



Analiza și dezvoltarea carierei

Analiza carierei

Pentru a obține o mai bună cunoaștere de sine, pentru a avansa în organizație, este important să vă descoperiți punctele forte care vă recomandă, dar și punctele slabe la care mai aveți de lucru, să identificați oportunitățile pe care le puteți valorifica, precum și amenințările a căror influență trebuie să o minimizați.

Auto-evaluarea se referă la faptul că toată lumea trebuie să își determine valorile, interesele și abilitățile. Acest pas nu este unul ușor, deoarece intervine subiectivitatea și indulgența față de propria persoană. Trebuie să fii cât mai obiectiv și mai strict cu tine. Auto-evaluarea poate ajuta fiecare individ să își înțeleagă propriile puncte tari și puncte slabe și reprezintă o piatră de temelie pentru acțiunile din viitor.

Astfel, Analiza SWOT personală va fi un instrument foarte util pentru diagnosticarea profilului profesional și personal. Analiza SWOT personală identifică factorii pozitivi și negativi cu impact în dezvoltarea carierei la nivel individual și în activitatea organizațională. Utilizarea acestui instrument, proiectat inițial pentru organizații, vă permite la nivel individual să vă cunoașteți mai bine, să vă dezvoltați abilitățile și talentele și să obțineți o mai bună cunoaștere a modului în care puteți avansa în carieră, valorificând oportunități și diminuând amenințări.

Revizuirea punctelor forte, a punctelor slabe, a valorilor și a factorilor motivaționali – Analiza acestor aspecte constituie fundația procesului de dezvoltare profesională.

Se recomandă evaluarea punctelor forte și a celor slabe:

- Identificarea competențelor care asigură succesul în activitatea desfășurată;
- Analiza abilităților esențiale pentru progresul profesional;
- Determinarea dificultăților întâmpinate și a sarcinilor percepute ca fiind provocatoare.

În această etapă poate fi aplicată o Analiză SWOT personală pentru a evidenția punctele esențiale. De asemenea, este utilă identificarea factorilor motivaționali:

- Stabilirea tipului de activități și proiecte care oferă satisfacție profesională;
- Determinarea ariilor de interes pentru dezvoltarea viitoare;
- Identificarea elementelor care oferă motivație și interes în activitatea curentă;
- Clarificarea responsabilităților dorite pentru progresul în carieră.

Un alt aspect important în această etapă este definirea valorilor fundamentale, cu accent pe cele mai relevante cinci. Acestea au un rol esențial în procesul decizional și în alinierea obiectivelor profesionale cu principiile individuale.

Analiza SWOT (Strengths, Weaknesses, Opportunities, and Threats – puncte forte, puncte slabe, oportunități și amenințări) este o metodă strategică de evaluare care permite observarea situației actuale și a potențialului unei companii sau al unei persoane.

Analiza SWOT personală reprezintă o adaptare a metodei originale, permițând fiecărei persoane să își evalueze propriile puncte forte și slabe, precum și oportunitățile și amenințările care pot influența parcursul profesional.

Această metodă identifică factorii interni și externi (Fig.1), relevanți pentru atingerea unui obiectiv, cum ar fi dezvoltarea personală, obținerea unui nou job, avansarea în carieră sau



dezvoltarea abilităților de leadership.

Factorii analizați pot avea o influență pozitivă sau negativă asupra îndeplinirii obiectivului propus.

- Factorii interni includ:
 - Puncte forte: calități personale, abilități dezvoltate, experiență profesională, educație, competențe unice.
 - Puncte slabe: lipsa unor competențe esențiale, absența experienței relevante, dificultăți de adaptare, trăsături de caracter care pot influența negativ performanța.
- Factorii externi includ:
 - Oportunități: apariția unui nou post în companie, un curs de formare, o relație profesională avantajoasă, o invitație la un eveniment de networking.
 - Amenințări: reducerea personalului, scăderea salariilor, concurența crescută, cerințe noi pe care nu le stăpânești încă, conflicte în echipă.

Înțelegerea acestor factori permite fiecărei persoane să își planifice acțiunile într-un mod strategic, astfel încât să maximizeze beneficiile și să diminueze riscurile. Aplicată corect, analiza SWOT personală ajută la luarea unor decizii informate, bazate pe o evaluare realistă a situației actuale și a oportunităților de viitor.

