

MENTORIA

FÁBRICA DE TRANSFORMAÇÃO

QUAL

ENTENDENDO O
PROPÓSITO

UMA ABORDAGEM DIRETA
SOBRE COMO ENCONTRAR
O SEU PROPÓSITO.

A SUA

MISSÃO?

joule[™]

Buscar um propósito de vida é fundamental porque confere significado, motivação e foco. Ter um propósito claro ajuda a tomar decisões, enfrentar desafios com resiliência e promove bem-estar psicológico. Além disso, contribui para conexões significativas, realizações pessoais e um impacto positivo no mundo ao nosso redor. Em suma, ter um propósito não apenas enriquece nossa jornada pessoal, mas também nos guia na construção de uma vida mais satisfatória e significativa.

POR QUE EU DEVO APRENDER ISSO?

TÓPICOS DO MATERIAL:

- Entendendo o seu propósito
- Definindo as sua metas
- Como tudo isso se conecta?
- Potencializando os seu talentos
 - Matriz SWOT
- Refletindo sobre seus valores



ENTENDENDO O *seu Propósito*

Cada um de nós possui seus próprios valores, princípios e objetivos a perseguir. Ter um propósito de vida **significa entender para onde queremos ir e reconhecer** que, além do trabalho e do salário, **também podemos causar um impacto positivo na sociedade**. Trata-se de uma **jornada de autotransformação e de contribuição** para a transformação do mundo ao nosso redor.

Hoje, é preciso entender **que tudo é uma jornada**. A qual a tentativa e erro, faz parte dele. No entanto, a maneira mais segura de encontrar aquilo que proporcionará motivação para acordar cedo, superar desafios e ainda assim alcançar a felicidade **é através do autoconhecimento**. Isso implica em compreender suas fraquezas, reconhecer suas forças, identificar virtudes, dons e talentos inatos.



isso é muito mais do que “*papo de autoajuda*”. Essa é a verdade sobre a jornada que todos nós lidamos, e você não está fora disso. Ao se conhecer, você saberá o que faz seu **coração pulsar mais forte**, onde quer chegar, quem quer se tornar, e principalmente como chegar lá.

Planejar suas ações orientado pelo seu propósito de vida, trará mais foco e resultados pois conseguirá **concentrar sua energia** nas áreas que deve explorar e naquilo que deve melhorar, atingindo assim seu **máximo potencial**. E acredite, quando você muda, muda o mundo ao seu redor!

DEFININDO AS *suas Metas*



A partir do seu propósito pessoal, vão surgir os **seus objetivos e planos mais concretos** que o orientarão na direção desejada. É crucial lembrar que **não há um prazo fixo** para realizar seus sonhos, assim como **apenas uma rota a seguir**. Dê a si mesmo a liberdade de dedicar o tempo necessário e, acima de tudo, esteja aberto a ajustar o curso durante essa jornada.

Você pode ser o que você quiser! Suas conquistas serão do tamanho dos seus sonhos, portanto deixe seus medos para trás e desafie-se!

Outro ponto é sobre metas financeiras, elas são muito importantes, afinal o trabalho deve ser instrumento de **mudança de vida**. Você pode conquistar tudo o que deseja e ir muito mais longe do que imagina, basta **acreditar em você mesmo** e utilizar todos os seus talentos para este fim!

Com muita persistência e resiliência, você vai chegar lá! *E lembre-se: Dinheiro, cargo, status, são passageiros.* Mas quando se tem um propósito norteando suas escolhas, o atingimento das metas materiais acaba sendo consequência de um **trabalho feito com amor** e a **felicidade** vai sendo saboreada ao longo do caminho.

PARE, RESPIRE E REFLITA:

1. Quais são os seus medos?
2. Você é capaz de aceitar mudanças?
3. Você sente que hoje está evoluindo?

REFLITA: *mensagem*

“NO LIVRO DA SUA VIDA, HOJE VOCÊ
ESTÁ VIVENDO **O SEU MELHOR**
CAPÍTULO?”

COMO TUDO ISSO *se Conecta?*

Como tudo isso se conecta na mentoria? Na mentoria, estamos vivendo **uma pequena parte dessa jornada**. Acontece que encontrar o "emprego ideal" é apenas **uma forma de realizar** o seu propósito e não o objetivo final em si. Afinal, quantas pessoas trocam de emprego e de área, mudam de curso na faculdade, buscam novas alternativas de renda, enfim, mudam de ideia?

