

【就活基礎セミナー／自己理解】 ※ワークで使用しますので、必ず記入の上、持参してください。

1. 自分の強みや弱み(長所や短所)について、下の表に書き出してください。
あまり深く考え込まず、できる限り、思い浮かんだことを書いてみましょう。

強みや弱み (長所or短所)	キーワード	そう思う(考える)理由やエピソード
例 短所	自分から意見が言えない	会議でも、つい相手を優先させ、言い出せず終わってしまう。

2. これまでの学校生活や職務経験の中で、印象に残っている出来事について書き出してください。
(楽しかったこと、やりがいを感じたこと、苦しかったこと、辛かったことなど)