

【修習生向け】弁護士の就職活動とは

備えあれば憂いなし！初めてのオンライン面接で後悔しないための注意事項と心構え。

昨今はネット環境の進化や感染症予防の観点から、オンラインで面接などの採用フローを実施するケースが増えています。リアルな対面での面接とは、違う意識を持つておく必要があります。オンラインにおけるコミュニケーションのポイントとともに、オンライン面接の注意事項をお伝えします。

●オンラインでのコミュニケーションの留意点

人がコミュニケーションを取るときには、言語・非言語の情報を得ています。

リアルでの対面コミュニケーションと比べると、オンラインでのコミュニケーションでは圧倒的に得られる情報が少ないということがあげられます。具体的にどのような情報量の差があるのかというのが、下記の図になります。

◆コミュニケーションの手法と情報伝達

伝わる情報量が少ないということは、誤解が生じやすいということにもつながります。人生の節目にあたる就職活動において、「意図が正しく伝わらなかった」「そんなつもりではなかった」というような失敗を防ぎ、満足のいく結果を出していくためのポイントをつかんでおきましょう。

	とらえられる情報		
	範囲	得られる情報	感覚機能の特徴
対面 	顔の表情・体全体・服装・周囲の環境など	・視覚(顔の表情・身体の姿勢や動き・相手の服装) ・聴覚(声のトーン) など	・視覚やそのほかの感覚器の感覚機能が向上 ・得られる情報量が増え、質も高まる
オンライン 	モニター画面で確認できる範囲	・視覚(顔の表情) ・聴覚(声のトーン) など	・視覚やそのほかの感覚器の感覚機能が制限される ・得られる情報が少ない

◆参加する環境を整えておく

オンラインでコンタクトを取るにあたって、まずは参加時の環境を整えておきましょう。

・参加はなるべくパソコンを使用する

スマートフォンやタブレットなどでも参加は可能ですが、パソコンの方が処理能力が高く、トラブルも起こりにくい傾向にあります。使用する機器の充電及び電源確保を忘れずに行ってください。

・安定した通信回線を使用

途中で回線が落ちるようなことになると、大きな機会損失となります。必ず通信速度を確認し、問題があれば電波の安定した場所で受けるよう、場所を決めておきましょう。

・指定されたツールをあらかじめインストールしておく

直前にインストールをした場合、操作法がわからないなどのトラブルが起こることもあり得ます。事前に操作練習をしておくことが大切です。

・適切な場所を選ぶ

自宅からの参加が多くなると思いますが、画面に映る範囲を確認し、背景がどのように映るか等を確認しましょう。また、集中を途切れさせるアクシデントが無いように準備をしておく必要があります(実施時間を家族に告知しておく、ペットや子供の乱入を防ぐ、スマートフォン等通信機器の通知を切っておく、等)。カフェなどでは周囲の雑音が入ったり、会話の内容が周囲に聞こえてしまったりするため、お勧めしません。

もし自宅に Wi-Fi 回線が通ってない場合は、レンタルスペースなどの静かな環境を借りることも検討しましょう。

・周辺機器の準備

明るさの確保と雑音対策は必須です。PC にマイク・イヤホン・カメラが無い場合は準備をしておく必要があります。PC 内蔵のマイクやスピーカーでも実施できますが、オンラインでは雑音が気になるものです。スマートフォンで使うイヤホンマイクで十分ですので、使いやすいものを用意しておきましょう。できれば、ワイヤレスよりも有線タイプの方が音声安定するのでお勧めです。PC 内蔵カメラは、下からあおる感じのうつりかたになるため、カメラの位置を確認しながら、PC 自体を台の上にのせるなど工夫をされることをお勧めします。また、照明を使って顔のうつりを明るくはっきりさせた方が、好印象につながります。デスクライトをカメラの横に置くなどして調整をしてみましょう。

◆表情や発声を意識する

オンラインでは、顔の部分だけしか映らない状態で話が進むため、ジェスチャーや身振り手振りが見えにくく、感情表現や補足説明などが伝わりづらい傾向があります。

そのため、受け答えはいつもより大げさにする心持で、表情豊かに大きめのジェスチャーをすることが大切です。特に話を聴いているときには「聞いている」というリアクションが大切です。大きくうなづく・わからなかったら首をかしげる・面白かったら大きな笑顔になる、などを意識しましょう。

また、発話するときは、小さな声で単調な話し方では伝わりません。声の抑揚を意識し、普段より少し遅めのスピードで、句読点を意識して間を置く話し方を心がけましょう。

◆「話す」と「聞く」を意識する

オンラインでは、会話の流れにタイムラグが生じていることを意識しましょう。私たちは普段、無意識に、相手との会話をスムーズに進めつつ、相手の意図などをくみ取りながら、良いタイミングで正しい情