Construir uma carreira em conformidade com seu propósito pessoal **o moverá ao longo da vida**. Isso o conectará a causas maiores, profundas e duradouras, que o emocionam e empolgam, **guiando seus passos no dia a dia**, apesar dos obstáculos e das dúvidas que possam aparecer ao longo do caminho.

“

Seja grato pelo que tem. O seu conhecimento e suas experiências, e não tenha medo de identificar aquilo que não deve mais fazer parte da sua vida, pois contraria o seu propósito.

”



É preciso saber escolher suas estradas, já que todas suas escolhas, comportamento e **estilo de vida** devem ser coerentes ao seu propósito, o que fará de você um ser humano **relevante** para a comunidade, consistente e **íntegro**. Enfim, um **ser único** e cheio de valor a oferecer ao mundo.

POTENCIALIZANDO OS *seus Talentos*

Exercitando o **autoconhecimento**, o planejamento da sua vida, de sua carreira, deverá se concentrar em **potencializar suas forças** e expandi-las, corrigindo seus pontos fracos, a fim de atingir seu **máximo potencial**.

Aproveitando todas as oportunidades e minimizando as ameaças, **o que garantirá sua satisfação pessoal, independentemente das dificuldades**. Pois seus objetivos e metas serão traçadas segundo seu propósito pessoal, aquilo que te impulsiona ao longo da vida. Vamos descobrir qual o seu?

1. Faça os testes abaixo e descubra qual a sua personalidade. Use seu celular para escanear os QR Codes ou acesse os links.



Teste dos Sabotadores



Teste de Personalidade



TED

Autoconhecimento
e propósito de vida:
felicidade



Teste 16 Personalities



Teste Vocacional Beduka

MATRIZ SWOT

A técnica utilizada para diagnosticar o estado geral de uma marca, empresa, produto ou serviço, aqui pode ser aplicada a mapear quem você é hoje, e com isso, direcionar seus próximos passos. Vamos lá?

Responda abaixo:

Forças:

Quais são suas maiores qualidades, dons e talentos? *(Pense nas coisas que você faz de forma excelente, nos elogios mais comuns que você recebe e naquilo que as pessoas costumam dizer que você é bom)*

R:

Fraquezas:

Todos nós temos a nossa kryptonita, avalie quais são as atitudes ou pensamentos que prejudicam seu crescimento?

R:

Oportunidades:

Quais são as principais oportunidades ao seu redor no momento? E que você acredita que pode ajudar! *Faça uma lista de pelo menos 5 problemas que você gostaria de ver resolvidos no mundo, em sua cidade ou bairro.*

R:

Ameaças:

O que pode atrapalhar diretamente o seu sucesso profissional e pessoal? *(Seria aquele curso ainda não feito? O inglês que nunca começa?)*

R:

REFLETINDO SOBRE *seus Valores*

Abundância	Criatividade	Igualdade	Realismo
Aceitação	Crescimento	Independência	Resistência
Atividade	Credibilidade	Individualidade	Respeito
Adaptabilidade	Cuidado	Inspiração	Responsabilidade
Afetividade	Curiosidade	Inteligência	Rigor
Agilidade	Determinação	Intensidade	Sacrifício
Alegria	Dignidade	Introversão	Simplicidade
Altruísmo	Diligência	Intuição	Solidariedade
Ambição	Disciplina	Inventividade	Superação
Amizade	Descrição	Justiça	Trabalho em equipe
Amor	Diversão	Lealdade	Vitalidade
Assertividade	Dominância	Liberdade	Voluntariado
Autocontrole	Educação	Longevidade	
Auto respeito	Eficácia	Maturidade	
Beleza	Eficiência	Modéstia	
Benevolência	Elegância	Motivação	
Bem-estar	Empatia	Otimismo	
Bondade	Entusiasmo	Orgulho	
Caridade	Espiritualidade	Originalidade	
Compaixão	Espontaneidade	Ousadia	
Compromisso	Excelência	Perseverança	
Consciência	Experiência	Popularidade	
Confiança	Extroversão	Pragmatismo	
Conformidade	Família	Pro atividade	
Congruência	Fé	Profissionalismo	
Conhecimento	Generosidade	Prosperidade	
Continuidade	Gratidão	Prudência	
Convicção	Harmonia	Pureza	
Cooperação	Heroísmo	Racionalidade	
Coragem	Humor		

PARE, RESPIRE E REFLITA:

1. Escolha seu TOP3 valores da lista;
2. Compartilhe com a sua dupla e pergunte os valores dela;
3. Encontre um motivo para cada valor escolhido por você;