



CIMT_AP_ADM-33_T02

A importância de se ter um Projeto de Vida

Autor: Centro de Integração ao Mundo do Trabalho – VOCAÇÃO

No projeto de vida, existe um conceito que básico: planejamento. Com o planejamento, é possível prever, antecipar e realizar ações futuras de forma eficiente, pois ele refere-se à criação de estratégias que viabilizem o alcance de seus objetivos, tornando suas escolhas e decisões mais claras.

Quando se planeja determinada situação, as oportunidades são mais bem aproveitadas, assim como a prevenção para eventuais ameaças e problemas. O planejamento proporciona, o equilíbrio da vida pessoal e profissional e uma maior qualidade de vida.

Nesse sentido, realizar um plano de vida e carreira é fundamental para alcançar resultados extraordinários e encontrar, verdadeiramente a felicidade, de forma eficiente e eficaz. Considerar as dicas abaixo:

- Analise o cenário: O primeiro passo é analisar a situação atual. Onde se encontra profissionalmente, a vida pessoal, sejam os aspectos positivos ou negativos, expectativas de futuro.
- Definição de objetivos: visualizar interesses nas áreas pessoal e profissional, estipulando metas concretas e reais de serem alcançadas.
- Definição o tempo: Um plano de vida e carreira, pode ter diferentes durações, tudo depende dos objetivos e empenho para realizá-los. Nesse sentido, é importante definir o tempo, etapas e prazos para a finalização do plano.
- Uma dica que pode ajudar de forma efetiva e fazer com que os resultados verdadeiramente sejam alcançados, é dividir todo o plano em pequenas metas, ou seja, metas de curto prazo. Fazendo isso, fica mais fácil avaliar avanços e possíveis obstáculos e todo o processo fluirá tranquila e positivamente.
- Encontrar a motivação:
- Qualquer atividade, por mais simples que seja, precisa de motivação. Quando tal habilidade é presente em nossas vidas, nós realizamos as coisas com ânimo e entusiasmo, e o que antes era obrigação, se torna um grande prazer.
- **Fazer autoavaliação:** pensar sobre habilidades e competências, sejam elas pessoais ou profissionais, características que contribuem com o crescimento, comportamentos adequados, valores, pontos de melhoria e limitações, entre outros pontos.
- **Defina as ações:** o ideal é analisar os objetivos como um todo, e para cada um deles, determinar o que será preciso realizar, modificar, transformar ou acrescentar dia a dia para atingir as pequenas e grandes metas, a fim de realizar os sonhos.



- Fazer contatos: Investir nos seus relacionamentos, isso engloba os colegas de trabalho, vizinhos, família, amigos etc. Desenvolver networking garante conhecimento, experiência e novas oportunidades, além de influenciar positivamente a imagem social e profissional.
- Acompanhe o plano: durante o desenvolvimento do projeto de vida e carreira, é completamente normal que em algum momento, seja necessário fazer ajustes, pois a nossa vida e a carreira são repletas de imprevistos, para os quais é preciso preparação.
- Ousar ir além: esta é uma dica voltada para pessoas que sentem o desejo interno de mudanças, tanto na vida pessoal, quanto na profissional, mas se sentem um pouco perdidas, sem saber exatamente o que desejam alcançar para sentirem-se realizadas.
- Utilizar as perguntas poderosas: mais que buscar as respostas, é fundamental saber fazer as perguntas certas, como por exemplo:
 1. Qual a minha missão?
 2. Qual o meu propósito?
 3. O que eu faço, que me deixa verdadeiramente feliz?
 4. O que eu sempre quis conquistar, mas nunca tive coragem?
 5. Onde quero estar daqui a 5, 10, 15, ou 20 anos?
 6. Como eu quero estar quando me aposentar?
- Trabalhe foco e dedicação: para que o projeto seja bem-sucedido.

Amplie os conhecimentos: leituras, cursos, palestras, workshops e até mesmo em encontro com outros profissionais da área e pessoas que tenham interesses similares