



AUTOLIDERANÇA PLANEJANDO O DESENVOLVIMENTO PESSOAL



Sumário

01101001 01101110 01101111 01101110 01100001 11100111
11100011 01101111 00100000 01100101 00100000
01100111 01100101 01100011 01101000 11100011 01101111

Aula 1.0

Aula 1.2 Por que se autoliderar?
Aula 1.3 Pilares da autoliderança

Aula 3.0

Aula 3.1 Iniciando um planejamento
Aula 3.2 Metas e indicadores
Aula 3.3 Estratégias e recursos
Aula 3.4 Cronograma

Aula 5.0

Aula 5.1 Planejamento eficaz com chatGPT

Aula 2.0

Aula 2.1 Se conhecer é o primeiro passo
Aula 2.2 Objetivos e metas
Aula 2.3 Autoavaliação
Aula 2.4 Complementando a sua autoavaliação

Aula 4.0

Aula 4.1 O que é um PDI?
Aula 4.2 Implementação e ajustes



// Aula 1.2 _

POR QUE SE AUTOLIDERAR?

AUTOLIDERANÇA

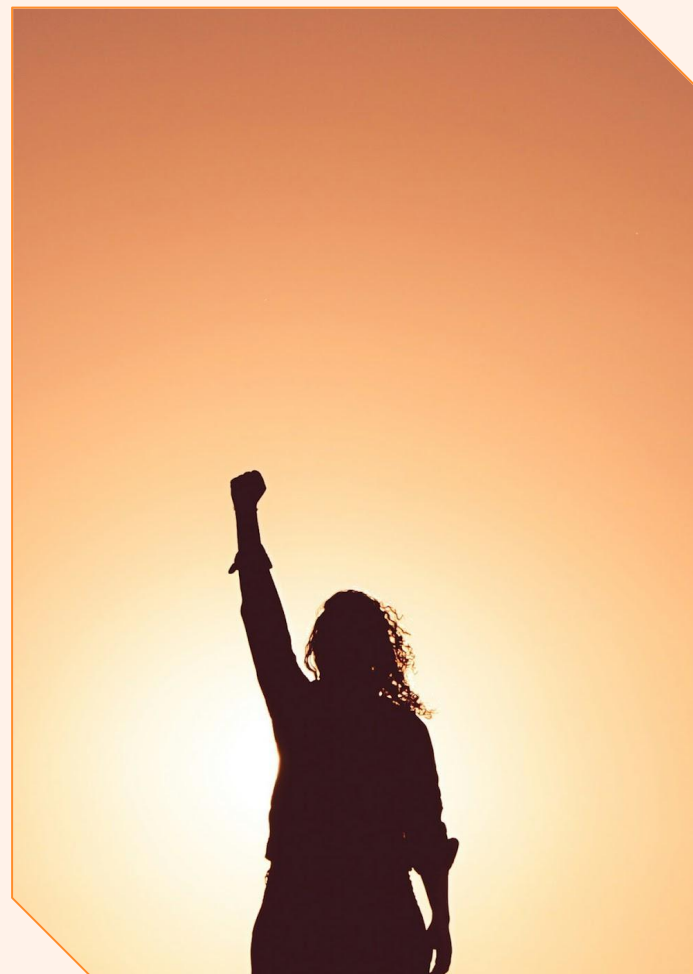
Processo de liderar a si de forma eficaz e proativa.

AUTOLIDERAR

Envolve a capacidade de **motivar** e **gerenciar** a si para alcançar objetivos e metas pessoais.

