

学生時代頑張ったことを作成しよう

1. 場面を絞り結論から書く

Point! 場面を選択する基準

- | | |
|---|--|
| ☐ 打ち込んだ期間は半年以上が望ましい | ☐ 自分が成長したできごと |
| ☐ 自分から周りへ働きかけた（影響を与えた）こと | ☐ 自分を変えようとして努力をしたこと |
| ☐ 辛い経験を乗り越えたこと | ☐ 目標を持って取り組んだこと |

・テーマ（例：ゼミ、サークル、アルバイト、留学等）

・どんなゼミ？サークル？アルバイト？留学？（例：地球環境問題を研究するゼミ）

・いつ？or どれくらいの期間？（例：3年次の学部内ゼミ対抗発表会）

・何を頑張った？目標は？（例：チームリーダーとしてチームを一つにまとめること）

文章にしよう！

私は

に取り組みました。

2. なぜ頑張ったのか理由を書く

・背景やきっかけは何があった？（例：入賞という目標を掲げたが、それが達成できなそうだった）

・なぜその取り組みを選択した？（例：メンバー内で問題意識や取り組み姿勢に差があったから）

・その時の気持ちは？なぜ頑張れた？

文章にしよう！

からです。

3. 経験談（頑張った過程）を書く

Point! 結果よりも過程を大切に！入社しても同じように考えて行動できると思ってもらえるように書こう

・具体的に（いつ・どのような状況で・だれに）どんな行動をした？

（例：重要な文献は皆で読み込むことを提案した。その上で意見を共有する場を設けた。）

・なぜその行動をした？（例：効率を重視して各自異なる担当を割り振る分業制にしていたせいで、メンバーの意思疎通を図る機会がなくなっていることに気付いたから。）

・行動の目的は？（例：全員が同じ問題意識とモチベーションを持てるよう徹底すること）

・行動した時の気持ちは？

・行動の結果どうなった？目標はどれくらい達成できた？

（例：共通認識を持ったうえで各自が率先して役割を担ってくれるようになった。内容も充実した出来上がりで、大会では15チーム中2位になった。）

・行動後の気持ちは？

文章にしよう！

4. 経験を通して得たこと（強み）を書く

・経験を通して何を学んだ？どんな力が身についた？

（例：チームワークには、全員が共通の視点と意識を持つことが重要ということ）

文章にしよう！

を学びました。