

## ADVISER

キャリアコンサルタント  
村本麗子氏



ビジネススクール東京・札幌の上席講師として年150回以上の授業に登壇。公共団体や企業への研修の提供や、企業、経営者、起業家へのコンサルティングや講演など、活動は多岐にわたる。脳科学理論をベースとしたコーチングでは、北海道における第一人者。株式会社ヒト・ラボ 代表取締役。

キャリアアドバイザーに聞いた!

# 転職サクセス へ田道

ROAD TO "TENSYOKU SUCCESS"  
vol.15



# 面接官の心に響く「自己PR」とは?

「自己弁護や自慢をしているようで苦手」「そもそも何をアピールすればよいのかわからない」簡単そうで難しいのが面接での自己PR。面接官の心に響く内容ってどんなものでしよう?

## 自己PRの 3つの視点。

性格、資格、経験や能力…さまざまな要素がランダムに浮かぶ自己PRですが、大別すると3つに分類することができます。

◎**人的な資産**…一般的な教養のほか「明るく快活」「チームプレーが得意」などの性格的資産のこと。

### より重要視される 価値観の共有力。

◎**技術的なスキル**…専門分野の技能や知識、語学力やスピーディーな処理能力などの後天的なスキルのこと。

## 各視点からの ひも付け。

3つの視点で自分を見つめ直した時、あなたにはどんなアピールポイントがあるでしょう。例えば「明るさ（人的資産）」と「多彩

なPC資格（技術的スキル）」だとした場合、それをストレートに伝えて面接官の心にはさほど響きません。ここで大切なのが

ひも付け。その性格や能力を象徴するエピソードやそこから得られた成果の例などを加えることで、より心に響く「自己PR」に仕上げていくのです。

明るさ→「物怖じしない明朗快活な性格で新規取引を多数獲得した」「PC資格→「資格取得数が評価され、新人研修マネージャーに抜擢された」などが表現の好例です。

職場の雰囲気が、自分の気質に非常に合っている」「地元に貢献したいという私の思いと、地域貢献という御社のスローガンとの共鳴を感じている」などの表現が効果的です。

人的な  
資産

価値観の  
共有力

技術的な  
スキル