BENEFÍCIOS NA VIDA PESSOAL

- Autoconhecimento
- Disciplina
- Resiliência
- Satisfação pessoal



BENEFÍCIOS NA CARREIRA

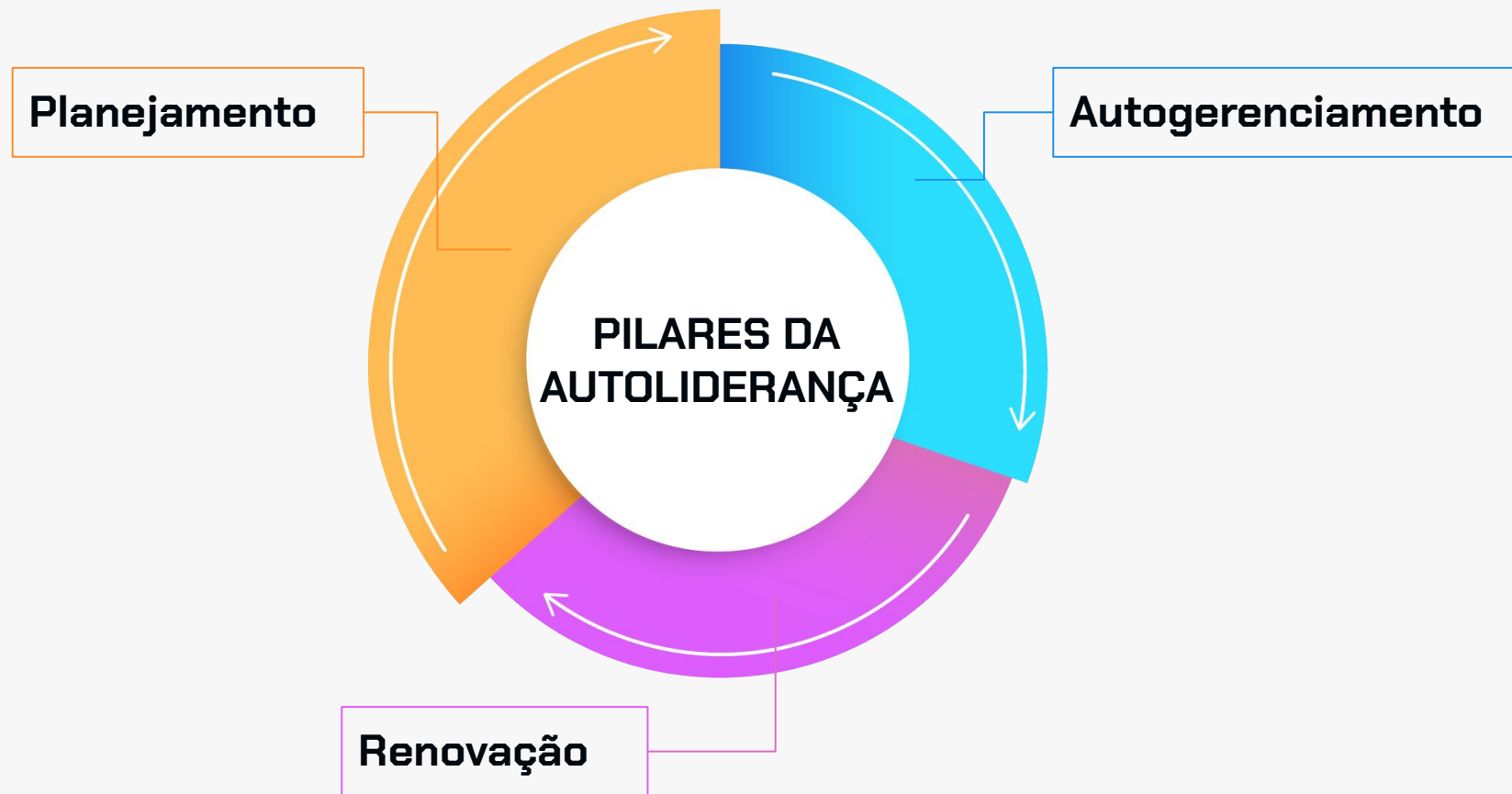
- Alta performance
- Adaptabilidade
- Melhoria contínua
- Autonomia



// Aula 1.3 _

PILARES DA AUTOLIDERANÇA







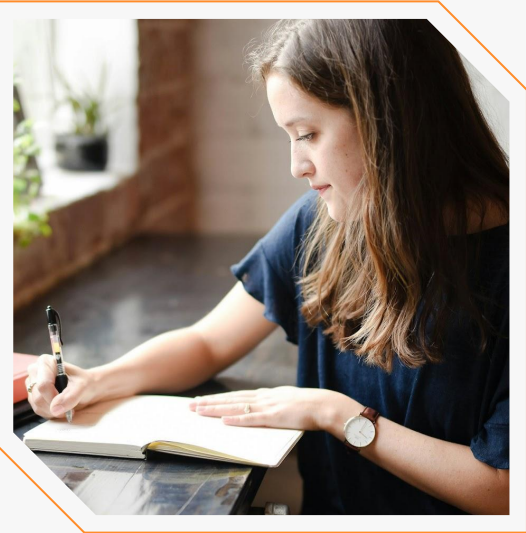
Planejamento

Definir objetivos, identificar recursos necessários e elaborar um plano de ação para alcançá-los.



Autogerenciamento

Tomar decisões eficientes, priorizar tarefas e manter a organização enquanto executa o plano.



Renovação

Refletir, analisar e ajustar o planejamento ao longo do caminho.

