

# EMPLOYMENT, SKILLS DEVELOPMENT AND ENTREPRENEURSHIP SUPPORT FOR IMMIGRANTS



Funded by

**The Service Centre for  
Continuous Learning  
and Employment**



Funded by  
**The Service Centre for  
Continuous Learning  
and Employment**

# РОЗРОБКА ОСОБИСТОГО ПЛАНУ РОЗВИТКУ

**Icebreaker: Представтеся і розкажіть про одну особисту або професійну ціль (мету), яку ви ставите перед собою.**



# ЩО ТАКЕ ОСОБИСТИЙ ПЛАН РОЗВИТКУ?

- **План особистого розвитку - це інструмент, який допоможе вам визначити ваші цілі, сильні сторони та сфери для вдосконалення в особистому та професійному житті.**
- **Це путівник, який допоможе вам розвиватися як особистості та досягти професійного успіху.**
- **Створення особистого плану розвитку передбачає самоаналіз, постановку цілей і планування дій. Це безперервний процес, який розвивається в міру того, як ви вчитеся і розвиваєте нові навички.**



# ЧОМУ ПЛАН ОСОБИСТОГО РОЗВИТКУ ВАЖЛИВИЙ?

- **Плани особистого розвитку відіграють вирішальну роль для того, щоб залишатися цілеспрямованим, вмотивованим і проактивним у професійному успіху.**
- **Добре складений план допомагає вам залишатися організованим і відповідальним за свої цілі, гарантуючи, що ви постійно рухаєтеся у бажаному напрямку.**
- **Він дає змогу визначити пріоритетність завдань і знайти шляхи подолання перешкод на шляху до ваших професійних цілей.**



# КЛЮЧОВІ КОМПОНЕНТИ ПЛАНУ ОСОБИСТОГО РОЗВИТКУ

План особистого розвитку складається з наступних компонентів:

- **Самооцінювання:** Визначення своїх сильних і слабких сторін, цінностей та інтересів.
- **Постановка цілей:** Встановлення конкретних, вимірюваних, досяжних, актуальних і обмежених у часі цілей (SMART).
- **План дій:** Окреслення кроків, необхідних для досягнення ваших цілей, а також ресурсів, термінів і потенційних перешкод.
- **Втілення та аналіз:** Втілення вашого плану в життя, відстеження прогресу та внесення необхідних коректив.



# SELF-ASSESSMENT САМООЦІНЮВАННЯ

- Для початку варто зрозуміти, що ви вже вмієте робити, а що, можливо, потрібно вдосконалити. Подумайте, які завдання вам подобається виконувати і які навички ви використовуєте при цьому. Це допоможе вам зрозуміти свої сильні сторони.
- Ось кілька рефлексивних запитань, які допоможуть вам почати: Що у мене добре виходить? Які завдання я вважаю складними? Що допомагає мені почуватися сильним і впевненим у собі?
- Поширеними інструментами самооцінки є питання для роздумів, особистісні тести та SWOT-аналіз (сильні та слабкі сторони, можливості, загрози).



# SWOT аналіз

SWOT-аналіз (Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats - сильні та слабкі сторони, можливості та загрози) - це потужний інструмент для самооцінки та стратегічного планування у вашому особистому плані розвитку.

S - сильні сторони: що це означає?

- Визначте свої сильні сторони, включаючи особисті якості, навички та здібності.
- Візьміть до уваги такі аспекти, як ваша робоча етика, креативність, вміння вирішувати проблеми, комунікативні навички або технічні знання.
- Прикладами сильних сторін можуть бути: сильні лідерські якості, ефективний тайм-менеджмент, відмінні ораторські здібності або володіння іноземною мовою.



# SWOT аналіз

## W - слабкі місця: Що це означає?

- Оцініть свої слабкі сторони, які можуть включати сфери, де вам бракує досвіду, навичок або знань. Слабкі сторони можуть включати: труднощі з управлінням часом, страх публічних виступів або обмежені технічні навички в певній галузі.
- Будьте чесними та реалістичними щодо своїх обмежень, щоб створити більш ефективний план особистого розвитку.



# SWOT аналіз

## О - можливості: Що це означає?

- **Визначте зовнішні фактори або ситуації, які можуть сприяти вашому особистому та професійному зростанню.**
- **Розгляньте такі можливості, як: професійні нетворкінгові заходи, програми безперервної освіти, стажування або можливості наставництва.**
- **Шукайте можливості, які відповідають вашим цілям і допоможуть вам розвинути свої сильні сторони та усунути слабкі.**



# SWOT аналіз

## Т - Загрози: Що це означає?

- **Оцініть потенційні перешкоди або виклики, які можуть сповільнити ваш прогрес або успіх.**
- **Прикладами загроз можуть бути: обмежені можливості працевлаштування у вашій сфері, швидкі технологічні зміни або особисті обставини, які можуть вплинути на вашу здатність досягати поставлених цілей.**
- **Розпізнавши потенційні загрози, ви зможете завчасно розробити стратегії для подолання їхнього впливу на ваш особистий розвиток.**



