

もやもやを整理して楽しく自己分析！ 転職軸発見シート

自分の正直な気持ちを書き出してみましよう。すぐに書けない項目は飛ばして書ける箇所から埋めてもOKです。

氏名：

日付：

現在

未来

Q.1あなたはなぜ転職をしたいと思っていますか？

Q.2転職後、どんな風になっていたらうれしいですか？

Q.仕事では？

Q.お金は？（年収など金額をなるべく具体的に）

Q.プライベートは？

不平・不満でもOK！書き出してスッキリしましょう！

あくまで「理想」なので、「どうせ無理」といった気持ちは置いておきましょう。自由に楽しく考えてくださいね！

もやもやを整理して楽しく自己分析！転職軸発見シート

自分のこと～仕事編～

自分の正直な気持ちを書き出してみましよう。すぐに書けない項目は飛ばして書ける箇所から埋めてもOKです。

Q.1 仕事でわくわくする瞬間はどんな時ですか？

Q.2 仕事で上司や同僚から褒められた事

Q.3 仕事で得意な作業

Q.4 仕事で苦手な作業

もやもやを整理して楽しく自己分析！転職軸発見シート

自分のこと～過去と他者編～

自分の正直な気持ちを書き出してみましよう。すぐに書けない項目は飛ばして書ける箇所から埋めてもOKです。

Q.5 将来なりたいと思っていた職業

幼少期

Q.6 周りの人からどんな人だと言われますか？

言われたこと

就活または社会人なり立ての頃

誰に？

もやもやを整理して楽しく自己分析！転職軸発見シート

数字のこと

給与明細や源泉徴収を確認し正しい数字を調べましょう。すぐに書けない項目は飛ばして書ける箇所から埋めてもOKです。

現在

現在の金額：月収 万円
年収 万円

現在：月平均 時間

現在： 時間 分

Q.収入

額面で記入。
手取りではありません

Q.残業時間

Q.通勤時間

希望

希望金額：月収 万円
年収 万円

最低金額：月収 万円
年収 万円

希望：月 時間以内

希望： 時間 分

もやもやを整理して楽しく自己分析！転職軸発見シート

数字のこと

企業カレンダーなどを参考に正しい数字を調べましょう。すぐに書けない項目は飛ばして書ける箇所から埋めてもOKです。

現在

年間 日

完全週休2日（土日）
完全週休2日（土日以外）
完全週休2日（土日）＋祝日
完全週休2日＋祝日（シフト制）
週休1～2日以下

該当に○

Q.年間休日数

Q.週休

希望

年間休日 日

—希望の休日形態（複数選択可）—
完全週休2日（土日）
完全週休2日（土日以外）
完全週休2日（土日）＋祝日
完全週休2日＋祝日（シフト制）
週休1～2日以下

該当に○

もやもやを整理して楽しく自己分析！転職軸発見シート

数字のこと

すぐに書けない項目は飛ばして書ける箇所から埋めてもOKです。

現在

上場企業
大企業
中小企業
ベンチャー
その他

10人以下
10～50人
50～100人
100～300人
300人～1000人
1000人～5000人
5000人以上

該当に○

Q.企業形態

Q.従業員数

希望

上場企業
大企業
中小企業
ベンチャー
その他

10人以下
10～50人
50～100人
100～300人
300人～1000人
1000人～5000人
5000人以上

該当に○（複数回答可）

もやもやを整理して楽しく自己分析！転職軸発見シート

未来のこと

方向性・やりたい事が決まっている方のみ記入
すぐには書けない項目は飛ばして書ける箇所から埋めてもOKです。

Q.1 希望の業種・職種

Q.2 希望の業種・職種で活かせそうな強み3つ

Q.3 今後のキャリアプラン・入社後のイメージ