報を話すために、自分の発話のタイミングを見計らって、話を始めています。しかし、オンライン上ではタイムラグが発生するために、このタイミングがつかみづらいということが起こります。そのため、相手がまだ話しているにも関わらずつい会話をかぶせてしまったり、同じタイミングで黙り込んでしまったりということになります。そこで、一通り話が終わりそうなタイミングまではしっかりと「聞く」モードにし、区切れがいいところで「話すモード」にして返答するように意識することが大切です。

●オンライン面接での留意点

面接の内容自体は、リアルでの対面面接と変わりません。オンラインでの面接は、自宅など自分が慣れている環境で、他の応募者との接点がないため、落ち着いて臨めるという利点もあります。

大きく違うのは、「コミュニケーションが画面越しに行われる」「機器と回線を使用する」ことです。上記「オンラインでのコミュニケーションの留意点」を参照し、特に機材まわりの準備などをしっかりと行っておきましょう。

◆事前準備をしっかりと、伝えたいことをまとめておく

リアルでの対面面接と比べると、細かい話し方や仕草は目立ちにくいいため、ノリや勢いで乗り切るのは難しいかもしれません。話の内容そのものをしっかりと準備しておきましょう。

◆表情と声の抑揚を意識する

オンラインでは、相手の反応や表情を感じにくい場合があります。面接中は常にリアクションをはっきりさせることを心がけましょう。うなづきなどは大きく一回を心がける（小刻みに何度もしない）、話の内容に沿った表情をするなど、わかりやすい表現を心がけます。

また、小さな声や早口で話すと聞き取りにくくなります。いつもよりも元気にハッキリと、そしていつもより“少し遅い”と感じるくらいの速度で、丁寧に話すように意識をしてみましょう。

◆リハーサルをしておく

可能であれば、ぜひリハーサルをしておきましょう。先方指定のオンラインコミュニケーションツールを使って、1人でミーティングの開催を行えば、実際にどのような映りになるのかなどを確認ができます。ほとんどのツールには録画機能がついているので、表情・声の抑揚などのチェックも可能です。

面接練習のお申込みはこちらから

https://share.hsforms.com/1xoGRwRqcS9yN0CX6iw4erw3fscv?_ga=2.133018566.931326912.16

◆オンライン面接開始 10 分前には、スタンバイを

直前に機器トラブルなどが起こる可能性もあります。面接開始 10 分前には、接続の確認やオーディオ（マイク・スピーカー）のテストなども済ませ、準備が完全に終了しているスケジュールで動いてください。

◆予備の機器を準備しておく

パソコンでの使用をお勧めしていますが、万が一のトラブルに備え、スマートフォンやタブレットなど、代替機の準備をしておきましょう。また、先方の電話番号などを控えておき、トラブルが発生したら速やかに連絡が取れるようにしておくことも必要です。オンラインの面接の際には想定できないトラブルが発生することもあります。おかしいな？と思ったら、速やかに先方の企業や、事務所へ連絡を入れましょう。

●まとめ

オンラインならではの準備や留意点がありますが、内容自体は対面の面接と変わりはありません。面接での質問はすべて、「あなたは、どんな人ですか？」ということに集約されます。面接官との相互コミュニケーションを意識し、自分の思いをしっかりと伝えていきましょう。

◆筆者プロフィール

菊池啓子（きくちひろこ）・キャリアコーチ 国家資格キャリアコンサルタント

株式会社リクルートの営業を経て独立。「自ら選んで、とべ!」という理念のもと、自らの望む生き様を実現させたいビジネスパーソンの育成に力を注ぐ。企業研修トレーナーとして従業員 30 名ほどの中小企業から TOYOTA、オムロン、三菱地所など大手上場企業まで 50 社以上の企業研修を実施。若手から管理職まで幅広い層の育成を手掛け、年間登壇数は毎年 100 回を超える。また、アスリートのメンタルサポートや3つの大学で講師としてキャリアデザインを担当。

著書に『一週間で完成！内定獲得できる本～ストレスに負けない就活コピーン』

公式 LINE にて「ストレス対処法」「ビジネスコミュニケーションのコツ」「自分の望むキャリア選択のヒント」などを毎朝コンパクトに発信。

<https://lin.ee/9Zcjt1w>



**参加者限定
合格祝い!**

amazon ギフト券 3,000 円

キャンペーン対象：2月16日18日 開催分

3ステップでもらえる

STEP 1



弁護士求人ナビ
公式 LINE への登録

STEP 2



説明会の参加
(5 事務所以上)
※2日間合わせて

STEP 3



事後アンケートの
回答

オンライン修習生就職合同説明会

どこからでも
参加可能!

◆説明会の登録
はこちらから



◆74 期修習生
専用公式 LINE



配信元：弁護士求人ナビ
運営 株式会社カイルスタイル
<https://bengoshi-kyujin-navi.com/>