

# 自己分析ワークシート

## 1 過去から現在までの自分を振り返る

中学から大学まで、それぞれの時代で打ち込んだことや困難を乗り越えたことを思い出しましょう。  
そこから見えてくる資質や価値観は何でしょうか？

項目	大学時代	高校時代	中学時代
<input type="checkbox"/> 学校生活で打ち込んだこと <input type="checkbox"/> 困難を乗り越えたこと  例) 高校と大学時代は吹奏楽部に所属し、ほぼ毎日練習に明け暮れた。			
<input type="checkbox"/> なぜ打ち込んだのか <input type="checkbox"/> 困難をどのように解決したのか  例) 吹奏楽はチームで一つの音楽を奏するため、パートは違っても、メンバー同士で励まし合うことが多かった。そうした日々の練習を積み、チームでよい演奏ができた時の喜びや感動がとても大きかったから。			
<input type="checkbox"/> 見えてくる資質  例) 協調性／共感性／目標達成意欲			
<input type="checkbox"/> 見えてくる価値観  例) 仲間と協力して課題を解決することに価値を感じる。			

# 自己分析ワークシート

## ② 将来像について考える

3年後、5年後、10年後のキャリアプランについて書き出してみましょう。 結婚や出産などプライベートの変化も併せてイメージします。	
<input type="checkbox"/> 3年後 例) ・チーム医療の経験と知識を備えることによって、医師や看護師と対等に話ができる薬剤師になりたい。  ・OTC医薬品を含めた医薬品知識を十分に備えることによって、セルフメディケーションを広めたい。	
<input type="checkbox"/> 5年後 例) ・管理薬剤師や薬局長として店舗運営を経験したい。  ・部下のキャリアプランを考慮しながらマネジメントができる上司になりたい。	
<input type="checkbox"/> 10年後 例) ・人材育成の研修などにも携わりたい。  ・家庭とのバランスをとって働きたい。	

## ③ 他己分析をする

家族や友人など、周囲の人は、あなたにどのようなイメージを抱いているのでしょうか。理由も踏まえて聞いてみましょう。	
<input type="checkbox"/> 聞いた人 例) 母親	
<input type="checkbox"/> 内容 例) 学生時代、本や映画で興味を持った土地があると国内外を問わずすぐに旅行に出ている。初対面の相手でもすぐにうちとけ、仲良くなっていた。	
<input type="checkbox"/> 見えてくる資質 例) 行動力/社交性	
<input type="checkbox"/> 見えてくる価値観 例) 考えが異なる相手とも仲良くした方がよい	

## ④ 業界の適性と自分の資質や価値観を照合する

①～③で見えてきたあなたの「資質」「価値観」を、各業界の適性と照らし合わせてみましょう。

	適性							
	協調性	慎重性	対応力	共感性	社交性	学習意欲	問題解決能力	目標達成意欲
病院	○	○				○		
薬局			○	○			○	
ドラッグストア			○			○	○	
製薬企業(MR)					○		○	○