

51 选校网生涯规划教育系统——生涯先行，升学无忧！

生涯规划小助手 SWOT 实操分析大演练

每个人的高中生活都是一部精彩的自传，内容丰富多彩。尽管高中生活有无限可能，但比较重要的是咱们必须明确前行的方向。再伟大的理想也要一步步实现，多美好的高中生活也要从行动细节开始。过来人告诉你，只有从实际出发，客观地结合个人特点及外部环境，并综合考量各种因素，才能明确未来发展的方向。在这一过程中，有一个技能非常重要，那就是 SWOT 分析。

SWOT 是由优势，不足，机会，挑战的四个英文单词首字母组合而成，同学们先按照字面上意思理解就可以了。下面一起来看看该如何运用 SWOT 分析，并以此作为高中生涯规划的依据之一。

第一，未来的成长过程中，你有哪些具体的优势？比如在性格、兴趣、能力、学习经历等方面，把你心目中的答案填到优势这栏当中。

第二，身上有哪些不足可能会影响未来的发展？同学们可以先听听父母、老师跟朋友们的看法，过后把答案填入不足这一项中。

第三，面对未来的发展，外部环境的不断变化，会出现哪些新的需求和发展计划？例如，社会需求及就业前景的改变，把这个填入机会一栏。

第四，哪些方面是同学们无法解决的，需要用心思考跟应对？同学们可以通过网络、媒体等方式收集信息，然后把答案填入挑战栏目。

最后一步，在结合同学们对高中生活的设想以及未来的发展方向，运用 SWOT 分析工具进行逐一分析，并写出自己的应对方案。

优势	机会
不足	挑战