

เรซูเม่จุดแข็ง

STRENGTHS-BASED RESUMÉ

จิตใจ
แข็งแกร่ง



30-60 นาที



ทุกเมื่อที่ต้องการ



1 คน



ผู้ใหญ่

คำอธิบาย

เครื่องมือนี้จะช่วยให้เราได้มองเห็นจุดแข็งของตัวเองในบริบทการทำงาน เป็นตัวช่วยให้เราสามารถนำจุดแข็งมาปรับใช้ได้อย่างเหมาะสม และ มีความมั่นใจในความสามารถของตัวเองมากขึ้น เพื่อให้การทำงานเป็นเรื่องที่น่ากังวลใจน้อยลง

วิธีการใช้งาน

- ศึกษารูปแบบจุดแข็งทั้ง 24 จุดแข็ง ทบทวนถึงจุดแข็งที่ตัวเองมี และ จดลงในใบงาน [HTTPS://WWW.MINDSETMAKER.CO/24-CHARACTER-STRENGTHS](https://www.mindsetmaker.co/24-character-strengths)
- ลองพิจารณาว่าจุดแข็งของเราอันไหนที่ตรงกับหน้าที่การทำงานต่างๆบ้าง และ จดลงในตารางในใบงาน
- ตอบคำถามข้อ 3-5 ในใบงานหน้าที่สอง
- นำข้อมูลที่เขียนไว้บางอย่างมาปรับใช้ได้ในเรซูเม่จริงตามความต้องการ

คำแนะนำ

- แบบฝึกหัดนี้เหมาะกับทุกคนที่อยากสำรวจจุดแข็งของตัวเอง
- แบบฝึกหัดนี้เหมาะกับคนที่กำลังมองหางานใหม่เพราะจะช่วยให้เราเลือกงานได้ตรงตามจุดแข็งของเรา
- อาจนำไปปรับให้เข้ากับการเขียนเรซูเม่ทั่วไปได้ในบางส่วน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเทมเพลตเรซูเม่ของแต่ละคน

เป้าหมาย

เป็นการทบทวนข้อดีของเรา และเพื่อให้เราเลือกงานได้ตรงกับจุดแข็งของเรา

อ้างอิง

- คาแรกเตอร์สำคัญ 24 ข้อ: เป้าหมายการศึกษาสากลและคุณภาพชีวิตคนรุ่นใหม่. (3 มิถุนายน 2563). The Potential. <https://thepotential.org/knowledge/character-strengths/>
- Harzer, C., & Ruch, W. (2013). The application of signature character strengths and positive experiences at work. Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being, 14(3), 965–983.

เรซูเม่จุดแข็ง

A STRENGTHS-BASED RESUMÉ



1. ลิสต์จุดแข็งของตัวเองลงไปในช่วงว่าง

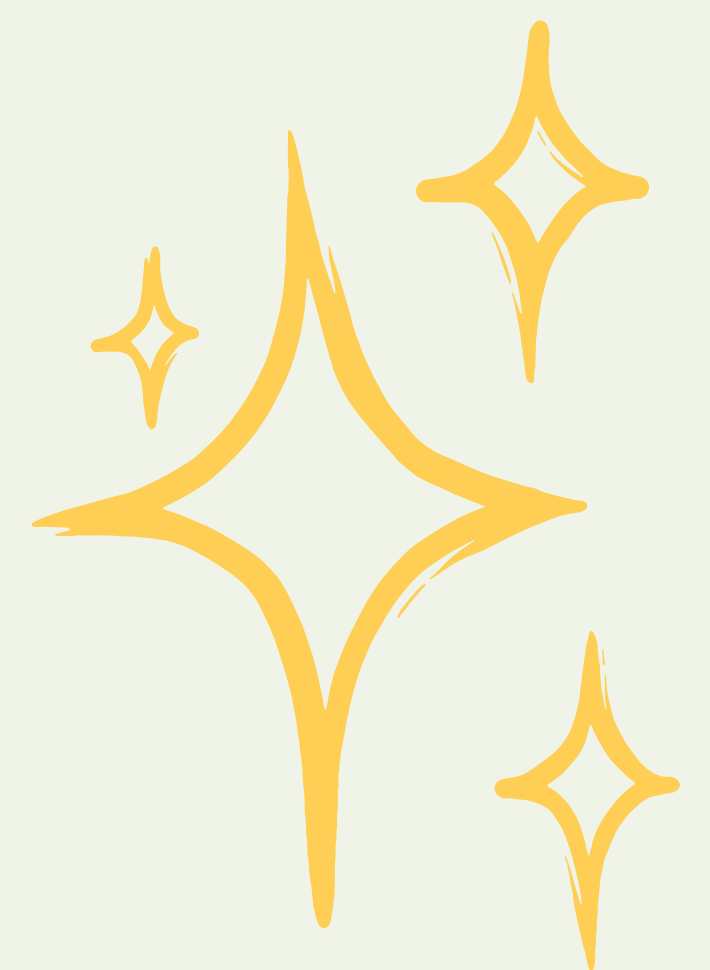
2. วิเคราะห์และเปรียบเทียบหน้าที่การงานกับจุดแข็งของเรา

