

MEU PLANO DE METAS

1

Onde você está?

Seu estado atual:

2

Onde quero chegar?

3

O que impede você?

Quais são os seus obstáculos?

4

Quais são os seus pontos fortes?



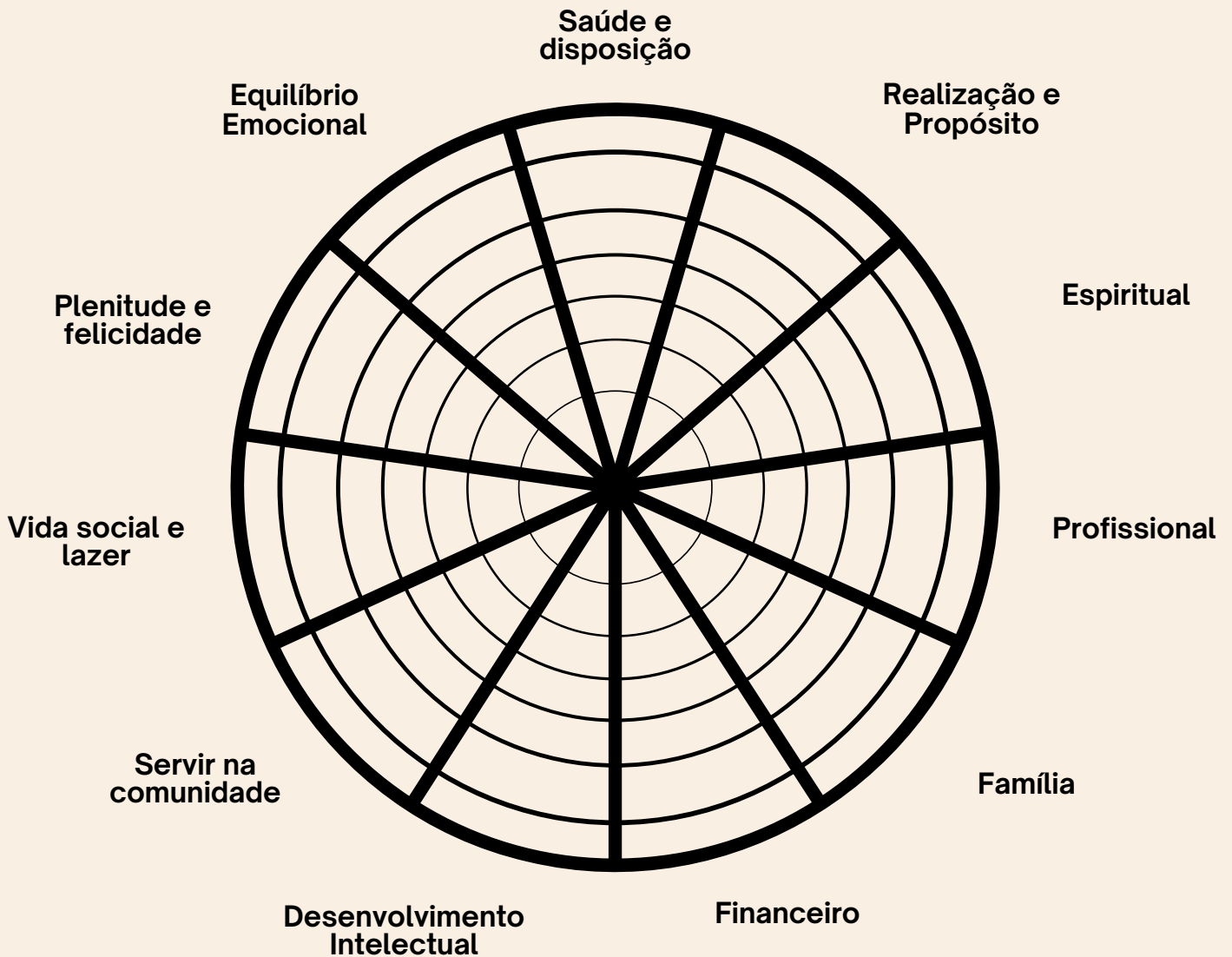
5

Quais são as ações para vencer seus obstáculos e desafios?



Analise se tudo foi executado como planejado e se o resultado esperado realmente ocorreu.

A RODA DA VIDA



O que eu preciso melhorar?

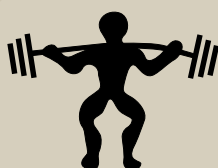
ANÁLISE DE SWOT

AMBIENTE INTERNO

PONTOS FORTES

Seus diferenciais

S



PONTOS FRANCOS

Precisa melhorar

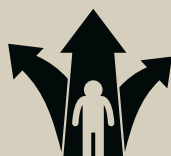
W



OPORTUNIDADES

Situações que podem dar vantagem

O



AMEAÇAS

Desafios que você precisa enfrentar

T



PONTOS POSITIVOS

PONTOS NEGATIVOS

AMBIENTE EXTERNO

METAS SMART

O estabelecimento de metas é uma maneira útil de construir a carreira ou colocar em prática os projetos que você deseja. Ao definir objetivos e criar um roteiro claro de como você alcançará a meta pretendida, você pode decidir como aplicar seu tempo e recursos para progredir.

S

Específico

Torne suas metas específicas e restritas para um planejamento mais efetivo.

M

Mensurável

Defina quais evidências identificarão que você está progredindo e reavalie quando necessário

A

Alcançável

Verifique se você consegue atingir seu objetivo razoavelmente dentro de um determinado prazo.

R

Relevante

Seus objetivos devem estar alinhados com seus valores e objetivos de longo prazo.

T

Tempo

Defina uma data final realista e ambiciosa para priorização e motivação das tarefas

ESCOLHENDO UMA PROFISSÃO

1 Em quais ambientes eu gostaria de trabalhar? E em quais eu não gostaria?

2 Quantas horas por semana eu gostaria de trabalhar?

3 Em quais atividades eu me destaco? Em quais eu me sinto realmente bem fazendo?

4 Qual é o estilo de vida eu gostaria de ter?

5 Qual é a carga horária média dos profissionais da área pela qual me interessar?

6 Poderei realizar, mesmo que minimamente, as atividades nas quais eu me sinto bem fazendo durante a minha rotina se seguir nessa profissão?

7 A remuneração média dessa profissão é compatível com o estilo de vida que eu planejo ter?

CHECKLIST

ESCOLHENDO CURSO E ESCOLA

01 Pesquise e conheça a estrutura

02 Confira a nota do MEC (www.gov.br/mec/pt-br)

03 Conheça mais sobre o corpo docente

04 Confira a grade curricular do curso

05 Converse com alunos e ex-alunos

06 Oferece atividades extracurriculares

07 Localização da instituição, turnos e horários de aula

08 Instituição tem boa reputação no mercado de trabalho

09 Avalie os programas de estágio, trainee e intercâmbio

APLICATIVOS DE CONTROLE DIÁRIO DAS FINANÇAS

APP	NOTA
Minhas Finanças Pessoais	4,8
Gastos - gestor de orçamento	4,9
Orçamento Fácil	4,7
Gestor de Despesas e Orçamento	4,9
Organizze: orçamento pessoal	4,4
Mobills: Finanças Pessoais	4,1
Além do Orçamento - Planejador	4,9

*Nota atribuída pelos usuários do Play Store