Acest instrument este deosebit de util pentru manageri, ajutându-i să înțeleagă mai bine punctele forte și punctele slabe ale angajaților, ceea ce facilitează o alocare mai eficientă a resurselor și o dezvoltare echilibrată a echipei.

Prin urmare, analiza SWOT personală nu este doar un simplu exercițiu de autoevaluare, ci o strategie puternică de dezvoltare personală și profesională, care poate contribui semnificativ la succesul în carieră.

Analiza SWOT personală reprezintă un instrument strategic de autoevaluare utilizat pentru identificarea factorilor interni și externi care influențează performanța profesională. Aceasta oferă o imagine detaliată asupra punctelor forte și slabe ale unei persoane, precum și asupra oportunităților și amenințărilor care provin din mediul organizațional.

Aplicarea acestei metode permite nu doar o mai bună înțelegere a abilităților individuale, ci și dezvoltarea unui plan de acțiune eficient pentru optimizarea carierei și îmbunătățirea performanței în cadrul unei organizații.

Analiza SWOT personală nu se limitează la identificarea acestor factori, ci impune și o examinare a relațiilor dintre ei. De exemplu, existența unei amenințări poate avea un impact diferit în funcție de prezența unui punct forte sau slab.

O amenințare corelată cu un punct forte poate fi transformată într-o oportunitate, prin utilizarea competențelor existente pentru depășirea dificultăților. O amenințare asociată unui punct slab poate accentua vulnerabilitățile existente, necesitând eforturi suplimentare pentru a-i minimiza efectele negative.

Etape după analiza carierei:

A. Identificarea avantajului comparativ – După clarificarea punctelor forte și a factorilor motivaționali se recomandă identificarea avantajului comparativ. Acesta constă în competențele sau calitățile unice care generează valoare adăugată în cadrul unei organizații. Avantajul comparativ nu trebuie să reprezinte o abilitate perfectă, ci o competență gestionată mai eficient decât de ceilalți, ceea ce poate contribui la ocuparea unei nișe specifice în cadrul organizației. Cunoașterea avantajului comparativ este un element esențial pentru asigurarea succesului profesional pe termen lung.

B. Explorarea opțiunilor și valorificarea oportunităților – Acest proces poate fi realizat prin aplicarea analizei PEST, care ajută la identificarea tendințelor politice, economice,



socio-culturale și tehnologice relevante pentru avansarea în carieră.

Se recomandă menținerea unui nivel ridicat de informare cu privire la oportunitățile oferite de organizație și investiția continuă în dezvoltarea profesională prin participarea la cursuri și programe de instruire. Prin aplicarea acestei analize pot fi identificate atât oportunitățile cu cel mai mare potențial, cât și riscurile ce trebuie gestionate.

C. Analiza opțiunilor disponibile pe termen scurt – Se recomandă evaluarea posibilităților imediate de progres profesional, cum ar fi:

- Participarea la proiecte relevante în cadrul organizației pentru evidențierea competențelor;
- Ocuparea unui post vacant potrivit obiectivelor profesionale;
- Asumarea unor sarcini mai complexe pentru dezvoltarea competențelor într-un mod diferit;
- Extinderea responsabilităților în cadrul poziției actuale pentru acumularea experienței necesare avansării.

În această etapă este utilă elaborarea unei liste de opțiuni care să permită alinierea parcursului profesional la obiectivele pe termen lung.

D. Dezvoltarea experienței/competențelor – Această etapă presupune documentarea și cercetarea competențelor, certificărilor și cunoștințelor necesare pentru ocuparea și exercitarea rolului dorit.

E. Construirea și dezvoltarea relațiilor profesionale – Crearea unei rețele solide de contacte poate contribui la identificarea oportunităților de carieră. Relaționarea poate include colegi din diverse departamente, furnizori, colaboratori externi sau profesioniști din alte organizații și domenii de activitate. Platformele de socializare profesională pot fi utilizate pentru consolidarea și extinderea conexiunilor relevante în domeniul de activitate.

F. Construirea unei imagini – Aceasta implică formularea unor răspunsuri clare la următoarele întrebări:

- Care sunt principalele puncte forte și cum au influențat evoluția profesională?
- Care sunt cele mai semnificative puncte slabe?
- Ce elemente asigură motivația profesională?
- Care este avantajul comparativ în cadrul organizației?
- Ce competențe și cunoștințe suplimentare sunt necesare pentru avansare?

Mai 2025

**Expert informare și constientizare S
BARTOȘ ELVIRA VIRGINIA**