|  |  |
| --- | --- |
| **Silné stránky (Strengths)** | **Slabé stránky (Weaknesses)** |
| * Vlastní schopnosti, zkušenosti, dovednosti, klady i přednosti. * Co umím opravdu dobře, v čem vynikám * Umíte navazovat kontakty, komunikovat? * Jaké máte vlastnosti? (Jaká jsem? Mé osobnostní kvality) * Co jiní lidé považují za vaši silnou stránku? * Na který z Vašich osobních a profesních úspěchů jste nejvíce pyšný/á? | * Vaše nedostatky v dovednostech a schopnostech, zkušenostech. * Co mi nejde, s čím se trápím * Jakým úkolům nebo situacím se vyhýbáte, protože se obáváte, že je dobře nezvládnete. * Co lidé považují za Vaši nejslabší stránku? * Máte nějaké zlozvyky. (Jste dochvilný? Dokážete se i ve stresu ovládat? Brání vám přílišné zaměření na detaily dokončit práci včas? Veřejné vystupování.) * Jaké osobní vlastnosti nejsou u vás dostatečně rozvinuty? * Které osobní nedostatky omezují váš úspěch? |
| **Příležitosti (Opportunities)** | **Ohrožení (Threats )** |
| * Vaše možnosti, když byste využili svých silných stránek * Jak byste mohl/a využít svých silných stránek ke svému osobnímu rozvoji * Jak byste mohl/a využít svých silných stránek k rozvoji své profese * V čem mohu být úspěšný/á, když využiju svých silných stránek | * Vnější bariéry, bránící vám v činnosti, chování v různých situacích * Může některá z vašich slabých stránek být hrozbou? (Například nedůvěra ve vlastní dovednosti, ostýchavost, malá komunikativnost) * Jakým překážkám nyní čelíte * Co mne může ohrozit v mé profesi * Na co nemám vliv, co mne může ohrozit |

**SWOT analýza osobnosti**

**Pokuste se rozvinout své odpovědi na otázky:**

* 1. **Jak mohu rozvíjet své silné stránky**

**2. Jak ještě více pracovat na svých silných stránkách**

**3. Jak své silné stránky používat každý den**