หน้าที่การงาน	จุดแข็งของเราที่เข้ากับงาน

3. มีจุดแข็งอะไรบ้างในชีวิตประจำวันที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้กับที่ทำงานได้



4. งานแนวไหนที่เหมาะสมกับตัวเองมากที่สุด เพราะอะไร



5. ความสำเร็จอะไรในหน้าที่การงานที่ทำให้รู้สึกภูมิใจที่สุด



เรซูเม่จุดแข็ง

A STRENGTHS-BASED RESUMÉ



1. ลิสต์จุดแข็งของตัวเองลงไปในช่วงว่าง

ความรอบคอบ

ความอ่อนน้อมถ่อมตน

ความกล้าหาญ

2. วิเคราะห์และเปรียบเทียบหน้าที่การทำงานกับจุดแข็งของเรา

หน้าที่การทำงาน	จุดแข็งของเราที่เข้ากับงาน
จด Minute of Meeting	ความรอบคอบ
ประสานงานกับลูกค้า	ความอ่อนน้อมถ่อมตน
Present งาน	ความกล้าหาญ

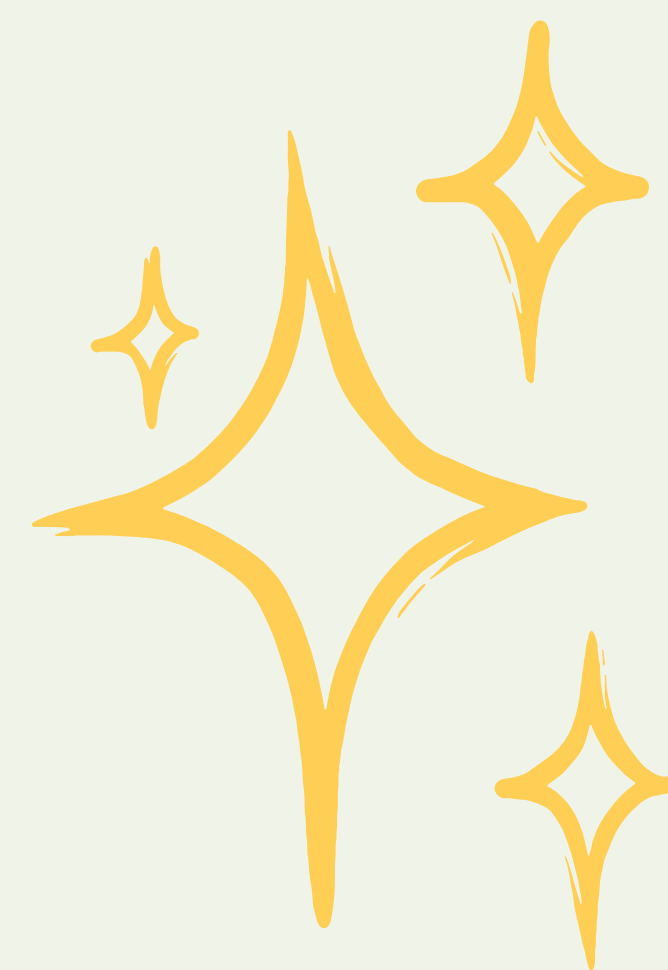
3. มีจุดแข็งอะไรบ้างในชีวิตประจำวันที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้กับที่ทำงานได้

ความใจดี
ความมีอารมณ์ขัน



4. งานแนวไหนที่เหมาะสมกับตัวเองมากที่สุด เพราะอะไร

งานที่ทำงานกับผู้อื่น เพราะ มี
มนุษยสัมพันธ์เป็นจุดแข็ง



5. ความสำเร็จอะไรในหน้าที่การงานที่ทำให้รู้สึกภูมิใจที่สุด

ได้รางวัลพนักงานดีเด่น

