

Lilian 
carreira & autoconhecimento



DICAS DE OURO

1. Faça avaliações/testes

2. Feedback construtivo

3. Busque especialistas

4. Reflita e anote

5. Coloque em prática



como definir **OBJETIVOS**
e estruturar seu **PLANO DE**

CARREIRA



Alice perguntou:

“Gato Cheshire... pode me dizer qual o caminho que eu devo tomar?”

“Isso depende muito do lugar para onde você quer ir.” – disse o Gato.

“Eu não sei para onde ir.” – disse Alice.

“Se você não sabe para onde ir, qualquer caminho serve.”

[Alice no País das Maravilhas]

AUTORRESPONSABILIDADE

“É um estado de caráter ou um comportamento que nos permite assumir as consequências dos nossos atos.”

[Paulo Vieira]



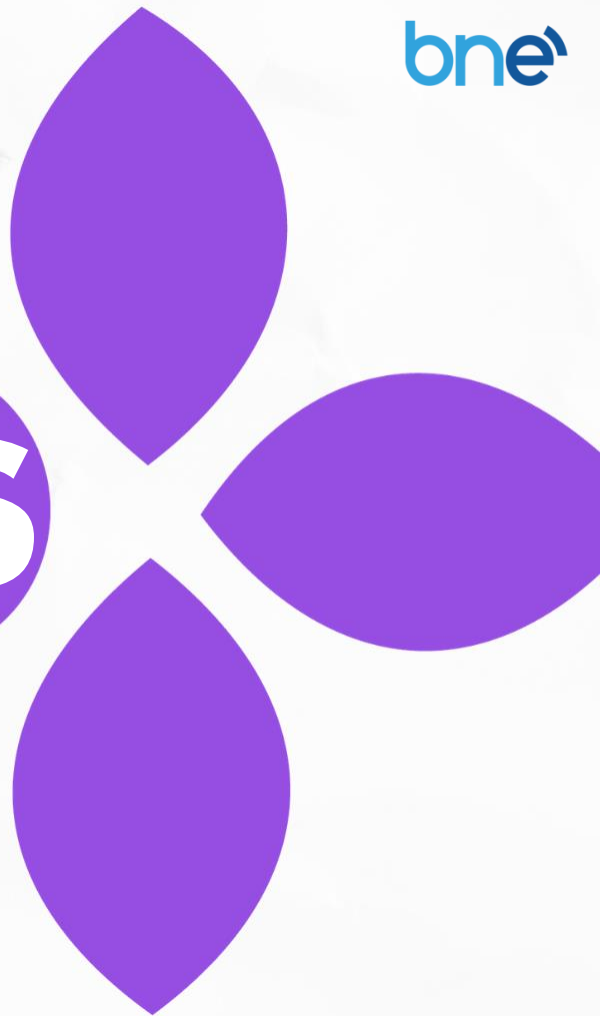
Os 6 princípios da AUTORRESPONSABILIDADE



“Ninguém é tão ignorante que não tenha algo à ensinar. Ninguém é tão sábio que não tenha algo à aprender.”

[Blaise Pascal]

OBJETIVOS



OBJETIVOS

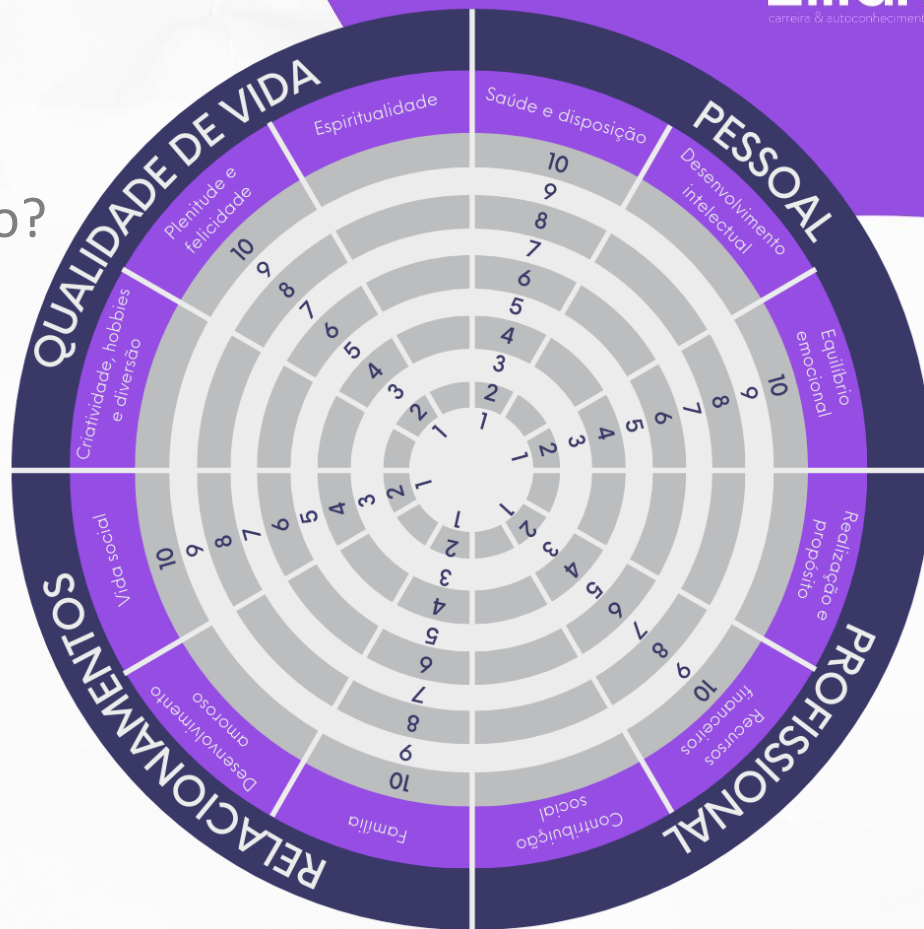
RODA DA
VIDA



DESAFIOS

RODA DA VIDA

- Qual o meu nível de satisfação?
- Download @lilianrodrigues



DESAFIOS

- ✿ Projetos
- ✿ Desejos
- ✿ Ambições
- ✿ Sonhos
- ✿ Etc



IDENTIFIQUE:



TALENTOS

Quais me ajudam a alcançar meus objetivos?

