

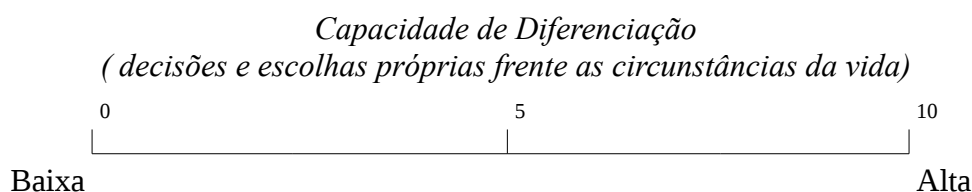
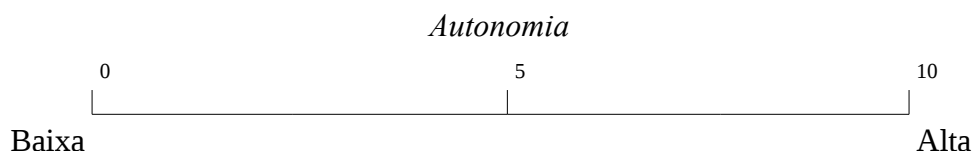
Você é uma pessoa com autonomia para exercer a sua vida pessoal e profissional, com decisões e escolhas próprias? Esta postura lhe confere uma maior liberdade de expressão com relação ao que sente e pensa ou não? Tente recordar nos últimos dois anos, 03 (três) experiências que mudaram o rumo da vida pessoal ou profissional, e que você teve que agir com assertividade, autonomia, intuição e sensibilidade se colocando em risco, mas com competência para resolvê-las. Procure identificar três soluções práticas e criativas que usou para solucioná-las.

	<i>Situações que mudaram o rumo da sua vida pessoal ou profissional</i>	<i>Soluções práticas e criativas que usou para resolvê-las</i>
<i>Situação 1</i>		
<i>Situação 2</i>		
<i>Situação 3</i>		

O que você aprendeu ou não aprendeu sobre você com estas experiências?

<i>O que aprendeu</i>	
<i>O que não aprendeu</i>	

Em uma escala de 0 a 10, qual a nota de você daria para a sua autonomia e para seu grau de diferenciação (decisões e escolhas próprias frente as circunstâncias da vida), ousadia e o sentimento de competência na vida pessoal e profissional.



Faça uma lista de 03 a 05 amigos ou pessoas significativas de sua vida a peça a eles para darem, uma nota de 0 a 10, com relação a sua competência pessoal e profissional, autonomia, criatividade e ousadia.

<i>Amigos ou pessoas significativas de sua vida</i>	<i>Notas (0 à 10)</i>				
	<i>Competência Pessoal</i>	<i>Competência Profissional</i>	<i>Autonomia</i>	<i>Criatividade</i>	<i>Ousadia</i>
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					

Faça um projeto para os próximos dois anos, no qual constem as conquistas realizadas e o que falta para realizar incorporando as várias experiências de sua vida pessoal e profissional. Use o máximo de sua criatividade e incorpore informações sobre gratidão e grau merecimento alcançado pelos seus esforços, e “mãos amigas” das pessoas que lhe ajudaram e conquistar e manter-se como um ser diferenciado. Leve em consideração as notas que você se deu e as que recebeu dos seus amigos.

<i>Projeto</i>