

«Навички для успішної кар'єри»

Заняття 1.3. «Мій професіональний портрет»

ЗАПИТАННЯ ДО АУДИТОРІЇ

*Якою має бути
точка старту в
кар'єрі?*

Точка старту

- знаю свої сильні сторони;
- чітко розумію напрям руху.



ПЕРЕГЛЯД ВІДЕО



ЯК ВИЗНАЧИТИ СВОЇ ПЕРЕВАГИ ТА ЗОНИ РОЗВИТКУ?

https://www.youtube.com/watch?time_continue=558&v=FT_ASq9z998&feature=emb_logo

SWOT-аналіз

Сильні сторони

Слабкі сторони

Можливості

Загрози

КЛЮЧОВІ НАВИЧКИ В 2020 РОЦІ:

1. Комплексне розв'язання проблем
2. Критичне мислення
3. Креативність
4. Управління людьми
5. Взаємодія з людьми
6. Емоційний інтелект
7. Прийняття рішень
8. Орієнтація на клієнтів
9. Ведення переговорів
10. Гнучкість розуму



Всесвітній економічний форум, Давос, 2018

ОСОБИСТИЙ ПЛАН РОЗВИТКУ

1. Освіта (формальна, неформальна)
2. Онлайн-курси (Prometheus, VUM)
3. Семінари та конференції
4. Спільноти або клуби
5. Стажування та екскурсії
6. Соцмережі
7. Ментор або наставник
8. Книги, статті
- неті. Відео, аудіоподкасти



ПРАКТИЧНА РОБОТА



Тест «Як недоліки перетворити на свої переваги?»

УМОВИ: Оберіть одну або декілька правильних відповідей.



Чи варто робити оцінку себе, якщо ви вже працюєте?

- ні, це не на часі, краще зосередитись на роботі;
- так, це може допомогти зрозуміти, як розвиватися і всередині компанії;
- ні, оцінку себе роблять лише при пошуках роботи.

Далі

ПРАКТИЧНА РОБОТА

Вправа 2. Самоаналіз:

- Визначення своїх плюсів та мінусів.
- Проведення SWOT-аналізу своєї особистості

Strengths
Сильні сторони



Weakness
Слабкі сторони



Opportunities
Можливості



Threats
Загрози



ПЕРЕГЛЯД ВІДЕО



https://www.youtube.com/watch?time_continue=558&v=FT_ASq9z998&feature=emb_logo

Дай відповідь собі

- ✓ Чи знаєш, у якій компанії хочеш працювати?
- ✓ Що зробив для того, аби бажане стало на крок ближчим та реальнішим?



Вибудуйте індивідуальну стратегію навчання та кар'єри

ПРАКТИЧНА РОБОТА

Модель SMART

S	Specific	Конкретна
M	Measurable	Вимірювана
A	Attainable	Досяжна
R	Relevant	Актуальна
T	Time-bound	Обмежена в часі

Записуйте ваші цілі!

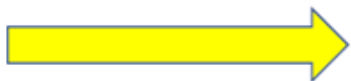
Вправа 3. Постановка своєї мети по SMART-методиці.



Мої досягнення (сфери різні)

Зафіксувати від 30 до 50 своїх досягнень

Для чого?



Вчитися фіксувати увагу на конструктивних речах та на своїх сильних сторонах.

За дослідженнями вчених, середньостатистично у голові людини виникає близько 80 000 думок щодня, тобто тривалість однієї думки в середньому ТРИ секунди, з них орієнтовно 95% думок повторювані, а близько 80% – взагалі негативні. З огляду на ці цифри виглядає доволі логічним, що скільки б не було навколо корисного, якісного, цікавого контенту, не факт, що ми зможемо ним повною мірою скористатися.

ДОМАШНЄ ЗАВДАННЯ

- Повторення опрацьованого матеріалу.
- Перегляд відеолекції «Лекція 1 – Як недоліки перетворити на свої переваги?» https://www.youtube.com/watch?time_continue=558&v=FT_ASq9z998&feature=emb_logo
- Доопрацювання практичних вправ.
- Заповнити картку здібностей та план розвитку навичок.

Всі додаткові матеріали для роботи ти знайдеш ось тут.



Career Hub

Kariera.in.ua

вибір професії та пошук роботи