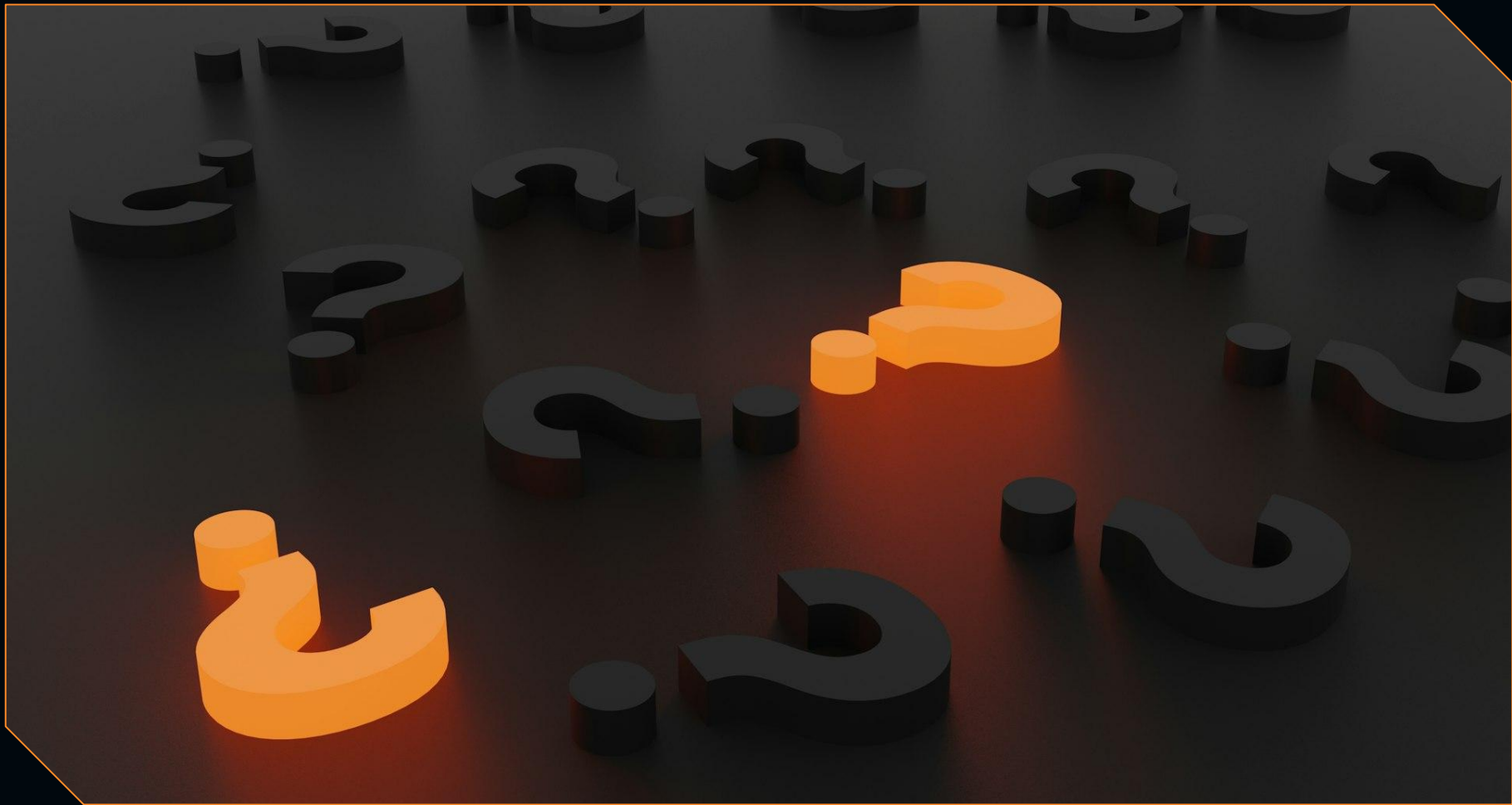
// Aula 02 _

AUTOCONHECIMENTO



// Aula 2.1 _

SE CONHECER É O PRIMEIRO PASSO



AUTOCONHECIMENTO

Entendimento das próprias forças, fraquezas, valores e objetivos.

Pontos de desenvolvimento



Pontos de aperfeiçoamento





// Aula 2.2 _

OBJETIVOS E METAS

OBJETIVOS X METAS

OBJETIVOS

Declarações amplas e abrangentes do que se pretende alcançar.

Exemplo: *“Melhorar minhas habilidades de comunicação.”*

METAS

Declarações específicas e direcionadas são estabelecidas para alcançar um objetivo.

Exemplo: *“Fazer um curso de oratória para melhorar minhas habilidades de apresentação em três meses.”*

// Aula 2.3 _

AUTOAVALIAÇÃO



AUTOAVALIAÇÃO

Análise crítica sobre as próprias características e momento de vida, com o objetivo de conhecer pontos fortes e pontos de melhoria.

