

ЛИЧНЫЙ

SW**O**T

АНАЛИЗ

Как заполнять

S

Strength: навыки, знания, способности и другие качества, которые дают преимущества

W

Weakness: то, что мешает в достижении целей. Например, отсутствие нужных знаний, вредные привычки, лень

O

Opportunities: внешние факторы, открывающие новые перспективы

T

Threat: внешние факторы, которые служат барьерами или мешают в достижении целей

Личные качества

Внешние факторы

Мои сильные качества

То, что я умею: навыки, знания, способности, черты характера, и другие качества, которые дают преимущества. Например: хороший английский, ученая степень, грамотная речь

Передвиньте
ползунок чтобы
оценить
по шкале от 1 до 10



Мои слабые стороны

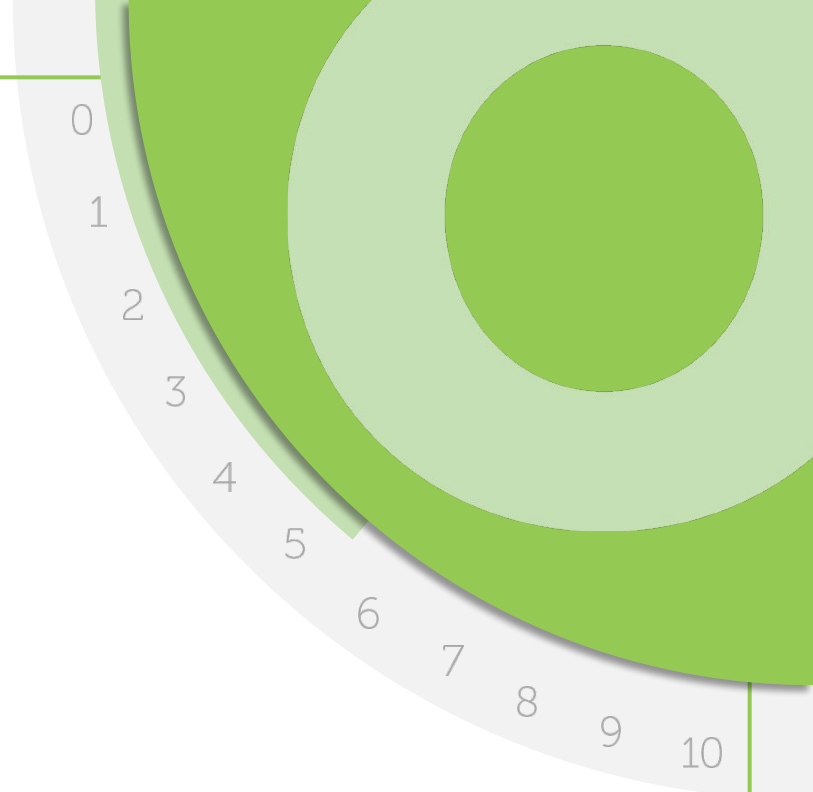
Личные качества, которые мешают в достижении целей: отсутствие нужных навыков и знаний.
Например: часто болею, сложно выступать на публике, не люблю работать с цифрами





Внешние факторы, которые мешают в достижении целей. Например: начальник на работе не поддерживает мои идеи, нестабильный курс валют, много одновременных задач (не все успеваю)

Угрозы



Внешние факторы, открывающие перспективы. Например, хороший фитнес-клуб рядом с домом (поможет улучшить здоровье), контакты хороших аналитиков (умеют работать с цифрами), вышел новый гаджет для здоровья

Оценка результата

Личные качества

Фокусируюсь



Развиваю



Использую



Исследую



Внешние факторы