



CARTÃO 4

Pontos Fortes e Necessidades



TAREFA | IDENTIFICAR OS PONTOS FORTES (FORÇAS) E AS NECESSIDADES

Recorrendo à grelha que a seguir se apresenta, pensa na meta que queres alcançar e descreve os teus pontos fortes (forças) e os teus pontos fracos (necessidades) em cada uma das áreas referidas.

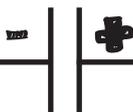
Para terminares esta tarefa e passares à etapa seguinte, resume esta informação e copia para o Plano apenas a área (ou as áreas) que se relacionarem diretamente com a meta que queres atingir. – campo “As minhas Forças”.

ÁREAS DE VIDA		PONTOS FORTES	NECESSIDADES
Área Educacional (percurso escolar – notas, faltas, comportamento, outros)			
Área Vocacional/Profissional (cursos, experiências de trabalho, outros conhecimentos)			
Área Social (relacionamentos – amigos, colegas, familiares, professores e/ou outros)			
ÁREA PESSOAL	Vida independente (confiança em ti e nas coisas que fazes; responsabilidade)		
	Autonomia (capacidade de organização e de ajuda)		
	Tempos livres (passatempos)		



CARTÃO 4

Pontos Fortes e Necessidades



TAREFA | IDENTIFICAR OS PONTOS FORTES (FORÇAS) E AS NECESSIDADES

Este cartão vai-te ajudar a identificar as tuas forças (pontos fortes) e as tuas necessidades (coisas que precisas de fazer ou de mudar) para atingires a meta que pretendes alcançar. Tomares consciência das coisas que tens a teu favor e daquelas que precisas de alcançar, vai-te ajudar a perceber melhor qual o caminho a percorrer até à tua meta final.



FINANCIADO POR:

PROGRAMA RESCOLHAS
4ª Geração: Uma escolha com futuro



CO-FINANCIADO POR:

QR
EN
QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL
PORTUGAL 2007-2013

POPH
PROGRAMA OPERACIONAL POTENCIAL HUMANO



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu