

The background of the slide is a light gray gradient with several realistic water droplets of various sizes scattered across it. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance.

SWOT A KARIÉRNÍ STROM S VYUŽITÍM KARET

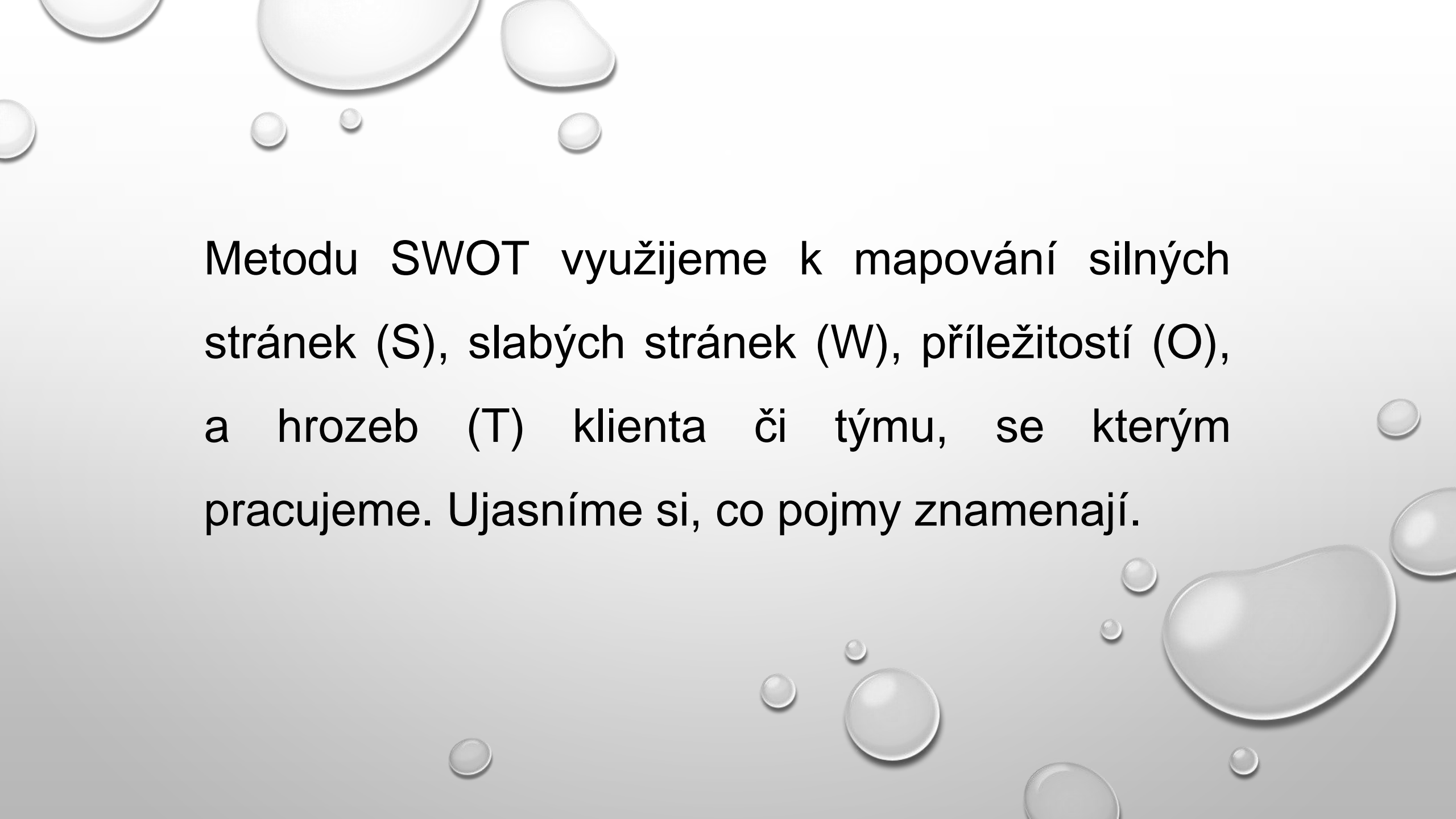
DAGMAR SVOBODOVÁ

JAK TO BUDE PROBÍHAT?

