

おしえて！ キャリアくん



今回のテーマは**面接での伝え方**！
面接官はどんなところに注目して質問しているんだろう？！面接官の視点を知って、自分のことが伝わる工夫をしてみよう。

なぜ面接するの？

企業と応募者が互いに**相手のことをよく知り、一緒に働いていけそうか**確認し合うため

自社に貢献してくれるか？



ここを見ている！

- ・自社で活躍できる？
- ・働きたい気持ちはどれくらい？
- ・自社の求める人物像？

接点

自分のことを伝える！

- ・会社や仕事、職種に対する志望動機
- ・入社後どうしたい？
- ・自分の経験や価値観など

自分らしく働ける職場？



聞かれた質問にただ答えるだけでは接点分からない…！

相手に「伝わる」を意識しよう



Q.これまでに一番辛かったことは何ですか？

質問の意図は？

- ✓ 経験から何を得たの？
- ✓ どうやって乗り越えたの？
- ✓ 入社後も困難に向き合っていける？

➡ あなたの**経験+価値観**が知りたい！

伝えるときのコツ

- ✓ その時の状況や気持ちを飾らず、正直に
- ✓ その経験が**今活かされているか**話す



「伝わる」とは？ = 相手と同じイメージを共有できること

相手に伝わるための要素

- | | | |
|-----------------------|---|-----------------------|
| 内容（何を）
エピソードや自分の考え | × | どう言うか
固有名詞や数字を盛り込む |
|-----------------------|---|-----------------------|

回答のポイント

自分にじっくりくるワードや構成でオリジナリティを出そう！



昨年までバレー部に所属し、部長を務めていたのですが、**チーム目標である〇×大会ベスト4入り**を逃したことが一番辛かったです。

チーム強化のため、より厳しいメニューを組みましたが、私が目標に気を取られ、メンバーの意見や気持ちを汲み取れなかったことで全体のモチベーションが下がり、試合に影響したのが**原因**でした。

その**経験**から、メンバーとお互いの気持ちや状況をこまめに確認し合うことで、チームにとって何がベストかを考えることができ、目標達成に近づくのだと気づきました。

状況・理由

何を得たか



入社後、あなたがどのように働いていそうか、面接官がイメージできると良いね！

どんな経験をして、どんな気づきや想いがあったか？
深く考えてみたら、自分の特徴や良さが見えてきた！



就活やお仕事のヒントを紹介♪

おしえて!

キャリアくん



Web形式の面接が増えてきたね。新たな様式に戸惑うこともあると思うけど、ポイントをチェックして本番に臨もう♪

採用試験の面接が対面ではなく、**Web形式**で行われることに…。対面での面接と違って、どんなことに気をつければいいのか？



Check!

- 接続機器、Wi-Fiなどの通信環境は整っていますか？
- 使用アプリで動画をスムーズに通信できましたか？
- 機器の充電は十分ですか？
- 音声の聞き取りづらさを解消するイヤホンマイク等がありますか？
- 面接に集中できる静かな場所を確保できましたか？
- 姿勢や表情など、画面越しにどう映るかリハーサルしましたか？

「聴いている」ことを相手に示す

うなずきやあいづちを忘れずに。集団面接でも、他の応募者が話している時は、ぼんやり座らずに人の話を「聴く」姿勢を保とう。

目線に気を配る

伝えたいことがあるときカメラを見て話すと◎。

はい!



音声に気をつけよう

相手の音声聞き取りにくい時は「イヤホンを使ってよろしいですか?」と聞いて使おう。

ワンポイント

集団面接などで、自分が話していない時は**ミュート**を使って自分側の音が入らないようにしてもOK。話すときは**ミュート解除**を忘れずに!



個室・PCを貸出します!

キャリアセンターでは、**WEB面接のための個室・PC**の貸出（個室のみ）を行っています! お困りの方は、お気軽にお問合せ下さい。

どんなスタイルがあるか、面接官はどこを見ているのかをご紹介します♪

これから受けたい企業にグループディスカッション形式の面接が取り入れられているという方、必見!!

おしえて!

キャリアくん



グループディスカッション面接って?

集団面接形式の一つ。複数の応募者が集い、ある設定下で共に課題に取り組む形式。

主な形式	1. 集団討論	2. ディベート	3. 課題解決型
内容	与えられたテーマとルール*に基づいて話し合いを進める *制限時間、役割を決める・決めないなど	賛成/反対など2派に分かれて意見を交わす。自分と同じ考えのグループに割り当てられるとは限らない	課題やデータを示されてその解決に向けて全員で力を合わせる
テーマ例	<ul style="list-style-type: none"> ● 理想の上司とは ● チームワークについて 	<ul style="list-style-type: none"> ● 結果と過程どちらが重要か ● 夫婦別姓について 	<ul style="list-style-type: none"> ● 当社の来期売上を増加させるには ● (職場で起きそうな事例を示し) 解決方法を提案してください
ポイント	時間配分や前提となる定義*を決めておく *「〇〇という角度から考えてみませんか?」など	<ul style="list-style-type: none"> ● 議論が白熱しても口調は穏やかに ● 仲間を援護する 	<ul style="list-style-type: none"> ● 多角的に考える ● 解決策は複数あってもよい



面接官のしているポイントは?

