**Лист – завдання за методикою SWOT**

*Завдання*: Відповісти на поставлені запитання, зробити самоаналіз власних сильних, слабких сторін для виявлення зони саморозвитку в побудові професійної кар’єри та іміджу ІТ-фахівця.

**Сильні сторони іміджу (Strengths)**

Які п’ять власних сильних сторін для побудови своєї професійної кар’єри та іміджу як ІТ-фахівця Ви визначаєте?

1. Впевненість – здатність швидко приймати рішення та ефективно комунікувати.
2. Трудолюбивість – дисципліна, вміння працювати довго та продуктивно.
3. Аналітичне мислення – вміння розбирати складні проблеми, знаходити оптимальні рішення.
4. Висока швидкість навчання – здатність швидко опановувати нові технології, методики та інструменти.
5. Адаптивність – гнучкість у зміні робочих підходів, можливість працювати в різних умовах.

**Слабкі сторони іміджу (Weaknesses)**

Які п’ять власних слабких сторін для побудови своєї професійної кар’єри та іміджу як ІТ-фахівця Ви визначаєте?

1. Часто відволікаюся – можу втратити концентрацію через сторонні думки або сповіщення.
2. Склонний до перфекціонізму – інколи витрачаю занадто багато часу на дрібниці.
3. Складно просити про допомогу – намагаюся розібратися сам, навіть коли це займає забагато часу.
4. Іноді відкладаю складні задачі – якщо завдання здається важким, можу відкласти його на потім.
5. Не завжди можу чітко висловити свої ідеї – у складних ситуаціях іноді бракує лаконічності та впевненості у формулюваннях.

**Можливості (Opportunities)**

Які перспективні напрями просування Вашого іміджу як ІТ-фахівця та побудови професійної кар’єри, враховуючи конкуренцію Ви визначаєте?

1. Розвиток навичок самодисципліни та тайм-менеджменту – щоб ефективніше використовувати час.
2. Покращення комунікативних навичок – для впевненого спілкування та презентації своїх ідей.
3. Участь у спільних проєктах – допоможе навчитися працювати в команді та отримати новий досвід.
4. Навчання новим технологіям – освоєння нових інструментів зробить мене більш конкурентоспроможним.
5. Робота над психологічною витривалістю – щоб уникати вигоряння та стресових ситуацій.

**Проблеми/перешкоди (Threats/problems/obstacles)**

Які проблеми/перешкоди побудови та просування Вашого іміджу як ІТ-фахівця та побудови професійної кар’єри, Ви визначаєте?

1. Розфокусованість – через велику кількість інтересів іноді важко визначити, на чому саме зосередитися.
2. Проблеми з мотивацією при рутинних задачах – якщо робота нецікава, важко змусити себе її виконувати.
3. Страх помилитися – іноді надто довго обдумую рішення, бо боюся зробити щось не так.
4. Нестача реального досвіду – теоретичних знань багато, але ще потрібно більше практики у складних проєктах.
5. Вплив настрою на продуктивність – якщо щось не виходить або є особисті труднощі, це може впливати на робочу ефективність.

Виходячи з результатів власного SWOT-аналізу перерахуйте не менш трьох цілей, над якими Вам слід працювати найближчим часом, для самовдосконалення вашої професійної кар’єри та іміджу та сплануйте конкретні дії щодо змін.

1. Працювати над концентрацією та самодисципліною

✅ Використовувати техніку Pomodoro для роботи.

✅ Відключати зайві сповіщення під час виконання завдань.

1. Розвивати комунікаційні навички та впевненість у висловлюванні ідей

✅ Частіше брати участь у обговореннях, задавати питання.

✅ Практикувати презентації та виступи, навіть перед самим собою.

1. Навчитися швидше приймати рішення та долати страх помилок

✅ Використовувати підхід "краще зробити і виправити, ніж не зробити взагалі".

✅ Працювати над ментальною гнучкістю та не боятися критику.

Відпрацюйте власні цілі з урахуванням критеріїв SMART, які повинні бути:

Spesific – конкретними,

Measurable – вимірюваними,

Achievable – досягнутими,

Realistik – реалістичними,

Timid - структурованими у часі.

Зробіть висновок: наскільки є важливим процес усвідомлення іміджетвірних знань для реалізації цілей щодо подальшої успішної Вашої діяльності в ІТ-сфері.

Висновок

✔️ По-перше, знання своїх сильних та слабких сторін допомагає об’єктивно оцінити свої можливості та працювати над розвитком.

✔️ По-друге, правильний імідж створює професійну довіру серед колег і роботодавців, що сприяє кар’єрному зростанню.

✔️ По-третє, розвиток персональних навичок, таких як самодисципліна, комунікація та рішучість, підвищує ефективність роботи та відкриває більше можливостей для кар’єри.

Побудова власного іміджу як ІТ-фахівця – це не разовий процес, а постійна робота над собою, і ключ до успіху лежить у поєднанні технічної компетенції та особистих навичок. 🚀