

案例：SWOT 职业生涯规划法

锁定了一个或若干个职业目标，你就要开始思考修炼中的下一个问题：如果我希望进入某个行业，我应该如何进行准备呢？你需要对自身的竞争优势进行发掘，也就是个人的 SWOT 分析。

SWOT 分析法又称态势分析法，四个英文字母分别代表：优势（Strength）、劣势（Weakness）、机会（Opportunity）、威胁（Threat）。

运用 SWOT 分析法，可以对研究对象所处的情景进行全面、系统、准确的研究，从而根据研究结果制订相应的发展战略、计划以及对策等。SWOT 分析法常常被用于制定集团发展战略和分析竞争对手情况。

在这一框架中，S、W 代表内部因素，O、T 则代表外部因素。按照企业竞争战略的完整概念，战略应是一个企业“能够做的”（组织的强项或弱项）和“可能做的”（环境的机会和威胁）之间的有机组合。SWOT 分析法可以完全适用于求职者职业选择上。

案例：

下面我们对一个案例进行分析，向大家演示 SWOT 分析方法。

个人背景：基本情况：XX，男，1981 年出生，1999 年 9 月考入北京 XX 大学信息管理系，2003 年 7 月毕业；2003 年 9 月考入中科院文献情报中心，专业方向是信息资源组织与管理，现读研一。

分析内部环境 Strength

- 生活态度比较积极，善于发现事物和环境积极的一面
- 待人真诚，放得开，并乐于与人交往和沟通，善于开导别人
- 喜欢思考问题，有一定的分析能力，并有寻根究底的兴趣，一定要将事情想清楚
- 有责任心、爱心，并且喜欢做相关的工作
- 做事比较认真、踏实，有浓厚的学习兴趣和一定的实力，比如英语方面
- 心思细腻，考虑问题比较细致
- 逻辑情和条理情较好，有一定的书面表达能力

爱好：喜欢能让自己静下心来工作环境，能自己控制、安排的工作，

跟人打交道的工作 Weakness

- 竞争意识不强，对环境资源的利用不够主动，也就是环境的交互能力不够
- 口头表达有时过于细节化，不够简洁
- 做事不够果断，尤其事前作决定的时候老是犹豫不决
- 工作、学习有些保守，冒险精神不够，没有结合长远目标，并且创新能力有待提高
- 组织管理人员的能力和经历欠缺
- 做事有时拖拉，不够雷厉风行

不喜欢：机械重复的工作，也不喜欢没有计划没有收获的忙乱，不喜欢应酬和刻意的事情。

项目分析外部环境 Opportunities

- 就专业方面来说，现在一个信息爆炸的时代，各种渠道获得的各种类型的信息浩如烟海，对很多人来说，海量的信息只会让他们感至无所适从，而这就产生了对于信息进行组织和管理使之有序化的需求，因此从大环境来说，这个专业方向是很我发展前景的
- 中国的国际化形势给个人也提供了更多的机会，可以在更宽广的舞台展现个人优势，比如英语作为国际交流的工具发挥的作用就很大
- 中科院这个环境给他提供的很好的软硬件条件，有机会参与一些科研项目，学以致用，也可以积累更多的实践经验，同时有很多的机会与行业高层人士接触、交流、学习，提高自身素质
- 身边很多优秀的同学，有很多向他们学习的机会，并且有构建良好的人际关系的条件

人际关系的条件 Threats

- 国际化的环境同时也意味着国际范围的竞争和挑战，对个人的素质要求也就更高了，对于英语来说，就不能只满足于读、听、写，表达能力也至关重要
- 距离毕业还有一年半的时间，而离找工作只有一年时间，并且找工作的时候并不是用人单位用人高峰期，就业的机会不是很多
- 优秀的人很多，而机会不一定是均等的，这时就不单单是知识的比拼，更是对个人发现机会、展示自己并把握机会能力的考验未来的最佳选择与所学专业相关并能很好发挥与人沟通能力的职业。例如：信息咨询行业、教育业等。即满足个人爱好，又有待遇等方面的保障现在应做的准备从确定所从事的事业开始，根据所从事行业的特性来判断自己是否有继续深造的必要，或者先工作两年，积攒更多的实战经验，继而继续深造。

最后重点培养自己表达与表现的能力。表达是人与人沟通最基础的表现形式，表达自己的想法、需要。能力也要积极的展示，以得到更多人的认可和肯定职业测评让我们认识自己、了解自己。

个人 SWOT 分析是职业生涯规划的重要一步，它能帮助我们明确自身的优劣势，并思考未来行动的方向。