1. PROJDEME SI TECHNIKY SWOT A KARIÉROVÝ STROM
2. USADÍME SE KE KARTÁM, KTERÉ NÁS PŘITÁHNOU
3. VYZKOUŠÍME SI PRVNÍ TECHNIKU
4. ZMĚNÍME CENTRUM S KARTAMI
5. VYZKOUŠÍME SI DRUHOU TECHNIKU
6. SDĚLÍME SI DOJMY, POCITY, NOVÉ NÁPADY... :-)

The image features a light gray background with several realistic water droplets of various sizes scattered across it. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance. In the center of the image, the word "SWOT" is written in a large, bold, black, sans-serif font.

SWOT



Metodu SWOT využijeme k mapování silných stránek (S), slabých stránek (W), příležitostí (O), a hrozeb (T) klienta či týmu, se kterým pracujeme. Ujasníme si, co pojmy znamenají.

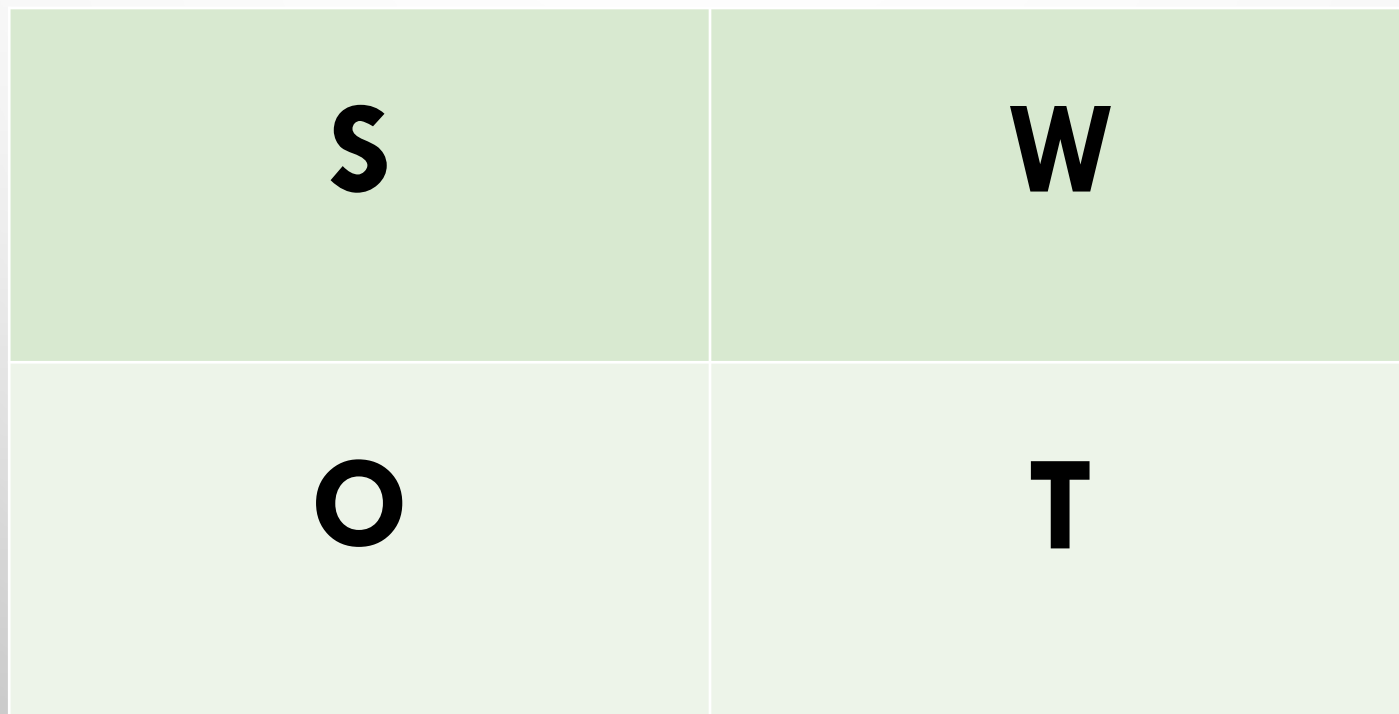
● **S - STRENGTHS silné stránky** pomáhají posilovat sebeuvědomění a pozici na trhu, pomáhají identifikovat, v jakých aspektech máme výhody před konkurencí. Cílem je maximalizace silných stránek.


W- WAEKNESSES slabé stránky snižují vnitřní hodnotu (schopnosti, dovednosti, postoje) Cílem je minimalizace slabých stránek.

O - OPPORTUNITIES příležitosti jsou potenciální vnější příležitosti - šance pro osobní rozvoj a posílení pozice na trhu. Snažíme se o správnou identifikaci a maximální využití příležitostí, které mohou přinést úspěch.

