21　初対面でも伝わる自己ＰＲ［実践］

　私たちは、しばしば自己紹介をすることがあります。例えば、新学年で新しい友達ができたときに自己紹介をします。そういうときは、名前を知ってもらうだけでもいいわけですが、就職や進学にあたっての面接など、自分のよさを認めてもらうことが必要なシーンもあります。そこでは、自分を強くアピールすることが求められます。

　20章では、自分がどんな人間であるかを分析しました。今度は、その結果を踏まえて、自分のよさを初対面の人にわかってもらうには、どのように自己ＰＲすればよいかを考えましょう。

　気をつけたいのは、自己ＰＲと自慢とは異なるということです。単なる自慢を見せつけられて気分のいい人はいません。自己ＰＲの際には、自分の長所を、謙虚さをもって相手に説明したいものです。そのためには、短所についても言及するなどの工夫が効果的でしょう。

自己ＰＲ文の構成

Ⅰ　自分の特徴を一言で表すと　または　大切に思うこと

［　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　］

Ⅱ　自分の特徴（性格）を裏付ける経験やエピソード

［　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　］

Ⅲ　経験やエピソードを通じて学んだこと

［　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　］

Ⅳ　経験やエピソードを通じてどのように自分が変わったか

［　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　］

Ⅴ　ＰＲのまとめ

［　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　］

レッスン１　　自己ＰＲの文章の構成表を作ります。前ページの「自己ＰＲ文の構成」の空欄に、項目ごとにその内容のメモを書いてみよう。

レッスン２　レッスン１の構成に従って、自己ＰＲ文を書きなさい。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

【解答】

レッスン１（例）

Ⅰ　自分の特徴を一言で表すと　または　大切に思うこと

　「楽しみを見つけよう」

Ⅱ　自分の特徴（性格）を裏付ける経験やエピソード

　バレーボール部のボール磨き。工夫することで楽しみが見つかった。

Ⅲ　経験やエピソードを通じて学んだこと

　いやな仕事でも楽しみを見つければおもしろくなる。

Ⅳ　経験やエピソードを通じてどのように自分が変わったか

　楽しみを見つけようとすることで、生き生きしていると言われる。

Ⅴ　ＰＲのまとめ

　楽しみを見つけることが私の武器。

レッスン２（例）

　私にとって大切なことは「どんなことにも楽しみを見つけよう」と思うことです。Ⅰ

　私のいたバレーボール部では、汚れたボールを磨く仕事がありました。私はそれが面倒で、いやいや磨いていました。あるとき、一人の先輩に「どれだけ早くきれいに磨けるか、競争しよう。」と話しかけられました。「早くきれいに」は難しく、磨き方を工夫しなければなりません。すると、その工夫をすることそのものがおもしろく、いやだったはずのボール磨きが苦にならなくなりました。翌日、他の部員にボールがいつもよりきれいだとほめられ、とてもうれしかったことを覚えています。Ⅱ

　この経験から、いやな仕事でも楽しみを見つければおもしろくなることを学びました。Ⅲ

　今では、楽しみを見つけようとすること自体が楽しく感じられます。そのおかげだと思いますが、周りの人から、昔と比べて生き生きしていると言われるようになりました。Ⅳ

　将来、いろいろな困難が待ち受けていると思います。しかし、たとえ苦しいときでも、私は楽しみを見つけます。それが私にとって最大の武器ですから。Ⅴ

（別の解答例）

　私は、一言で言うと「負けず嫌い」です。Ⅰ

　去年の夏休み、叔母が経営する喫茶店を手伝いました。最初は注文を聞き間違えたり水をこぼしたりとミスばかりでした。周りの人たちは、「無理しなくていいよ。」と言ってくれました。そう言われると、「負けず嫌い」の性格が表に出てきて「なんとかみんなに認めてもらおう」という気になりました。そこで、毎晩、接客シーンを思い浮かべ、声に出して練習をしました。すると、ミスがなくなり、さらにお客様に呼ばれる前に自分から注文をとりに行けるようになりました。周りの人からも一人前扱いされるようになりました。Ⅱ

　かつては「負けず嫌い」の性格を直さなくてはいけないと考えていました。むやみに人と競争することはよくないと思っていたからです。しかし、よくないと思える性格も使いようによっては役立つことを知りました。Ⅲ

　今は、「負けず嫌い」を直そうとするのではなく、周囲を見つめながら自分の性格をコントロールしようと思うようになりました。Ⅳ

　私は、これからも、自分の「負けず嫌い」の性格をうまく利用して、現状に満足することなく努力し続けようと思います。Ⅴ