

Revisão

Transcrição

Nesta aula, nós falamos sobre algumas ferramentas que podem contribuir para o processo de autoconhecimento:

- JobCoach: Ajuda a levantar as principais habilidades;
- Talentoday: Cria um radar das principais características da nossa personalidade e de como podemos melhorar certas áreas que desejamos aprimorar;

Após entendermos quais são nossas habilidades e quais são as áreas que precisamos investir para melhorar nossa visibilidade e atuação profissional, podemos procurar formas de identificar qual é nossa paixão. Uma das técnicas utilizadas é o *brainstorming*:

- Liste tudo que você costuma fazer
- Classifique as atividades listadas com uma pontuação de 1 a 10, sendo 1 para as que forem menos importantes e 10 para as mais relevantes.
- Depois, se pergunte: quais delas você faria de graça? Provavelmente, a resposta é a sua verdadeira paixão.

Na próxima aula, começaremos a falar sobre marca pessoal.