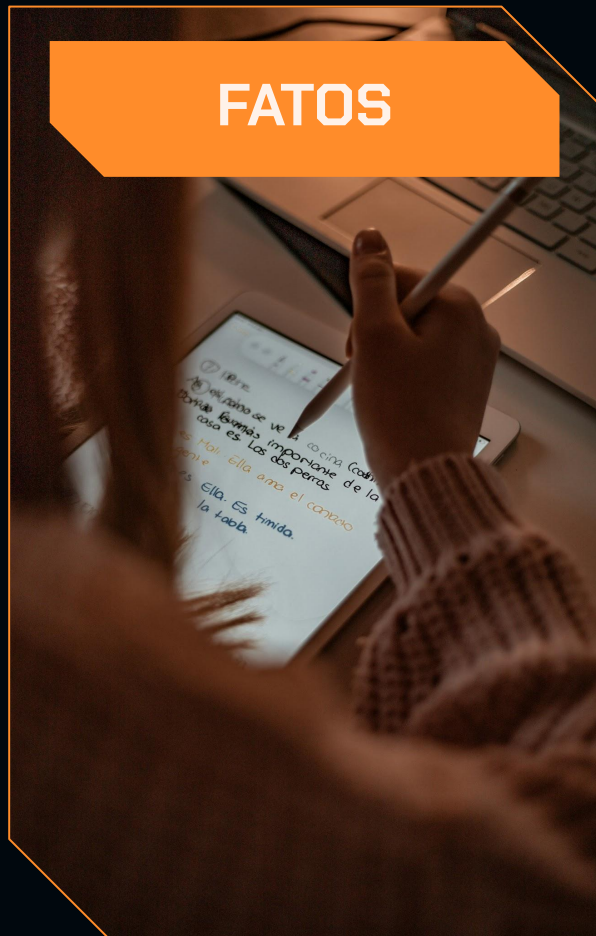
FOCO



HONESTIDADE



FATOS



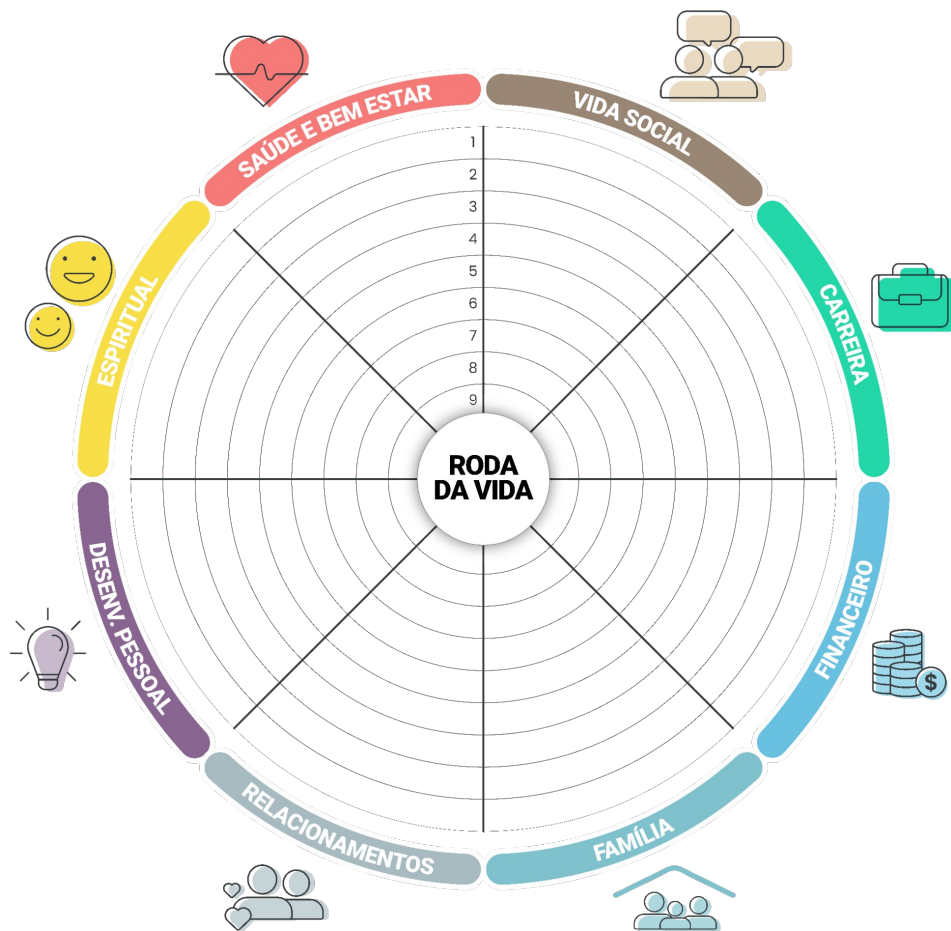
MÉTODO RODA DA VIDA

Ferramenta visual de **análise e reflexão** sobre a vida.

Avalia o nível de **satisfação pessoal**.

