

Auto-reflexão

Nome:		Data:
Criando sua visão pessoal		
O que me traz felicidade / alegria	Dois melhores momentos da semana que se passou	Três coisas que eu faria se dinheiro não fosse um obstáculo
Meus valores mais importantes	Coisas que posso fazer que estão no nível "bom a excelente"	O que eu gostaria de parar de fazer ou fazer menos
Declaração de visão pessoal		
Com base na minha reflexão pessoal, são estas as coisas que me motivam, me proporcionam alegria e satisfação:		
Meus pontos fortes / habilidades / traços / coisas que faço melhor:		
Posso começar a fazer pelo menos três coisas com mais frequência que usam minhas qualidades e me trazem alegria:		

Plano de Desenvolvimento Pessoal

Area de desenvolvimento Identifique conhecimentos, habilidades que você gostaria de desenvolver	Objetivo específico Identifique cada meta que você pretende alcançar	Ação / Tempo Quais são as etapas de suas ações para atingir seu objetivo?		Mensuração Como você saberá que atingiu a (s) meta (s)?
Area 1 de Desenvolvimento: <i>Construir presença pessoal e credibilidade ao falar ou participar de reuniões com líderes mais seniores</i>	Objetivo 1: <i>Construir a percepção da minha "presença" de liderança com meu gerente e o vice-presidente sênior.</i>	Etapas e plano de ação para atingir a meta: 1. <i>Prepare-se para reuniões críticas com antecedência e análise e pratique com a mentora</i> 2. <i>Treinar com mentora para ganhar confiança ao falar</i>	Quando: 1 st Q Reunião do dia 15.12	Mensuração / Sucesso: 1. <i>Reunião de preparação com a mentora concluída</i> 2. <i>Obter feedback do meu gerente sobre a minha apresentação e como foi percebida</i>
Area 2 de Desenvolvimento:	Objetivo 2:	Etapas e plano de ação para atingir a meta: 1. 2. 3.	Quando: 1. 2. 3.	Mensuração / Sucesso: 1. 2. 3.
Area 3 de Desenvolvimento:	Objetivo 3:	Etapas e plano de ação para atingir a meta: 1. 2. 3.	Quando: 1. 2. 3.	Mensuração / Sucesso: 1. 2. 3.
Area 4 de Desenvolvimento:	Objetivo 4:	Etapas e plano de ação para atingir a meta: 1. 2. 3.	Quando: 1. 2. 3.	Mensuração / Sucesso: 1. 2. 3.
Area 5 de Desenvolvimento:	Objetivo 5:	Etapas e plano de ação para atingir a meta: 1. 2. 3.	Quando: 1. 2. 3.	Mensuração / Sucesso: 1. 2. 3.

Recursos e suporte necessários:	Plano para obter recursos e suporte necessários:

Obstáculos em potencial

Obstáculos em potencial	Ações de mitigação / etapas de resolução

Declaração de visão pessoal (50 palavras ou menos):