



自分の持ち味に○をつけよう

他人に 関わる力

親しみやすさ / 気配り・ホスピタリティ / 素直さ / 誠実さ / 真面目さ / 約束を守る / 人への興味 / 働きかけ力（巻き込み力） / 協調性 / チームワーク力 / 指導・育成力 / 対話力（わかりやすく伝える力） / 傾聴力 / 理解力 / プレゼンテーション力 / 調整・交渉力（正確に聞いて伝える力）

自分に 関わる力

ストレス耐性 / 主体性（自分で考え行動できる力） / 挑戦心・チャレンジ精神 / 改善・成長意欲 / 前向き志向 / 全てのことから学ぶ姿勢 / 度胸・本番に強い / 自分で自分を律する力・感情をコントロールする力 / タフさ（精神力） / 使命感・責任感 / 目標志向性・達成意欲 / パッション（情熱） / 探究心 / どんな仕事でも面白みを見つける好奇心 / 変化対応力・柔軟性

課題に 対する力

論理的思考力 / 物事の本質を突き止める力 / 課題発見力 / 企画力 / 計画力 / 想像力 / 提案力 / 広い視点で捉える力 / 決められたことをやり抜く力 / 忍耐力 / 継続力 / 粘り強さ / 実行力 / 活動意欲 / 集中力 / 行動力 / 事務処理能力（正確性・早さ・PCスキル） / 文書作成力 / 計算能力 / 器用さ / 体力

出典：リクナビNEXT「協調性や気配り、チームワークなど他人に関わる力をアピールしたいときの自己PR例」から引用、加工
(<https://next.rikunabi.com/tenshokunowhow/archives/2942/>)
「論理的思考力・課題発見力など、課題に対する力をアピールしたいときの自己PR例」から引用、加工
(<https://next.rikunabi.com/tenshokunowhow/archives/3033/>)
「成長意欲や集中力、柔軟性など自分に関わる力をアピールしたいときの自己PR例」から引用、加工
(<https://next.rikunabi.com/tenshokunowhow/archives/3037/>)



リクナビ 2026



経験しているものに○をつけよう

大学内活動

- ・ 体育会
- ・ サークル
- ・ 勉強・ゼミ
- ・ 留学
- ・ 教育実習
- ・ 現場実習
- ・ 就業体験
- ・ 学祭の企画実施
- ・ 語学
- ・ 資格取得
- ・ その他 ()

大学外活動

- ・ アルバイト
- ・ 地域活動
- ・ ボランティア
- ・ スポーツ (野球・サッカー・武道など)
- ・ 習い事 (華道・ピアノなど)
- ・ 音楽 (バンドなど)
- ・ 趣味 (個人、グループ)
- ・ 家業の手伝い
- ・ その他 ()

リクナビ 2026



STEP1 箇条書きで整理しよう

STEP2 文章にしよう

結論	強みは？		
理由	それが強みだといえる根拠は？		
根拠 具体例	強みを 発揮した 具体的な 経験	When・Where いつ？どこで？	
		Why なぜ？	
		Who・How だれが？ どのように？	
		What なにを？	
		結果・成果	
結論	強みをどう活かす？		



結論	強みは？	みんなをまとめるリーダーシップがある	
理由	それが強みだといえる根拠は？	バラバラな意見をまとめて、結論を出す経験を数多くしているため	
根拠 具体例	強みを 発揮した 具体的な 経験	When・Where いつ・どこで？	文化祭の出し物の企画を取りまとめた
	Why なぜ？	一致団結して、1つの目標を達成することが楽しい	
	Who・How だれが・ どのように？	自分が、色々な意見を引き出し、取りまとめ、企画の決定し、役割を合意形成した上で決めた	
	What なにを？	謎解きイベントを開催し、問題作成・小道具・コスプレした司会等の担当を決めた	
	結果・成果	数多くの来場者に楽しんでいただくことができた	
結論	強みをどう活かす？	チームのメンバーやお客さまとの合意形成を図りながら、プロジェクトをまとめていく力を発揮したい	

私には、合意形成によってみんなをまとめていくリーダーシップがあります。学校の文化祭で出し物を企画する際、クラスのメンバーの意見も意欲もバラバラで、なかなか方向性がまとまらない経験をしました。

そこで、真面目な人や、やる気のない人、変わったことがやりたい人など、それぞれから意見を引き出し、企画をまとめていきました。

最終的に「謎解きイベントを開催する」「問題作成や小道具の担当、コスプレをして司会進行をする担当など、それぞれの力を活かして役割分担する」ということで合意形成に至った結果、みんなが団結し、多くの来場者に楽しんでもらうことができました。

もともと一致団結して1つの目標を達成することに喜びを感じるので、御社に入社後は、チームのメンバーやお客さまとの合意形成を図りながら、プロジェクトをまとめていく力を発揮していければと思います。

リクナビ 2026



STEP1 箇条書きで整理しよう

STEP2 文章にしよう

興味	事業内容・業界業種・職種・社風などどこに惹かれたのか

背景 (ひかれた理由)	どのような背景からその企業に惹かれているのか (きっかけ・経験・価値観を踏まえて伝える)

将来像	なぜその企業なのか (企業理念・特徴・強み・仕事内容などを取り上げ、 自分の仕事選びの軸との接点を伝える)

将来像	入社した場合どのように活躍したいか