▼コミュニケーション能力

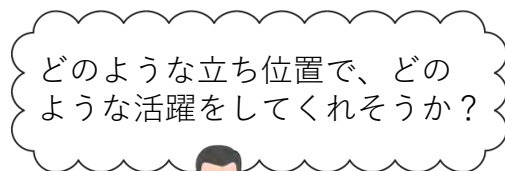
他者への配慮、参加者1人1人&議論全体を見る視点

▼集団の中の役割

リーダー、サポーター、フォロワー、傍観者など

▼論理的思考

周囲が納得できる根拠を伴った発言ができているか



入社後の担当業務や配属先をイメージ

Check!!

本番までにどんな準備をするといいの?

練習する



覚えるより慣れ!
仲間を集めてキャリアセンターで練習しよう!
※予約制。詳しくはお問い合わせ下さい。

日頃から課題意識を持つ



多角的視点で意見を持つために、様々な人とコミュニケーションできているといいね!

マナーに気を配る



討論中、足元や手クセなど、無意識にしている態度・表情にも日頃から気を配ろう!



おしえて!

キャリアくん



「グループディスカッション」の巻。

テーマに応じてグループで話し合い、全員で結論を提示するグループディスカッション。注意点を踏まえて準備をしよう。



ディスカッションの心得

1. 意見が言えるよう、日頃から社会の動きに関心を持ち、視野を広げる
2. 発言は積極的に!
3. 発言を裏付ける根拠+理由を示す
4. 専門用語はなるべく使わない
5. テーマからはずれない
6. わからない言葉が出たら質問して、議論に参加する



採用試験のグループディスカッション。どんなことに注意して臨めばいいの?

気をつけよう

ディスカッション NGあるある

- ✓自己紹介をしたのに、メンバーの名前を覚えていない
- ✓書記を決めたのに、全員メモを取り始める
- ✓特定のメンバーだけで話を進めてしまう
- ✓議論に消極的な人への声掛けがない
- ✓先入観やイメージで根拠のない意見を言う
- ✓ディスカッションの内容が趣旨と逸れても軌道修正できない
- ✓話を聞きながら、貧乏ゆすりやペン回し、前のめりの姿勢や腕組みをする



ディスカッションは、チーム全員で協力して論理をうまくまとめていくことが大事!

当日のポイント

- 時間に余裕を持って会場入り。他の受験生と交流が持てるため、ディスカッションで協力しやすい。
- 美しい姿勢で人の話が聴けるかどうかチェックされているという意識をもつ。
- メンバーが役割を十分に発揮できていないと感じたらサポートする。

Check!

- ✓協調性
- ✓積極性
- ✓個々の適性

一緒に働く仲間としてどうか?



おしえて！ キャリアくん



面接官は、質問に対する受け答えだけでなく、言葉遣いや立ち居振る舞い、面接中の姿勢や態度など様々な点をチェックしているよ！
そこで、第一印象を左右する要素「姿勢」と「挨拶」を確認していこう！

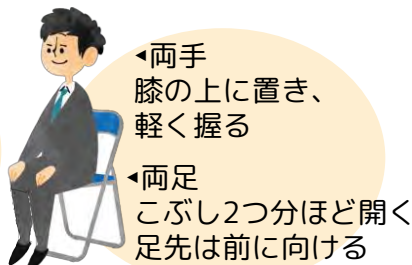
1 面接で気をつけたい姿勢の基本

座る姿勢

背もたれからこぶし2つ分ほど開け、背筋を伸ばす



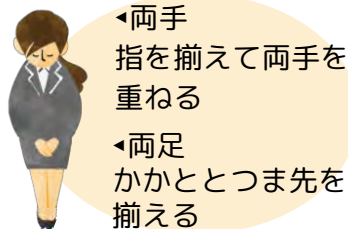
- ◀両手指先を揃え、膝の上で重ねる
- ◀両足足先まで揃える



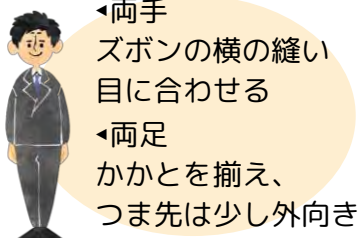
- ◀両手膝の上に置き、軽く握る
- ◀両足こぶし2つ分ほど開く足先は前に向ける