# Різновиди SWOT аналізу



# Деталізований приклад SWOT аналізу

		Сильні сторони				Слабкі сторони			
		Великий асортимент товару	Професійний рівень консультування	Найбільша мережа магазинів косметики в категорії догляду за волоссям, обличчям та тілом	Велика націнка на товар	Фірмовий стиль	Відсутність внутрішньої організаційної структури підприємства	Відсутність стратегії підприємства	Маленька заробітна плата для консультантів
Загрози	Вихід на ринок нових конкурентів	3-4. Необхідно зробити свій асортиментний ряд ще більш унікальним та сконцентрувати увагу на консультуванні		3. Велика перевага – кількість торгових точок. Необхідно зосередити увагу на якості, а не на кількості.	2-3. Моніторинг цін конкурентів, знання цін товару під реалізацію.	4-4-2-5. Повна зміна фірмового стилю. Його детальна розробка.	5-5-5. Впровадження організаційної структури, розподіл обов'язків по відділах, які значно підвищують роботу підприємства.	5-5. Розробка стратегії підприємства підвищить конкурентоспроможність підприємства.	1-1. Підвищення заробітної суми може збільшити продажі, що зробить компанію більш конкурентоспроможною.
	Посилення конкуренції між компаніями	4-3-5. Необхідно відслідковувати бажання клієнтів, щоб бути більш конкурентоспроможними. Велика кількість магазинів - великий плюс в боротьбі з конкурентами							
	Постійна "плинність кадрів" у торгових точках	5-5-1. Створення єдиного формату навчання для консультантів ще більше підвищить рівень		1-2. Націнка на товар може збільшити дохід, завдяки чому є можливість збільшити заробітну плату та зробити рестайлінг.	5-1-3. Розробка нової мотиваційної програми та зміна фірмового стилю дасть можливість підвищити працездатність персоналу.				
	Рестайлінг торгових точок та зміна фірмового стилю	1-1. Повна зміна викладки товару та нове сприйняття клієнтом магазину.	1. Необхідно впровадити новий фірмовий стиль так, щоб була можливість рестайлінгу в усіх магазинах.		1-3. Створення відділу маркетингу, який може створити стратегію підприємства та розробити новий фірмовий стиль				
Можливості	Розширення асортименту в категорії косметики для обличчя та тіла	5-3-3-2. Розширення категорії косметики для обличчя та тіла та професійне консультування дасть можливість набувати та зберігати нових клієнтів, створювати нову цільову аудиторію.			1. Повна зміна фірмового стилю та розширення категорій.	1-4-1-5-1-1. Контроль відділу закупівель та фінансовий контроль бухгалтерії дає можливість розробляти стратегію впровадження нових товарів та розробляти ефективну рекламу, яка збільшить дохід і дасть змогу збільшити заробітну плату.			
	Просування у соціальних мережах	2-2-2-1. Впровадження інтернет-магазину дає можливість робити покупки онлайн тим, хто не має можливості потрапити до офлайн-магазинів. Повне інтернет-просування повістить родажі впізнаваність.			4. Можливість позиціонування свого товару під власним фірмовим знаком.				

# SWOT аналіз

- Давайте подивимося це відео про SWOT-аналіз разом:

[https://www.youtube.com/watch?v=kbUZLt\\_Eq2I](https://www.youtube.com/watch?v=kbUZLt_Eq2I)

**Вправа (20 хвилин):**

- Тепер, коли ви краще розумієте, що таке SWOT-аналіз, напишіть, будь ласка, свій власний SWOT. Використовуючи контекст поточної навчальної програми з логістики, визначте свої сильні та слабкі сторони, можливості та загрози.



# ПОСТАНОВКА ЦІЛЕЙ

- **Постановка цілей - важливий аспект плану особистого розвитку. Щоб ваші цілі були конкретними, вимірюваними, досяжними, релевантними та визначеними в часі (SMART), щоб забезпечити їхню дієвість та ефективність.**

## Що таке SMART-цілі?

- **S**pecific-Конкретні цілі чітко визначають, чого ви хочете досягти, і як ви цього досягнете.
- **M**easurable-Вимірювані цілі включають кількісні критерії для відстеження прогресу та успіху.
- **A**chievable-Досяжні цілі є реалістичними та досяжними, враховуючи ваші ресурси, здібності та обмеження.
- **R**elevant-Релевантні цілі узгоджуються з вашим особистим баченням і цінностями, сприяючи вашому загальному зростанню та успіху.
- **T**ime-bound-Цілі з чіткими часовими рамками включають в себе дату завершення або дедлайн, щоб створити відчуття терміновості та підзвітності.



