

Moje atuty i mocne strony



W tym formularzu znajdziesz zbiór pytań, które pomogą Ci w określeniu Twoich najważniejszych kompetencji i atutów, które są Twoją siłą. Wypisz zarówno umiejętności miękkie, jak i techniczne, wiedzę, kwalifikacje zawodowe i cechy osobowości. Atuty te zawrzyj w swoim CV i używaj w trakcie rozmowy rekrutacyjnej aby pokazać potencjalnemu pracodawcy, że jesteś odpowiednią osobą na to stanowisko.

Zarezerwuj sobie czas i w spokoju dokonaj wnikliwej i szczerzej analizy swoich zasobów. Poświęć tyle czasu ile potrzebujesz, krok ten jest ważnym elementem przygotowania się do znalezienia pracy i w dużym stopniu zwiększa skuteczność podejmowanych działań.

Udziel odpowiedzi na poniższe pytania.

Po prawej stronie tabeli znajdziesz pytania, po prawej miejsce na wpisanie swoich odpowiedzi i spostrzeżeń.

1. Wypisz swoje kompetencje, umiejętności i wiedzę, które od razu przychodzą Ci na myśl, kiedy myślisz o swoich mocnych stronach?

Uwzględnij wszystko co potrafisz robić łatwo, bez wysiłku i w prawie każdej sytuacji. Wypisz także to co Twój współpracownicy, przełożeni doceniali i chwalili. Pomocne mogą być:

- rezultaty ostatniej oceny rocznej - jakie mocne strony wybrałeś/aś, co podkreślał Twój przełożony,
- załączona lista przykładowych kompetencji (potraktuj je jako inspirację i napisz własną wersję).

2. Analiza sukcesów - wróć do formularza z Kroku 1 - Moja poprzednia praca - pkt. 1-2

Przeczytaj jeszcze raz listę zadań / sukcesów z poprzednich miejsc pracy, które wypisałeś/aś w Kroku 1. Do każdego z nich wypisz umiejętności i wiedzę dzięki, którym osiągałeś/aś cele. Przeanalizuj jakie pojawiały się trudności w ich realizacji i jakie kompetencje pozwoliły Ci je pokonać. Następnie podsumuj je i wpisz obok.

3. Talenty w codzienności - wróć do formularza z Kroku 1 - Moja motywacja, pkt. 4 - lista zajęć pozazawodowych

Przeczytaj jeszcze raz listę zadań i do każdego z nich wypisz umiejętności i wiedzę, które pozwalają Ci je wykonywać łatwo i przyjemnie.

4. Wybierz najważniejsze mocne strony

Przeczytaj ponownie swoje notatki, które zapisałeś/aś w punktach 1,2,3 powyżej. Pokreśl flamastrem / długopisem te, które powtarzają się najczęściej - to są Twoje Talenty. Wybierz około 3-5 i zapisz obok.

5. Przepisz kolejno wszystkie swoje mocne strony z pkt. 4. Opisz jak je rozumiesz i przygotuj przykłady sytuacji, w których je stosowałeś/aś.

Do rozmowy rekrutacyjnej potrzebujesz znać swoje mocne strony i wiedzieć w jakich sytuacjach je pokazujesz. Pozwoli Ci to opowiedzieć przyszłemu pracodawcę, jaką będzie miał korzyść z zatrudnienia Ciebie. Wypisz w poniższych polach swoje mocne strony. W polu obok sprecyzuj co ona dla Ciebie oznacza, dzięki temu zyskasz pewność, że jesteś dobrze rozumiany/a. Potem wypisz przykładowe 1-2 sytuacje z Twoich doświadczeń zawodowych, w których ta mocna strona była przez Ciebie stosowana, jakie podjąłeś/aś działania, w jaki sposób pozwoliła Ci poradzić sobie z zadaniem i jaki efekt dzięki temu osiągnąłeś/aś.

Mocne strony - argumenty i uzasadnienia	Mocna strona 1	Opis
	Mocna strona 2	Opis
	Mocna strona ...	Opis
	Mocna strona ...	Opis
	Mocna strona ...	Opis

6. Zakończyłeś/aś analizę swoich mocnych stron

Dobrym pomysłem jest, powtarzanie punktów 4-5 powyżej, podczas przygotowywania się do odpowiedzi na konkretną ofertę. Inne kompetencje są oczekiwane i ważne na różnych stanowiskach u różnych potencjalnych pracodawców. Warto więc dopasować swoją ofertę do stawianych wymogów i podkreślać jakie są Twoje atuty w odniesieniu do tej konkretnej oferty pracy. Pracodawca zawsze poszukuje osoby, która najlepiej sprawdzi się na danym stanowisku. Zrozumienie jego potrzeby i odniesienie się do niej podnosi Twoje szanse. Pisz i opowiadaj tylko o tym co rzeczywiście jest Twoją mocną stroną. Dobry rekruter szczegółowymi pytaniami zawsze sprawdza i potwierdza na ile to co deklarujesz jest prawdziwe.

Dalej przejdź do ćwiczenia drugiego - analizy słabych stron.