」の視点をもつことで、キミならではの志望理由書を書けるようになるよ。

キーワード Q02を参考にしよう！
◎自分ならではのやり方、英語

長所・短所 Q06を参考にしよう！
長所 ◎目標を決めて達成するまで努力できる

短所 ◎人に自分の意見が言えないときがある

これらをふまえて

Question 09 将来の希望を書いてみよう！
まだ将来のことが決まっていなかったら、現時点での思いを書いてね。

◎大学に行ってイギリスに留学して勉強してみたい。将来は、英語を生かした仕事をしたい。

Question 10 その実現のために高校では何をしたいか考えよう！
◎何事にも、「自分ならではのやり方」を追求していきたい。英語部に入学して英語力に磨きをかけたい。

OTHER その他 からキミを分析する

Question 11 志望校の校風で気に入っていることを書き出そう！
Q08の「キーワード」「長所・短所」とQ09の「将来の希望」という3点をふまえて考えよう！

◎国際理解教育に力を入れていて、各国の歴史や文化について学べる、英語部の活動が盛ん

Question 12 学校について調べてみて、印象深かったことを書き出そう！
◎「生徒が自ら考え、実践する」という教育理念がしっかり浸透しているように感じられた。

Question 13 キミの「キーワード」「長所、短所」「将来の希望」と共通する高校の特長を考えよう！
◎「自ら考え、実践する」という教育理念が自分の特長と似ている。英語部の部活をやりながら、大学進学に向けた勉強ができる。



志望理由書

志望理由書を書いてみよう！

例を参考に、前ページでまとめた自己分析を文章にしてみよう。何度も書き直せるように、ノートなどにまとめるといいよ！

志望理由書

1 志望理由を書きなさい。

高校に行きたいキミの気持ちを表現するところ。志望校の特長をふまえて、何がしたいのか、何ができるのかを書いていこう。ワークシートのQ03、07、10～13をまとめると書きやすいよ。読み手に伝わる文章を書くには結論から書くといいぞ！

2 自己PRを書きなさい。

キミの長所や頑張ったことをアピールするところ。ワークシートのQ08から「自分のキーワード、長所」を抜き出し、Q01からそれを裏付けるエピソードを抜き出して、文章にまとめていこう！文章の冒頭には、もっとも伝えたいことをコンパクトにまとめよう！

例

志望理由書

1 志望理由を書きなさい。

〇〇高校の国際理解教育に力を入れている点と「自ら考え、実践する」という教育理念にひかれました。私は、将来英語を生かした仕事をしたいと思っています。そのための基礎として、高校では、各国の歴史や文化、社会状況などについて学びたいと思っています。そして、文化祭での英語部の発表も素晴らしいものだったので、是非英語部に入って英語の力を伸ばし、積極性も身につけていきたいと考えています。また、私は中学時代、自分ならではの工夫を心がけていました。たとえば、吹奏楽部の練習メニューの考案や英語学習方法の工夫などです。そんな私の姿勢と貴校の教育理念は通じるものがあり、貴校であれば私の自分ならではの工夫を追求する精神をもっと鍛えることができると考え、志望します。

2 自己PRを書きなさい。

『自分ならではの追求する』私を一言であらわすと、こんな言葉が当てはまると思います。「一つの国について調べる」という課題のとき、私は以前から興味があったイギリスについて調べました。教科書やインターネットの情報だけでなく生の声を取り入れようと、イギリスからの留学生に英語でインタビューを行いました。その結果、教科書には載っていない、最近の流行やイギリス人から見た日本などについても理解できました。また、部活動は吹奏楽部に所属し、3年のときはパーカッションのパートリーダーをやりました。私はパートリーダーとしてメンバーの気持ちを合わせることに力を入れ、ゲームを取り入れた練習方法を実践しました。その結果、メンバーの練習参加率が上がりとてもうれしかったです。更に、責任感や協調性も身につけることができました。

キミならでの志望理由書ができたかな？志望理由書は、志望校へ向けたラブレター。
好きな人に告白するように心を込めて、その高校に入りたい気持ちや、キミのいいところを書いてみよう！



書いたら自分でチェックしよう！

志望理由	<input type="checkbox"/> ① 志望校の特色をふまえて、具体的に書いてありますか？
	<input type="checkbox"/> ② 自分の体験や活動実績とやりたいことなどを結びつけて書いていますか？
自己PR	<input type="checkbox"/> ① 学習内容の場合、どんな教科を何を学習し、それにどう取り組んだかが書いてありますか？ 教科名、学習内容、テーマ、目標を具体的に書こう。学習に取り組んだ過程や特に努力した点を書こう。
	<input type="checkbox"/> ② 教科外活動の場合、活動名やその状況を明確に書いていますか？ 活動における自分の役割、大会、コンクールへの参加など具体的に書こう。
	<input type="checkbox"/> ③ それらの活動を通して、何を学んだかをまとめられていますか？ 「自分の役割をどう果たしたか」「どんな困難があって、それにどう対応したか」など、アピールする根拠を示そう。