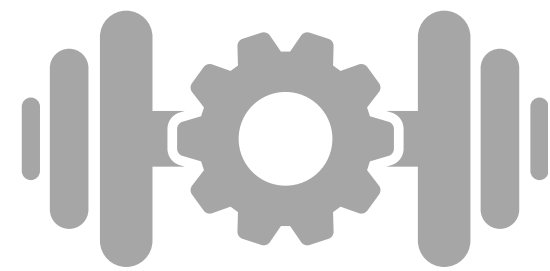


Инструмент за самоанализ: **SWOT** анализ



Инструмент за самоанализ: **SWOT** анализ





КАКВО Е **SWOT** АНАЛИЗ?

SWOT анализът е инструмент, който помага за идентифициране на силните и слабите страни, както и на възможностите и рисковете на конкретен бизнес или проект. Въпреки че е много често срещан в малкия бизнес, неправителствените организации, големите корпорации и други организации, той може да се използва и на лично ниво или в отделни професионални ситуации.

Какво означава **SWOT**?



СИЛНИ СТРАНИ:

ВАШИТЕ ПОЛОЖИТЕЛНИ КАЧЕСТВА,
УМЕНИЯ И ТАЛАНТИ, КОИТО ВИ ДАВАТ
ПРЕДИМСТВО.

НАПРИМЕР, ДА БЪДЕШ ОРГАНИЗИРАН,
ДА ПРИТЕЖАВАШ ДОБРИ
КОМУНИКАТИВНИ УМЕНИЯ ИЛИ ДА
БЪДЕШ ЕКСПЕРТ В ОПРЕДЕЛЕНА ОБЛАСТ.

ВЪЗМОЖНОСТИ:

- ПОЛОЖИТЕЛНИ ВЪНШНИ
ФАКТОРИ, КОИТО МОЖЕТЕ ДА
ИЗПОЛЗВАТЕ ВЪВ ВАША ПОЛЗА.
- НАПРИМЕР, КУРСОВЕ ЗА
ОБУЧЕНИЕ ИЛИ КОНТАКТИ, КОИТО
МОГАТ ДА ВИ ПОМОГНАТ ДА СЕ
РАЗВИВАТЕ.

СЛАБОСТИ:

Вашите области за подобрене
или аспекти, които възпрепятстват
успеха ви. Например, липса на
опит в определени области,
трудности при работа под
напрежение или срамежливост.

ЗАПЛАХИ:

НЕГАТИВНИ ВЪНШНИ ФАКТОРИ,
КОИТО МОГАТ ДА ВЪЗПРЕПЯТСТВАТ
НАПРЕДЪКА ВИ. НАПРИМЕР
КОНКУРЕНЦИЯ, ПРОМЕНИ НА
ПАЗАРА НА ТРУДА ИЛИ ЛИЧНИ
СИТУАЦИИ, КОИТО ВИ ЗАСЯГАТ.

ЗАЩО Е ПОЛЕЗНО?



ЗАЩО Е ПОЛЕЗНО?

Използването на **SWOT** анализ като инструмент за самоанализ може да бъде много полезно за по-добро разбиране на себе си и вземане на по-информирани решения относно личностното или професионалното ви развитие. Като идентифицирате силните си страни, можете да подобрите това, в което се справяте добре; като разпознаете слабите си страни, можете да работите върху подобренieto си. Той също така ви позволява да видите от какви възможности можете да се възползвате във вашата среда и какви заплахи биха могли да ви спънат, което ви помага да планирате следващите си стъпки по-ясно.



Твой ред

- Разделете лист (или документ на Word) на четири части – можете да използвате примера на следващия слайд като ръководство.
- Във всеки раздел напишете поне три точки.
- Помислете: Как можете да се възползвате максимално от силните си страни и възможностите, с които разполагате? И как бихте могли да подобрите слабите си страни и да намалите въздействието на заплахите?

СИЛНИ СТРАНИ

ПРИМЕРИ:

- *Добри комуникативни умения.*
- *Умение за работа в екип.*
- *Висока мотивация за учене на нови неща.*
- *Упоритост пред лицето на предизвикателствата.*
- *Креативност за решаване на проблеми.*

СЛАБОСТИ

ПРИМЕРИ:

Трудност в управлението на времето.

- *Несигурност при говорене пред публика.*
- *Често отлагане.*
- *Липса на опит.*
- *Склонност да не се изразяват нужди.*

ВЪЗМОЖНОСТИ

ПРИМЕРИ:

Достъп до програми за обучение или стипендии.

- *Контакти или мрежи за подкрепа (ментори, асоциации и др.).*
- *Време, което имам на разположение да се съсредоточа върху моето развитие.*
- *Участие в международни проекти (доброволчество, обмени и др.).*

ЗАПЛАХИ

ПРИМЕРИ:

Липса на възможности за работа в моята среда.

- *Икономическа или лична нестабилност.*
- *Политически или социални промени, които влияят на моите планове.*
- *Липса на семейна или социална подкрепа за моите цели.*

Препоръчителни дигитални ресурси

Личният **SWOT** анализ → Държавен университет Кенесоу.

Личен **SWOT** анализ: Какво е това и как да го направим? → **EAE**
Business School

Как да работите върху личния си **SWOT** анализ (електронна книга) →
Guillem Recolons