

I. **Osobisty SWOT, czyli jak “rozpracować” z młodymi ich atuty, możliwości**

Schemat analizy SWOT zazwyczaj ma postać tabelki z czterema polami: Mocne strony/ Możliwości/ Słabe strony/ Zagrożenia. Może mieć zastosowanie do wielu różnych sytuacji - np. służyć do oceny szans pomysłu do realizacji planowanego przedsięwzięcia albo oceny swojego potencjału względem realizacji jakiegoś celu. Na potrzeby osobistego SWOT-u możemy w tabeli wpisać nagłówki: Mocne strony/Możliwości/Do rozwijania?/Ograniczenia

Po co ta analiza?

- by nazwać swoje mocne strony, możliwości, potencjał oraz określić obszary do rozwijania, aby lepiej poznać siebie, odkryć sens, cel i motywację do działania.
- to może być odpowiedź odnośnie kierunków dalszego rozwoju, celu, który młody człowiek może sobie nakreślić na najbliższe miesiące, lata,
- dzięki analizie dowie się, na czym budować swoją przyszłość i zaplanować kroki do podjęcia rozwoju tych kompetencji, które są mu potrzebne do realizacji celu.

Ćwiczenie to można wykonać w parach, indywidualnie lub w grupach - w zależności od tego jak zintegrowana jest klasa. Bardzo ważna jest atmosfera prowadzonych zajęć - tak, aby uczniowie chcieli się otworzyć, słuchać i też wyrażać swoje zdanie. Aby rozumieli, że celem SWOT-a nie jest ocenianie drugiej osoby, a raczej zainspirowanie siebie i innych do budowania na swoich atutach.

SWOT - jakie pytania możemy zadać, żeby ułatwić wypełnienie tej tabeli?:

Mocne strony

Jakie są Twoje atuty, które postrzegasz za szczególnie dobre i kluczowe dla Twoich przyszłych przedsięwzięć?

Jakie zajęcia, zadania lubisz wykonywać i wychodzą Ci one dobrze?

Które z kompetencji Twoi znajomi, bliscy, uważają za szczególnie dobrze u Ciebie rozwinięte?

Możliwości

Jakie czynniki zewnętrzne postrzegasz za korzystne dla planowanych zamierzeń?

Czy wokół Ciebie są ludzie, od których mógłbyś/mogłabyś się czegoś nauczyć?

Czy są jakieś interesujące programy, projekty (np. unijne dotacje), przedsięwzięcia (pokazy, wystawy, warsztaty, kursy), w których z perspektywy Twoich zamierzeń warto byłoby wziąć udział?

Do rozwijania

Jakie cechy/obszary postrzegasz Ty oraz Twoi znajomi za szczególnie wymagające zmiany, których szczególnie u siebie nie lubisz?

Jakie czynności/działania według Ciebie i Twoich znajomych przychodzą Ci z trudem?

Które z Twoich kompetencji wymagają szczególnego rozwoju, które chciałbyś wzmocnić?

Ograniczenia

Jakie przeszkody i trudności mogą pojawić się na Twojej drodze, w realizacji Twoich zamierzeń, planów?

Jakie realne, zewnętrzne ograniczenia mogą Cię powstrzymać, utrudniać, opóźniać Twoje działania, realizację Twoich planów?

SWOT osobisty powinien się zakończyć planem działania. Skupiamy się na mocnych i słabych stronach, które są nam potrzebne do realizacji celu. Odpowiadamy na następujące pytania:

- które ze swoich mocnych stron chcę i potrzebuję rozwijać?
- nad którymi obszarami muszę więcej pracować?
- jakie działania planuję podjąć? ile czasu chcę na to poświęcić?