



Vamos falar sobre:

1

Auto - avaliação

2

Feedback ←

3

Aprimoramento ←

4

Potencial em ação

Como identificar e explorar seu verdadeiro potencial no trabalho

Você já se perguntou como identificar e explorar seu verdadeiro potencial no trabalho?

Uma carreira bem-sucedida depende não só das oportunidades que surgem, mas principalmente de como aproveitamos nossas habilidades e talentos para maximizar.

Entender suas habilidades e trabalhar para aperfeiçoá-las é um processo que requer tempo e dedicação.

No entanto, uma vez alcançado, esse potencial desbloqueado pode te levar a uma carreira mais gratificante e bem-sucedida.

Importância

Auto
conheci
mento

O primeiro passo para a realização profissional é o autoconhecimento.

Quando conhecemos nossas forças, habilidades e talentos, somos capazes de usá-los para nosso benefício e alcançar nossos objetivos de carreira. Além disso, o autoconhecimento nos permite identificar áreas para melhoria.

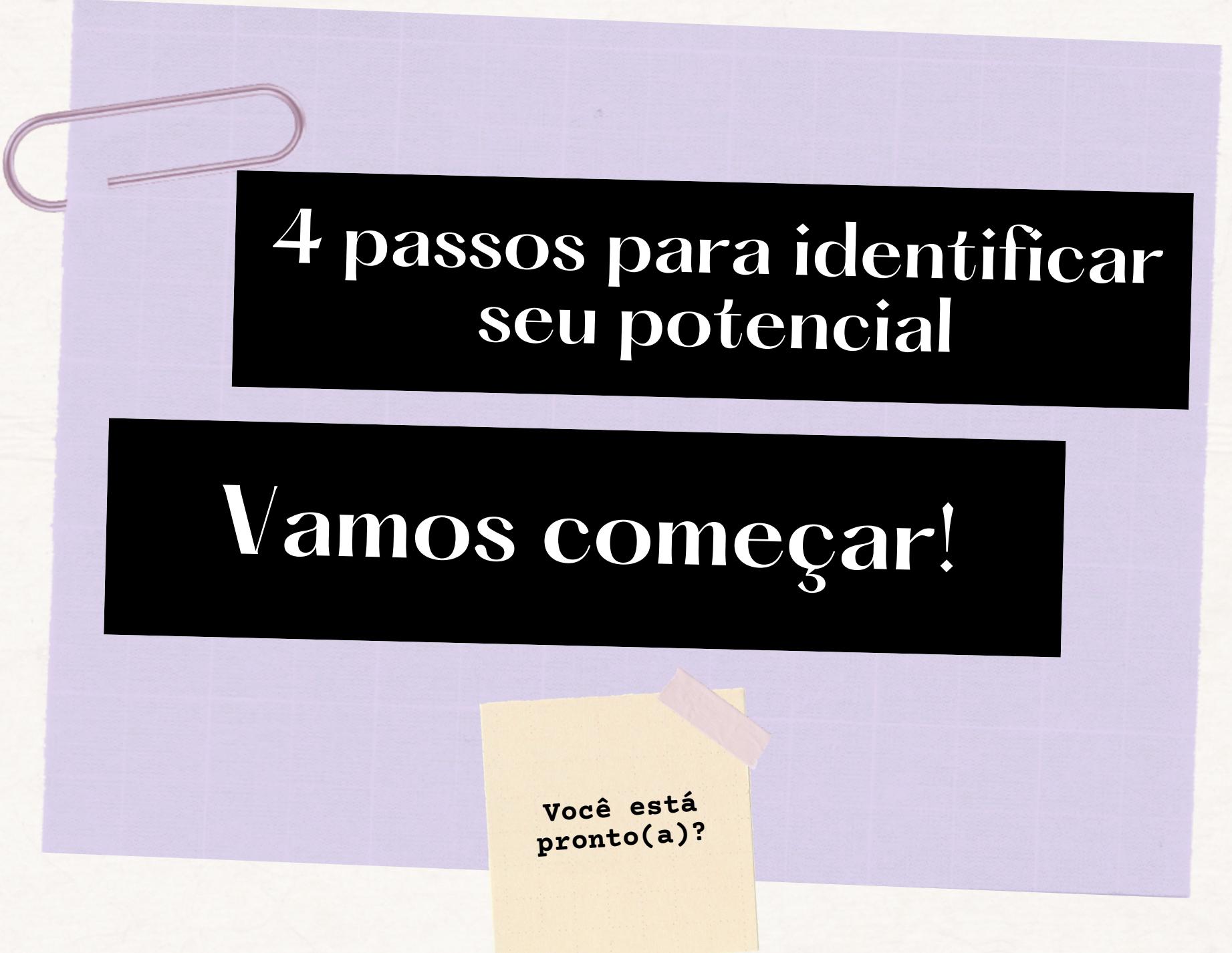
Podemos, então, tomar medidas proativas para transformar essas fraquezas em pontos fortes. Por exemplo, se você perceber que tem dificuldade com o gerenciamento do tempo, pode procurar recursos e treinamentos para melhorar nessa área.