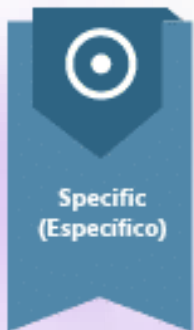


OPORTUNIDADES

Quais que se eu desenvolver, me ajudarão a alcançar meus objetivos?

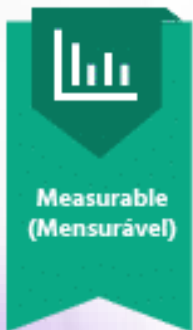
ESTABELECEER METAS SMART

S M A R T



**Specific
(Específico)**

O que exatamente você quer?



**Measurable
(Mensurável)**

O que deixa claro que você alcançou seu objetivo?



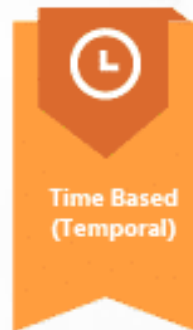
**Attainable
(Atingível)**

Fazer isso é realista?
Executável?
Atingível?



**Relevant
(Relevante)**

Porque essa meta é importante?
Aonde ela agrega valor?



**Time Based
(Temporal)**

Quando exatamente isso vai acontecer?

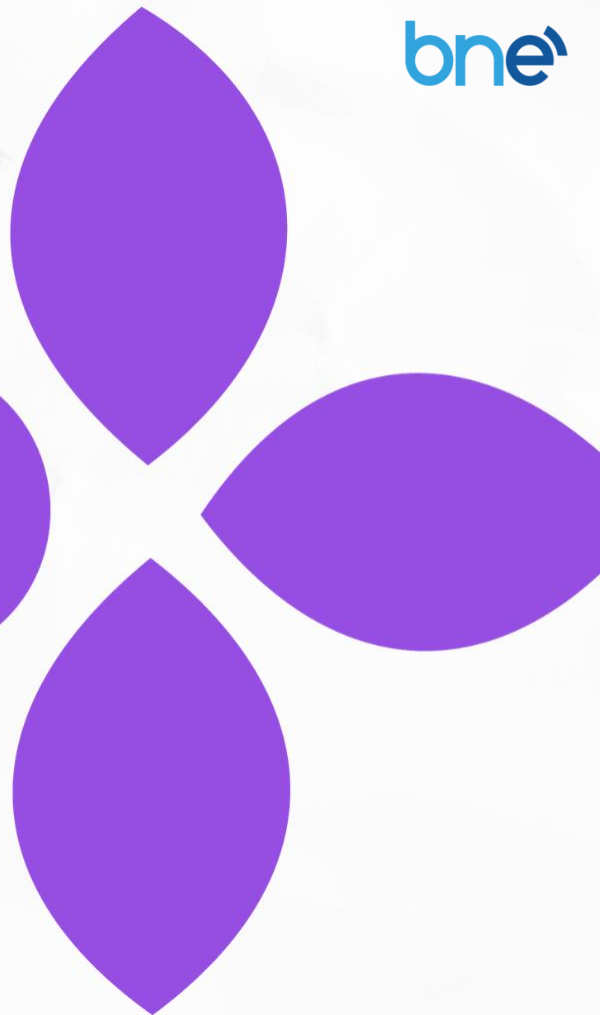
1. Analisou a Rosa da Vida

2. Listou desafios

3. Identificou talentos e oportunidades

4. Estabelecer metas

5. Plano de ação



PLANO DE AÇÃO



70% On-the-job
Experience

- Agindo ativamente na solução de problemas reais
- Projetos
- Job rotation
- Resolvendo casos simulados



20%
Informal
Learning

- Grupos de colaboração
- Networking
- Coaching
- Mentoring
- Feedback



10%
Formal
Learning

- Workshop
- Webinars
- eLearning

PLANO DE AÇÃO 70|20|10

- ❖ O que eu quero? *Falar inglês.*
- ❖ Objetivo: *Alcançar fluência na língua inglesa até 01/06/22.*
- ❖ 10 – *frequentar aulas 2 vezes por semana.*
- ❖ 20 – *assistir filmes com legenda em inglês 1 vez por semana.*
- ❖ 70 – *participar de grupos de conversação 1 vez ao mês nos primeiros 6 meses e 2 vezes ao mês após esse período.*

PLANO DE AÇÃO 70|20|10

O que eu quero? Falar inglês

Meta: Alcançar fluência na língua inglesa até 01/06/22

- 10** frequentar aulas 2 vezes por semana.
- 20** assistir filmes com legenda em inglês 1 vez por semana.
- 70** participar de grupos de conversação 1 vez ao mês nos primeiros 6 meses e 2 vezes ao mês após esse período.

**NÃO PARE ATÉ SE
ORGULHAR!**



Lilian



carreira & autoconhecimento



+55 41 98856-6260



@lilianrodrigues



contato@lilianrodrigues.net