# ПОСТАНОВКА ЦІЛЕЙ

Це означає, що ваші цілі мають бути чіткими, ви можете відстежувати свій прогрес, вони мають бути реалістичними, важливими для вас і мати дедлайн.

- Приклади постановки SMART-цілей:

- Припустимо, ви хочете покращити свою англійську, SMART-ціль може бути такою: Я буду вивчати англійську протягом однієї години щодня, використовуючи мовний додаток, і намагатимусь проходити по одному уроку щодня протягом наступного місяця.
- Припустимо, ви хочете розвинути технічні навички: Я запишуся на онлайн-курс кодування, присвячуючи 3 години на тиждень вивченню концепцій програмування і виконанню проектів, з метою створити функціональний веб-додаток протягом 4 місяців.



# ПОСТАНОВКА ЦІЛЕЙ

- Після того, як ви визначили SMART-цілі, розбийте їх на невеликі, керовані завдання.
- Визначте конкретні дії, які вам знадобляться для досягнення цілей, включаючи необхідні ресурси та підтримку.
- Встановіть дедлайни для кожного завдання, щоб підтримувати прогрес.
- Регулярно переглядайте та оновлюйте свій план дій, щоб переконатися, що він залишається актуальним і досяжним.



# ВИЗНАЧЕННЯ ПОТЕНЦІЙНИХ ПЕРЕШКОД

- Мозковий штурм щодо потенційних викликів, які можуть виникнути в контексті ваших поточних цілей, таких як брак часу, фінансові обмеження або прогалини в навичках, може допомогти вам досягти поставлених цілей.
- Ось деякі типові перешкоди, з якими ви можете зіткнутися на шляху особистого розвитку:
- Проблеми з тайм-менеджментом: Складно знайти достатньо часу, щоб присвятити його своїм цілям.
- Прогалини в навичках: Брак знань або досвіду в сферах, що мають вирішальне значення для досягнення ваших цілей.



# ВИЗНАЧЕННЯ ПОТЕНЦІЙНИХ ПЕРЕШКОД

- Фінансові обмеження: Обмежені ресурси для інвестування в освіту або професійну підготовку.
- Брак мотивації або впевненості: Відчуття зневіри або сумніви у своїх силах досягти поставлених цілей.
- Зовнішні фактори: Несподівані події, які ви не можете контролювати, наприклад, втрата роботи, проблеми зі здоров'ям або інші зміни в особистому житті.

Як подолати перешкоди? Одна з хороших стратегій - визначити ресурси, інструменти або системи підтримки, які можуть допомогти вам вирішити проблеми, наприклад, додатки для управління часом, платформи для онлайн-навчання, безкоштовні тренінги або можливості для наставництва.



# ІМПЛЕМЕНТАЦІЯ ТА ПЕРЕВІРКА

- Реалізація та перегляд вашого особистого плану розвитку є важливими кроками для забезпечення вашого постійного зростання та прогресу.

Ось кілька простих кроків, які допоможуть вам не вибиватися з графіка вашого плану розвитку:

- Почніть з невеликих, керованих кроків, щоб сформувати звичку і впевненість.
- Виділіть у своєму календарі певний час, коли ви будете зосереджуватися на досягненні своїх цілей, наприклад, на вивченні нових навичок.
- Встановіть графік перегляду свого прогресу, наприклад, раз на місяць, щоб поміркувати над своїм навчанням і прогресом, а також над своїми досягненнями.
- За потреби коригуйте свій план, наприклад, його часові рамки або нові можливості, які можуть з'явитися на вашому шляху. Це нормально - коригувати свої цілі за потреби. Життя змінюється, і ваш план теж може змінитися.



**Складання та дотримання плану особистого розвитку вимагає зусиль і часу, але це потужний спосіб переконатися, що ви рухаєтеся вперед у бажаному напрямку. Ви маєте можливість формувати своє майбутнє, крок за кроком. ❤️**

**Давайте подивимося це відео про SMART-цілі разом:**

**<https://www.youtube.com/watch?v=-8-40d7pVAc>**



**Ось список безкоштовних онлайн-ресурсів, які допоможуть вам розпізнати та розвинути свої навички, сильні та слабкі сторони, щоб створити кращі плани особистого розвитку (PDP):**

- <https://high5test.com/> (High5Test пропонує безкоштовний тест, який визначає сильні сторони людини на основі моделі StrengthsFinder)
- <https://www.skillsyouneed.com/> (Пропонує різні інструменти самооцінки особистих навичок, комунікації та вирішення проблем)
- <https://www.coursera.org/courses?query=free> (Надає доступ до різноманітних безкоштовних курсів з особистого розвитку, лідерства тощо)
- <https://www.meetup.com/> (Знайдіть місцеві групи та заходи, пов'язані з особистим та професійним розвитком)

**Зверніть увагу, що незабаром ви отримаєте матеріали для самостійного вивчення цієї теми.**





**KIITOS!**