Importância



Ao fazer isso, você não apenas se torna um profissional mais competente, mas também demonstra adaptabilidade e disposição para o crescimento, características altamente valorizadas no trabalho.

Por meio do autoconhecimento e do desenvolvimento contínuo, podemos alcançar nosso máximo potencial e desenvolver uma carreira que não apenas cumpre obrigações, mas que também reflete nossa personalidade e nossas paixões.

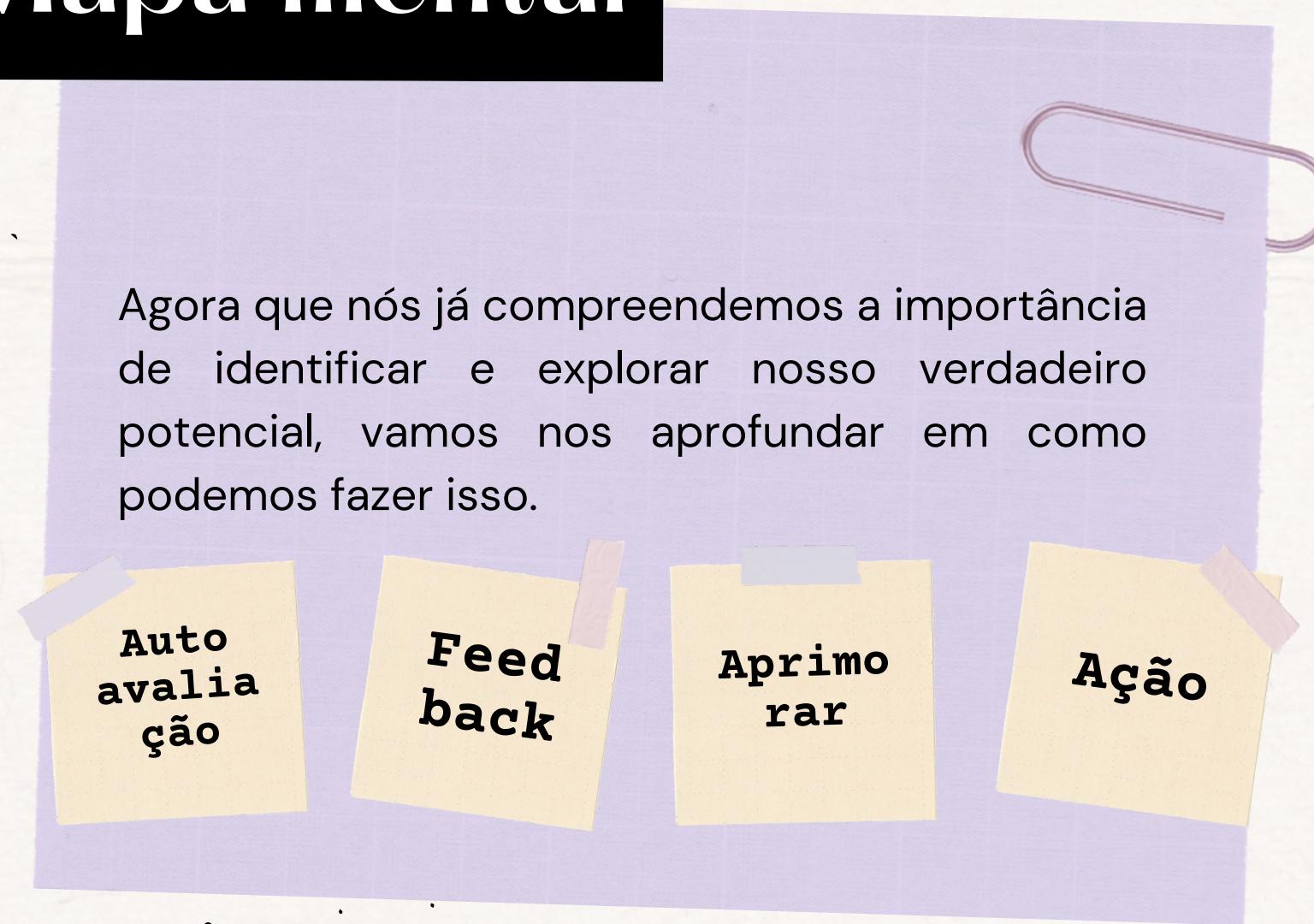


4 passos para identificar
seu potencial

Vamos começar!