T - THREATS hrozby jsou faktory vnějšího prostředí a leží mimo naši kontrolu. Hrozby představují rizika, která ohrožují dosažení cílů nebo jejich realizaci. Cílem SWOT analýzy je hrozby identifikovat, sledovat a eliminovat.

- Nakreslíme čtverec rozdělený na 4 stejné části pojmenované SWOT. Vyberte si karty symbolizující jednotlivá pole (možný výběr 2 – 3 karet do jednoho pole).





Přemýšlej a doplň do jednotlivých čtverců své myšlenky a nápady, přičemž se můžeš inspirovat vybranými kartami:

- ***Čím ovečka připomíná osobní silné stránky / slabé stránky / příležitosti / hrozby/ situaci?***

Jaké akční kroky podnikneš a kdy?



The background features a light gray gradient with several realistic water droplets of various sizes scattered in the corners. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance.

KARIÉROVÝ STROM

Nakresli strom tak, aby byly vidět **kořeny, kmen a koruna.**

A) MAPOVÁNÍ KOŘENŮ – ZDROJE

- *Vyberte karty, které vykreslují vlastnosti. Povídejte o sobě.*
- *Která karta vystihuje, v čem jsi dobrý? V čem jsi dobrý?*
- *Která karta vystihuje, co u sebe chceš zlepšit / rozvíjet?*

B) MAPOVÁNÍ KMENE - MOTIVACE, HODNOTY A SMYSL

- *Vyber kartu, která vystihuje, co je pro tebe v profesní kariéře důležité.*
- *Proč je to důležité?*
- *Jaké jsou tvoje hodnoty?*
- *Jak se hodnoty projevují v každodenním studijním / pracovním životě?*
- *V čem tě tyto hodnoty posilují?*
- *V čem ti tyto hodnoty brání?*
- *Jaký smysl má, co děláš / chceš dělat?*

○ C) MAPOVÁNÍ PLODŮ - ÚSPĚCHY A VIZE DO BUDOUCNA

Do svého stromu nakresli plody - plody své práce / svého studia.

Metafora plodů zahrnuje **plody, které jsou zralé** a lze z nich

čerpat (radovat se z nich, sníst je, zasít jejich semena a založit

tak další stromy), ale také **plody, které se nevyvedly**

(neúspěchy).

• *Vyberte karty, které popisují tvé životní úspěchy. Co se ti podařilo?*

Díky čemu jsi úspěchů dosáhl (jaké vlastnosti, schopnosti, dovednosti se na úspěchu podílely)?

UVEĎ 3 ŽIVOTNÍ ÚSPĚCHY.

*Která karta ti připomíná **nejcennější neúspěch**? Co jsi se díky neúspěchu naučil? Co ti pomohlo neúspěch zvládnout?*

Jaké úspěchy by uvedli tví blízcí / kolegové / kamarádi / nadřízení, kdybych se jich zeptala?

Do stromu zakresli **plody, které ještě nejsou zralé** (projekty, které máš rozpracované), či **květy** (projekty, nad kterými teprve uvažuješ).

- *Představ si, že se potkáme za rok, záříš štěstím a vyprávíš, jak žiješ. O čem vyprávíš? Vyber kartu, která tě v souvislosti s tímto osloví. Co děláš? Jaké schopnosti využíváš? Co ti to přináší? Kým jsi? Jaký smysl ti to dává?*
- *Představ si, že projekt (hledání zaměstnání, vzdělávání, zahájení podnikání), na kterém teď pracuješ (začínáš pracovat) je úspěšně ukončen. Jak se na konci projektu cítíš? Jak vypadá tvá kariéra? Co ti konec projektu umožnil? Co děláš? Proč je to pro tebe důležité? Co ses se na projektu naučil? Jak to dále využíváš ve svém studiu / práci?*

D) MAPOVÁNÍ KROKŮ

Metafora stromu umožňuje zamyšlení se nad možnými riziky, která budeš muset ve své profesní kariéře překonat, co se budeš muset naučit, s čím se budeš muset smířit. Toto umožní naplánovat kroky, které chceš podniknout a opatření pro eliminaci rizik.

- *Co se potřebuješ naučit?*
- *Jaké konkrétní kroky podnikneš k rozvoji své kariéry?*
- *Co uděláš?*
- *Co ti v tom může zabránit? Jaká opatření podnikneš?*

S4



DĚKUJI ZA POZORNOST A JDEME NA TO:-))