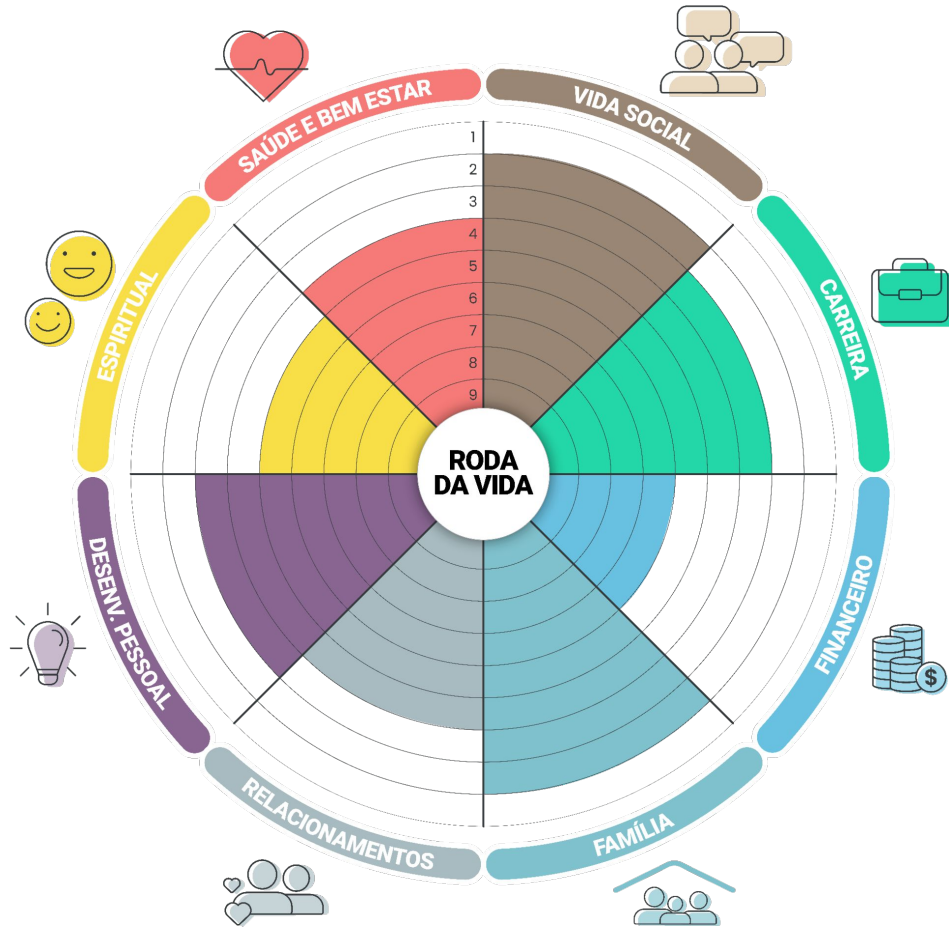
Identifica áreas de desenvolvimento que devem ser **priorizadas**.





