

F ワーク②——アピール練習帳

F-1 ねらい

- ▶自分をアピールする際、抽象的な表現を使ったアピールだけでは自分のよさを相手に伝えることにはならないことを理解する。
- ▶アピールの内容に具体的なエピソードを付け加えることによって、説得力のある自己アピールになることを理解する。
- ▶エピソードを加えた短いアピール文を作成することで、自己アピールのコツをつかむ。

F-2 使用するもの

- ▶アドバイスシート……本人のもの
- ▶ワークシート……受検者は、アドバイスシートに記載の二次元コードまたは URL からアクセス可能。教師または学校は、生徒理解（学生理解）シートに記載の二次元コードまたは URL からアクセスするか、弊社のサイト「教材 NAVI」にある GET のページからダウンロード可能。

F-3 展開に必要な時間

約 40 分を目安としている。

F-4 ワークの形式

このワークは、基本的には 1 人で行うことを想定している。ただし、手順⑦では、自分が書いたアピール文を自己評価するのではなく、まわりの人に評価してもらってもよい、としており、この場合、評価する人は相手のワークシートを読んで評価することになるので、相手を書いたことを肯定的にとらえるようにあらかじめ注意しておく。

F-5 評価のポイント

ここでは、社会的・職業的に自立するために必要な基盤となる能力である「基礎的・汎用的能力」の観点別に評価のポイントを示す（基礎的・汎用的能力の詳細は Web などで確認してほしい）。

◆人間関係形成・社会形成能力◆

相手を尊重しながら互いにアピール文の評価を行うことができたか（手順⑦で相手のアピール文を評価する場合）。

◆自己理解・自己管理能力◆

エピソードを含めながら、自分のアピールポイントを的確にまとめ、説得力のあるアピール文を作成することができたか。

◆課題対応能力◆

手順に従って、わかりやすいアピール文をまとめることができたか。

◆キャリアプランニング能力◆

将来の就職・進学場面を想定しながらアピール文をまとめることができたか。

F-6 展開

◆導入◆（目安時間：5 分）

説得力のある自己アピールの重要性を説明する。以下のような点にふれるとよいだろう。

- ▶自分によい面がたくさんあっても、相手にしっかり伝わらなければ意味がなくなってしまうため、説得力のある自己アピールが必要である。
- ▶抽象的な表現だけでは相手に伝わりにくい。たとえば、「私は明るい性格の持ち主です」と伝えたとしても、どれくらい明るいのか、どんな場面で明るいのかなどがあいまいで、説得力がない。
- ▶自分では伝わったと思っていても、相手からみたら何も伝わっていないということがあるので、相手がどのように思うのかを意識する必要がある。

◆ワーク◆（目安時間：30 分）

手順②では、GET の結果からアピールしたいポイントを選ばせる。アピールしやすいようなポジティブな面を選択させるとよいだろう。

手順③では、手順②で選んだ性格が特に表れているような具体的な事実についてまとめる。いくつか自由に書かせて、その中から適切なものを選ばせるようにしてもよいだろう。

手順④では、手順③でまとめた具体的な事実を行うようになったきっかけ・動機などをまとめる。「なぜ」という観点から考えさせていくとよいだろう。

手順⑤では、手順③でまとめた具体的な事実を説明するようなエピソードをまとめる。その事実を裏づけるような、あるいは補強するようなエピソードとして考えさせていくとよいだろう。

手順⑥では、手順③・④・⑤でまとめたものを 200 字程度で文章にする。

手順⑦では、4 つのポイントから自分が書いた文章を評価する。まわりの人に評価してもらった場合、「もう少しがんばりましょう」があれば、どのようにすればよくなるかについてお互いに話し合いをするとよいだろう。

◆まとめ◆（目安時間：5 分）

自己アピールをまとめる際に、抽象的にアピールするのではなく、エピソードを加えて具体的にアピールすることの大切さをあらためて説明する。

ワーク② アピール練習帳

氏名	取り組んだ日
----	--------

自分をアピールするケースとして、①口頭で行う場合（面接など）、②文章で行う場合（履歴書、作文など）があります。緊張してもうまくアピールできるよう、文章にまとめておくとよいでしょう。

アピールするといっても、「私はねばり強いです」というアピールだけでは、どれくらいねばり強いのかということが相手には伝わりません。自分をアピールするときには、具体的なエピソードなどを交えたと相手に伝わりやすくなります。たとえば、下の例文のように、エピソードの有無によってアピールしたいことの伝わりやすさや説得力はかなり違ってくるのが理解できると思います。

〈エピソードがないアピール〉

私はねばり強く物事に取り組むことができます。誰よりも負けず嫌いであり、困難なことがあっても、最後まであきらめるとはありませぬ。どんなことでも高い目的意識をもちながら取り組んでいくのが私の長所です。

〈エピソードがあるアピール〉

ねばり強く取り組むことが私の長所です。国際社会で活躍するという目的ができたときから毎日1時間は英語の勉強を続け、英語検定1級を取得しました。目標を決めたら、その達成まで努力を続けることができます。

ここでは、いくつかの手順に従って、200 字程度で自分をアピールする練習をしていきます。就職したい会社や入学したい学校に自己アピール文を提出することを想定しながら取り組んでみましょう。

手順① このワークシート以外に、G E T の結果表を用意してください。

手順② G E T で示された8つの性格の中から、自分でアピールしたいと思うものを1つ選び、G E T で判定された段階であてはまるものに印をつけましょう。

（例：誠実性 「□高い」に印）

選んだ性格	<input type="checkbox"/> 低い	<input type="checkbox"/> やや低い	<input type="checkbox"/> 平均的
	<input type="checkbox"/> やや高い	<input type="checkbox"/> 高い	

手順③ 選んだ性格をよく表しているような具体的な事実を書きましょう。
（例：英語検定1級をとるまで努力を続けた）

具体的な事実	
--------	--

手順④ 手順③の具体的な事実に至ったきっかけ・動機を書きましょう。
（例：国際社会で活躍したい）

きっかけ・動機	
---------	--

手順⑤ 手順③の具体的な事実を裏づけるようなエピソードを書きましょう。
（例：毎日1時間は勉強に取り組んだ）

エピソード	
-------	--

手順⑥ 具体的な事実、きっかけ・動機、エピソードを交えながら、200 字程度で自分をアピールする文章を書きましょう。

--	--

手順⑦ 手順⑥で書いたアピール文を読み直し、下記のポイントについて自己評価をして、あてはまるものに印をつけましょう。または、自己評価ではなく、あなたのまわりの人に評価してもらってもかまいません。

	たいへん よく できました	よく できました	がんばりました	もう少し がんばり ましょう
数字や数字がなく、 ていねいに 書いているか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
わかりやすく まとめているか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
エピソードを 効果的に 用いているか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
アピールが相手に しっかりと伝わる 文章であるか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>