

MÓDULO 5. OPERACIONALIZAÇÃO DA FORMAÇÃO: DO PLANO À AÇÃO

Definição de objetivos segundo a metodologia SMART

Exercício

1. Liste todos os objetivos pessoais e profissionais (faça-o sem ter em conta as características SMART, enumere simplesmente um conjunto de comportamentos e/ou resultados que gostaria de alcançar).

Objetivos
.
.
.
.
.
.
.
.
.
.
0.
1.
2.

2. Selecione os 3 objetivos mais relevantes/importantes.

Objetivos
.
.
.

3. Especifique/ concretize os 3 objetivos anteriores, tendo em conta o dispositivo da apresentação visual apresentado.

Objetivos
.
.
.

4. Certifique-se que são mensuráveis.

Objetivos

5. Certifique-se que são realistas.

Objetivos

6. Certifique-se que são delimitados no tempo.

Objetivos

7. Defina horários e timings para a sua concretização.

Objetivos	Horários e Timings
1.	
2.	
3.	

8. Antecipe obstáculos e preveja alternativas.

Objetivos	Obstáculos	Alternativas