Preenchendo a Roda da vida

Análise da Roda da vida



// Aula 2.4 _

COMPLEMENTANDO SUA AUTOAVALIAÇÃO

Pedir feedback



Refletir sobre ele



Identifique padrões



**Compare com sua
autoavaliação**



```
// Aula 03_
```

PLANEJAMENTO

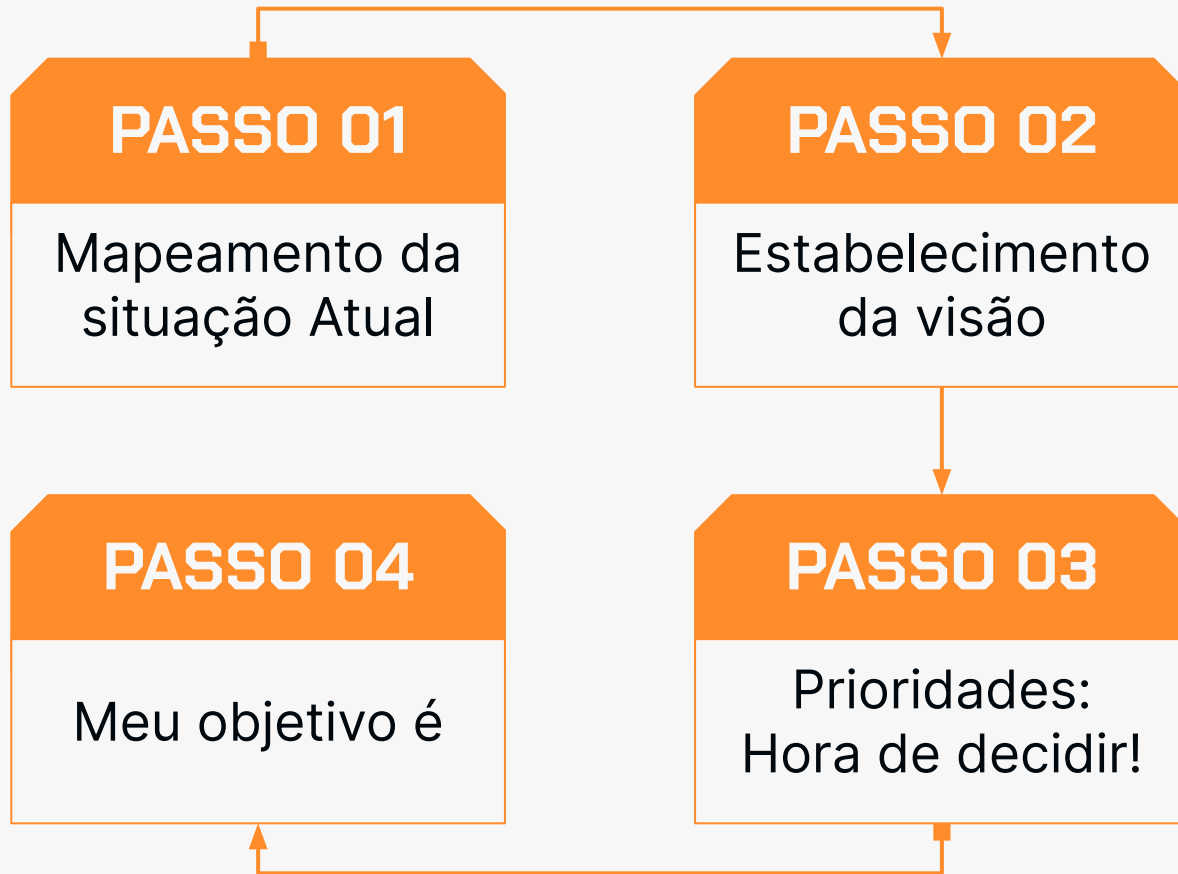


// Aula 3.1 _

INICIANDO UM PLANEJAMENTO

OBJETIVO







Objetivo Maíra

Abrir uma empresa de consultoria especializada em negócios de moda

// Aula 3.2 _

METAS E INDICADORES DE SUCESSO



OBJETIVO + METAS
= PLANO DE AÇÃO



MÉTODO

SMART

George Doran

01101001 01101110 01101111 01101110 01100001 11100111
11100001 01101111 00100000 01100101 00100000
01100111 01100101 01100111 01101000 11100011 01101111

S



ESPECÍFICO [SPECIFIC]

A meta deve ser bem definida e ter um objetivo claro

M



MENSURÁVEL [MEASURABLE]

A meta deve ser quantificável e capaz de ser medida

A



ATINGÍVEL [ACHIEVABLE]

A meta deve ser desafiadora, mas alcançável

R



RELEVANTES [RELEVANT]

A meta deve ter impacto nos resultados

T



TEMPORAIS [TIME-BOUND]

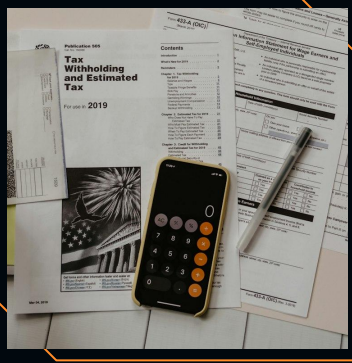
A meta deve ter um calendário e/ou prazo de conclusão



Objetivo

Abrir uma empresa de consultoria especializada em negócios de moda

O que é necessário para empreender?



Pontos de desenvolvimento

Gestão financeira



Pontos de aperfeiçoamento

Comunicação interpessoal para atendimento e networking

Objetivo

Abrir uma empresa de consultoria especializada em negócios de moda

Meta 1

Estudar durante 2 meses sobre finanças para empreendedores

Meta 2

Elaborar 1 ou mais materiais que auxiliem na gestão financeira

Objetivo

Abrir uma empresa de consultoria especializada em negócios de moda

Meta 3

Ler 1 livro referência de comunicação persuasiva e aplicar o conhecimento em processos de venda e networking em até 6 meses

// Aula 3.3 _

ESTRATÉGIAS E RECURSOS



“ONDE”,
“O QUE”
“COMO”

ESTRATÉGIAS

Passos concretos que ajudam a progredir em direção às metas definidas.

RECURSOS

Elementos necessários para colocar as estratégias em prática ou atingir as metas.

Exemplos: Tempo, dinheiro, conhecimento e apoio de outras pessoas.

OBJETIVO

```
graph TD; A[OBJETIVO] --> B[Meta]; A --> C[Meta]; A --> D[Meta]; B --> E[Estratégias e recursos]; C --> F[Estratégias e recursos]; D --> G[Estratégias e recursos];
```

Meta

Estratégias e
recursos

Meta

Estratégias e
recursos

Meta

Estratégias e
recursos

Meta 1

Estudar durante 2 meses sobre finanças para empreendedores

Estratégias:

- Estabelecer dois dias fixos da semana para estudar
- Bloquear a agenda nestes dias
- Pesquisar cursos online sobre finanças
- Registrar todos os aprendizados em um local de fácil consulta

Recursos:

- Tempo
- Dinheiro para investimento nos cursos
- Pasta no google drive (nuvem)

A decorative orange line starts at the top left, goes right, then down, then diagonally down-right, and finally right again. A small orange square is located on the vertical segment of the line.

// Aula 3.4 _

CRONOGRAMA

CRONOGRAMA

Ferramenta visual para organizar atividades e prazos em um projeto (pessoal/profissional).