立つ姿勢

胸を張って背筋をまっすぐ伸ばし、あごを引く



- ◀両手指を揃えて両手を重ねる
- ◀両足かかととつま先を揃える



- ◀両手ズボンの横の縫い目に合わせる
- ◀両足かかとを揃え、つま先は少し外向き

お辞儀のときは

背筋をのばし、股関節から上半身を前に倒す



角度は30度

約2m先を見るイメージで

2 印象の良い挨拶のポイント

ごせんごれい

語先後礼

よろしくお願
いたします！

挨拶の言葉を先に、おじぎを後にすること



- 1 相手の目を見て挨拶の言葉を言い切る
- 2 お辞儀をする
- 3 体を起こした時に再び相手の目を見る

check

意識したいこと



- 面接中は姿勢を正し、顔はまっすぐ面接官に向ける
- 聞くときも話すときも面接官の目を見る
- 挨拶はハキハキと明るく元気な声で！

いつでも面接本番に臨めるように、日頃から「姿勢」や「挨拶」を意識しよう！



就活やお仕事のヒントを紹介♪



テーマ 面接の立ち居振る舞いQ&A

就活している皆さんからよく寄せられる、「面接の立ち振る舞い」に関する質問を紹介♪
ちょっと気になる「こんな時どうしたら…？」なギモン、面接の前にすっきり解消！

入退室のギモン

Q 控室（もしくは面接室）に通されて「お待ちください」と言われたら、すぐに座って待っていていいんですか？

まずは、入口近くで立って待ちましょう。係の人に「おかけください」と促されたら座ってかまいません。相手の方が来たらすぐに立ち上がって挨拶をしましょう。

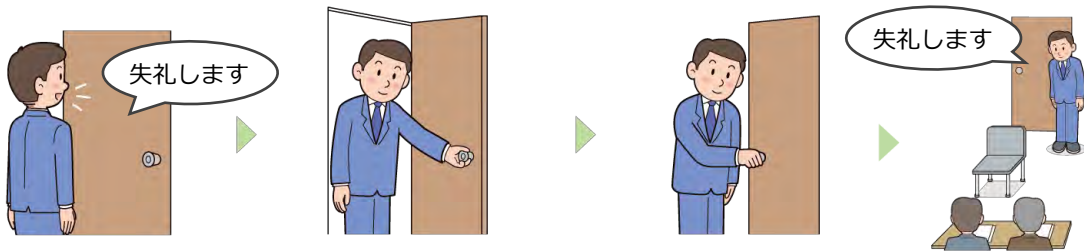
Q 入室するとき、ドアのノックは何回がいいんですか？

3回が一般的ですが、ノックの仕方も大事。
音やスピードなどで印象が変わるため、「入ってよろしいですか？」という気持ちを込めて、丁寧なノックを心がけましょう。



Q 「失礼します」と言うタイミングはいつ？

ドアを開ける前に1回。入室後に1回。



- ① ドアの前に立ち「失礼します」と言ってから静かにドアを開けます。
- ② 相手の姿が見えたら姿勢を整え、ドアを閉めてから「失礼します」と一礼。

Q （入退室で）ドアを開閉する時、面接官に背中を向けてはいけないんですか？

ドアの形状や部屋のつくりによっては背を向ける格好になってしまうことがあるかも。きびきびとした入退室を心掛けると好印象です。

カバンの持ち方・置き方のギモン

Q カバンを持つとき、肩にかけてもいいんですか？

歩くときは肩掛けでもOK。ただしお辞儀をするときは注意。お辞儀のときは、両手で持つと丁寧な印象になります。



Q 持っているカバンは隣の椅子に置いていいんですか？

椅子にカバンを置くのはNG。床の上に自立させて置くのが基本。置くときは、座る椅子の横側へ。カバンはできるだけ自立するタイプを用意しましょう。もし自立しない形状の場合、椅子の後ろ側へ置くとよいでしょう。



面接中のギモン

Q 「自己紹介をお願いします」と言われたら、どんなことを言えばいいですか？

人物確認のための氏名、学校名、市町村名などをはっきり伝え、今の気持ちや面接への意気込みを簡潔に話しましょう。

Q 面接官が数名いた場合、誰を見て話せばいいですか？

基本的には質問した面接官に向けて話しますが、全員に目配りを忘れずに。「他の面接官も見ないと！」と、意識しすぎるとごちない印象に…「面接官全員が自分の話に耳を傾けてくれているんだ」という気持ちで話してみましょう。

Q (笑う場面で) 声を出して笑ってもいいんですか？

面接官の雰囲気に合わせて笑ってOK。会話を楽しむ気持ちで！ただし、笑ってごまかしたり、苦笑いなどは相手に良い印象を与えないため、自分のクセを普段から意識しておくとういでしょう。



立ち居振る舞いひとつで、第一印象が変わってくるよ。
普段の自分の姿勢や仕草をチェックしてみよう。
「面接本番でどうしてもごちなくなりそう…！」という人は、キャリア
コーチと練習してみてね。