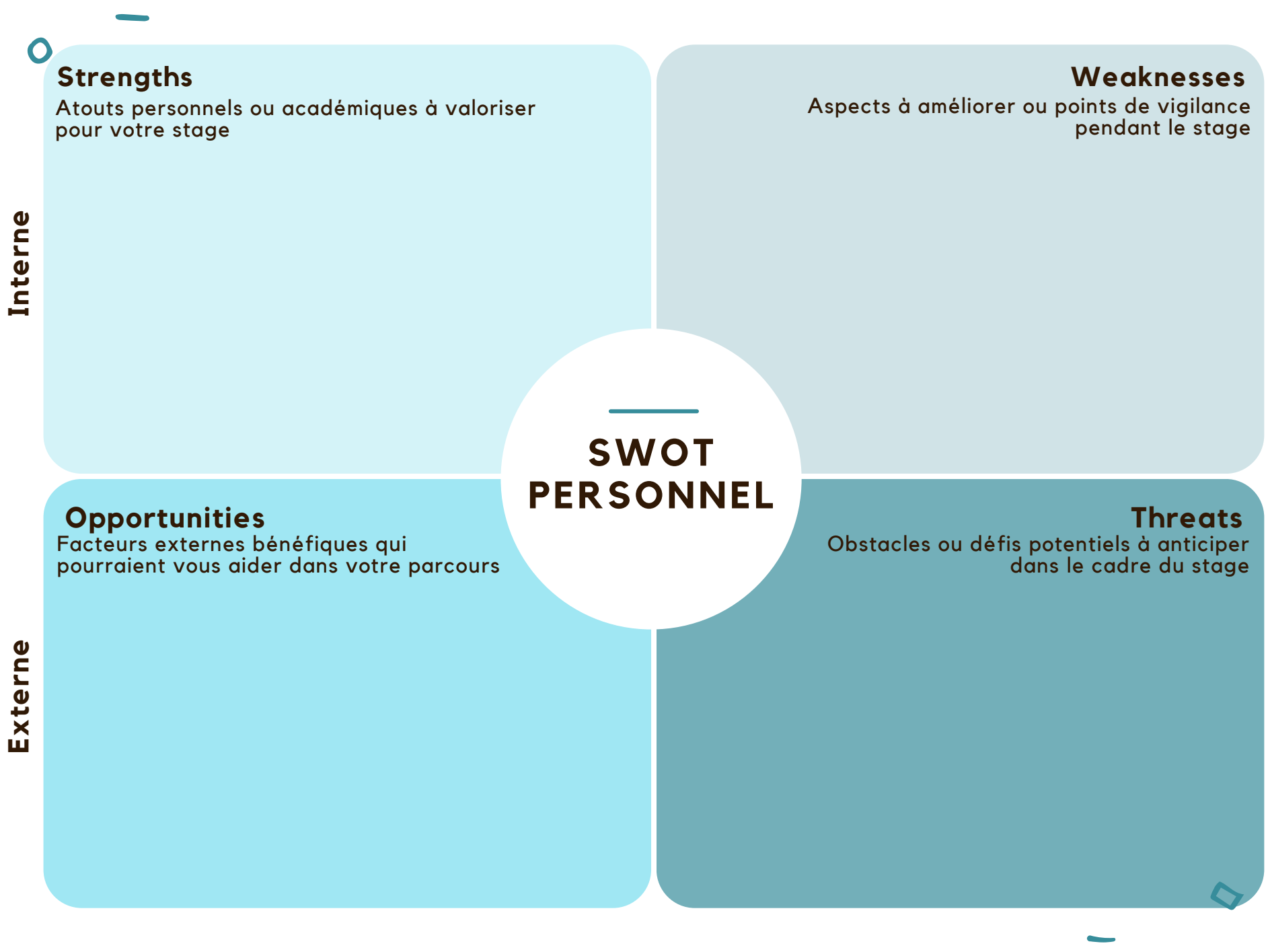


# L'ANALYSE SWOT

Cet outil peut vous aider à réfléchir à vos forces, faiblesses, opportunités et menaces afin de mieux vous connaître et adapter vos stratégies en entretien

Le SWOT se compose de **4 catégories** :

- Forces (**Strengths**) : Identifier ses compétences, ses atouts, ses motivations et ses qualités personnelles. Tout au long du processus, il est essentiel de rester neutre et objectif, sans surévaluer ses capacités. Quelles compétences spécifiques possédez-vous ? Quelles expériences précédentes vous donnent un avantage ?
- Faiblesses (**Weaknesses**) : Les faiblesses sont des obstacles potentiels dans un projet professionnel. Il est important d'apprendre de ses échecs et de rester critique envers soi-même pour identifier ses limites et ses domaines d'amélioration. Cette démarche ne vise pas à se blâmer, mais à transformer ces points faibles en atouts pour progresser. Quelles compétences vous semblent encore fragiles ? Comment pourriez-vous travailler sur ces points ?
- Opportunités (**Opportunities**) : Lister les opportunités présentes dans le secteur ou l'organisation visée. Les opportunités désignent des éléments extérieurs favorables au projet, bien qu'ils échappent à notre contrôle. Il peut s'agir d'un contexte économique ou géographique favorable, d'un besoin non comblé, ou encore d'une chance d'améliorer ses compétences. Quelles tendances dans le secteur de la psychologie pourraient être bénéfiques ? Le stage offre-t-il des formations ou des ressources spécifiques ?
- Menaces (**Threats**) : Identifier les obstacles potentiels ou les menaces extérieures (concurrence, nouvelles exigences du métier, etc.). Quels obstacles externes (manque de ressources, d'expérience) pourraient nuire à votre succès ? Y a-t-il une forte concurrence pour ce type de stage ?



A SWOT analysis diagram for a person. It consists of a central white circle with the text 'SWOT PERSONNEL'. Surrounding this circle are four rounded rectangular boxes. The top-left box is light blue and labeled 'Strengths' with the subtitle 'Atouts personnels ou académiques à valoriser pour votre stage'. The top-right box is a slightly darker blue and labeled 'Weaknesses' with the subtitle 'Aspects à améliorer ou points de vigilance pendant le stage'. The bottom-left box is a medium blue and labeled 'Opportunities' with the subtitle 'Facteurs externes bénéfiques qui pourraient vous aider dans votre parcours'. The bottom-right box is a darker blue and labeled 'Threats' with the subtitle 'Obstacles ou défis potentiels à anticiper dans le cadre du stage'. On the left side, the word 'Interne' is written vertically next to the top two boxes, and 'Externe' is written vertically next to the bottom two boxes. There are some decorative blue lines and shapes around the edges of the diagram.

## SWOT PERSONNEL

### Strengths

Atouts personnels ou académiques à valoriser pour votre stage

### Weaknesses

Aspects à améliorer ou points de vigilance pendant le stage

### Opportunities

Facteurs externes bénéfiques qui pourraient vous aider dans votre parcours

### Threats

Obstacles ou défis potentiels à anticiper dans le cadre du stage

Interne

Externe

## Exemple de SWOT personnel

Voici un exemple simple pour comprendre l'outil. Il s'agit d'un technicien en mécanique qui, après quelques années, se rend compte qu'il n'est pas heureux dans son métier. Le SWOT personnel est un bon outil pour réaliser un diagnostic de sa situation personnelle et envisager un nouveau projet professionnel.