CRONOGRAMA



Sequência de execução das atividades

Indica o prazo ideal de cada entrega

Visão geral de desempenho

UM CRONOGRAMA EFICIENTE ENVOLVE:

- Adequação à vida e rotina pessoal
- Sequência temporal das atividades, a partir de sua prioridade
- Fácil visualização



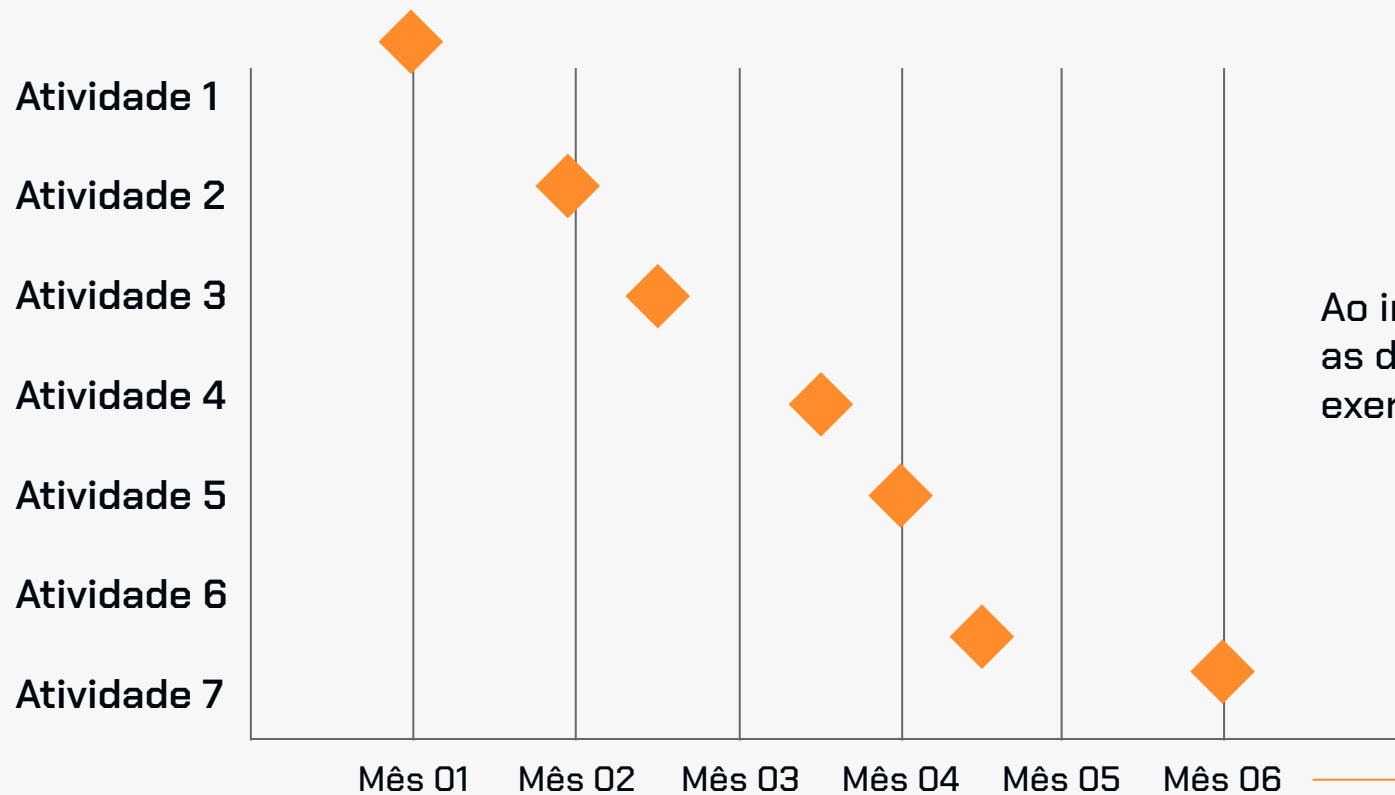
Gráfico de Gantt



Gráfico de Gantt



Gráfico Milestone



Ao invés de mês, podem ser as datas específicas, exemplo: Data XX/XX/XX

Diagrama de rede



Planilha / Tabela

METAS	ATIVIDADES	DATA DE ENTREGA
Meta 1	Atividade 1 Atividade 2	XX/XX/XXXX XX/XX/XXXX
Meta 2	Atividade 1 Atividade 2 Atividade 3	XX/XX/XXXX

O QUE É IMPORTANTE PARA COMEÇAR:

- Definição do prazo geral de execução do plano (início/fim - Diário/Semanal/Anual).



O QUE É IMPORTANTE PARA COMEÇAR:

- Definição do prazo geral de execução do plano (início/fim).
- Priorização de metas.
- Descrição das atividades envolvidas em cada meta.




```
// Aula 04_
```

ESTRUTURANDO UM PDI



// Aula 4.1 _

O QUE É UM PDI?

PDI

Plano de desenvolvimento individual -

Documento com um conjunto de ações que uma pessoa elabora para melhorar diversas áreas de sua vida.