Você está
pronto(a)?

Mapa mental



Agora que nós já compreendemos a importância de identificar e explorar nosso verdadeiro potencial, vamos nos aprofundar em como podemos fazer isso.

**Auto
avalia
ção**

**Feed
back**

**Aprimo
rar**

Ação

- 1** A autoavaliação é um exercício bastante introspectivo e, muitas vezes, desconfortável, mas que permite descobrir seus talentos e habilidades inatas.
- 2** Ouvir o feedback dos outros é uma maneira importante de obter uma visão mais ampla e objetiva de suas habilidades e talentos.
- 3** Uma vez que você identificar suas habilidades e talentos, é essencial investir no desenvolvimento dessas áreas para explorar ao máximo seu potencial.
- 4** Ao identificar e aprimorar suas habilidades e talentos, você estará pronto para aplicá-los no ambiente de trabalho e causar um impacto significativo.

Em Ação

As respostas podem apontar para seus pontos fortes inatos. Além disso, lembre-se das vezes em que você superou desafios ou alcançou algo que considera notável. Quais habilidades você usou para alcançar esses resultados?

Analisar essas experiências pode fornecer informações valiosas sobre o que realmente te motiva e onde seu verdadeiro potencial se encontra.

1 Para realizar a autoavaliação de forma eficaz, reserve um tempo para se conectar consigo mesmo e reflita sobre suas experiências no trabalho. Experimente perguntar a si mesmo: Em que atividades do trabalho eu realmente brilho? Quando me sinto mais engajado?

2 Colegas de trabalho, gestores, líderes e mentores que já presenciaram seu desempenho podem oferecer insights valiosos sobre suas forças e áreas que precisam de melhorias.

Ao solicitar feedback, seja específico sobre o que deseja saber e esteja aberto para ouvir críticas construtivas. Por exemplo, pergunte como você se saiu em uma determinada tarefa ou projeto, ou quais habilidades específicas contribuíram para o sucesso de determinada situação.

Em Ação

3

O aprimoramento pode ser alcançado por meio de várias estratégias, incluindo treinamentos e práticas, cursos e oficinas, e até mesmo educação de ensino superior, como uma pós-graduação.

4

Colocar seu potencial em ação pode envolver assumir novas responsabilidades, buscar promoções ou até mesmo mudar de carreira para se alinhar melhor com suas habilidades recém-descobertas.

Por exemplo, se você descobriu que possui habilidades excepcionais de comunicação, dedique-se a aprimorá-las ainda mais. Isso pode envolver a participação em workshops, treinamentos ou cursos específicos, ou mesmo buscar uma especialização na área de comunicação.

Por exemplo, se você desenvolveu habilidades de liderança, procure oportunidades para liderar projetos ou equipes. Demonstre proatividade e disposição para assumir desafios, e mostre como suas habilidades podem contribuir para o sucesso do projeto ou da equipe.

A autoavaliação é um processo contínuo que deve ser revisado regularmente, pois seus interesses e habilidades podem evoluir com o tempo.

Encoraje os feedbacks com exemplos concretos para que você possa entender melhor suas percepções e aprender com elas.



Esteja sempre aberto a novas experiências, esteja disposto a sair da sua zona de conforto para desafiar e desenvolver suas habilidades.



Pratique regularmente suas habilidades em situações reais para aumentar sua confiança e aprimorar seu talento.



Saber como identificar e explorar seu verdadeiro potencial no trabalho é uma jornada contínua de desenvolvimento pessoal e profissional.

**A mente é como um músculo,
quanto mais você a exercita,
mais forte ela fica e mais ela
pode expandir.**

Idowu Koyenikan



CIDADE DE
SAO PAULO
SAÚDE

Prefeitura do Município de São Paulo
Secretaria Municipal da Saúde
Hospital Municipal Prof. Dr. Alípio Correa Netto



Participe do nosso Quiz:

<https://pt.surveymonkey.com/r/59N5HGP>

RECURSOS

HUMANOS

Desenvolvimento de Pessoas

Dúvidas, sugestões e feedback:

→ janainabarrence@prefeitura.sp.gov.br

→ Assista ao vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=wzEsOi68pvc>

