|  |  |
| --- | --- |
| **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**