Desenvolvimento e retenção de talentos



Suporte ao crescimento profissional e organizacional



Desenvolvimento e aprimoramento de competências de liderança



Cultura de aprendizado contínuo



Notion

Product ▾

Download ▾

Solutions ▾

Resources ▾

Pricing

Contact sales

Log in

Try Notion free

One workspace. Every team.

We're more than a doc. Or a table. Customize
Notion to work the way you do.

Try Notion free

TRUSTED BY TEAMS AT

PIXAR

TravelPerk

Cornershop

Spotify

headspace



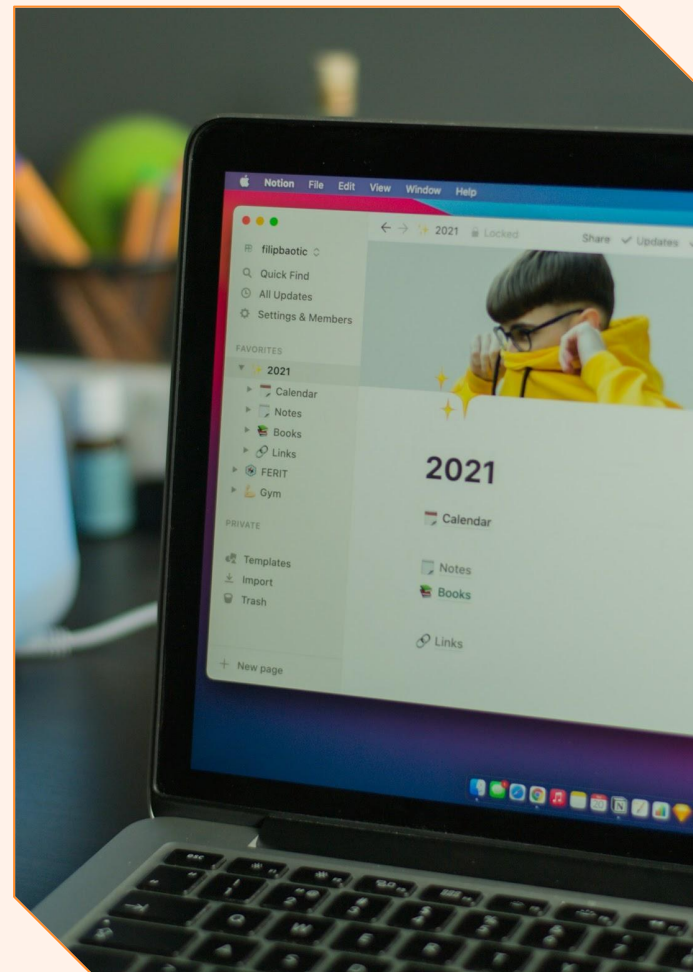
NOTION

Organização hierárquica e visual

Páginas e banco de dados

Recursos multimídia

Colaboração e compartilhamento



// Aula 4.3 _

IMPLEMENTAÇÃO E AJUSTES



Dedique tempo



**Busque apoio
e orientação**



**Avalie o progresso
e faça ajustes**



**Identifique formas de
manter a motivação**

OTIMIZANDO O SEU PDI COM I.A



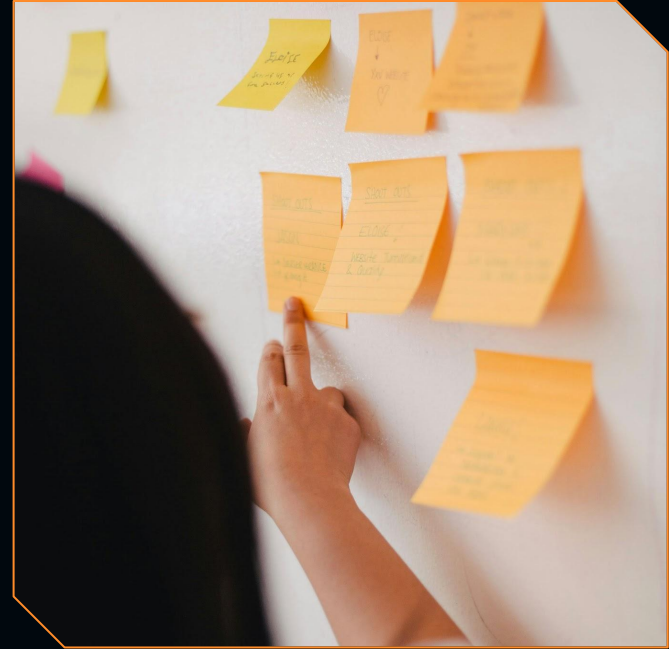
// Aula 5.1 _

PLANEJAMENTO EFICAZ COM CHATGPT

Sugestão de áreas de desenvolvimento



Formulação de objetivo, metas e estratégias



Elaboração de cronograma



Indicação de recursos



Avalie o curso e deixe um comentário.

Compartilhe um resumo de seus novos conhecimentos em suas redes sociais.

#aprendizadoalura

alura



Escola Inovação & Gestão