



GRELHA 3
Auto Avaliação do Processo



Esta grelha destina-se a avaliar a **Etapa 4 – AS MINHAS FORÇAS** (o que eu sei, posso e quero fazer para me ajudar a alcançar a minha meta)

REGRAS Para passares para a próxima etapa, tens que ter 2 pontos.

Se conseguiste os 2 pontos, é porque identificaste claramente as tuas forças e podes avançar para a **etapa seguinte!**

Se tiveste menos de 2 pontos, isso significa que terás que **voltar atrás** e pensares novamente nos teus pontos fortes, tendo em conta os critérios onde não obtiveste pontuação.

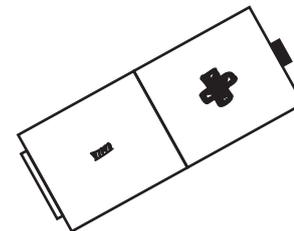
CRITÉRIOS	SIM 1 ponto	NÃO 0 pontos
As minhas forças são uma mais valia para alcançar a meta que pretendo		
Reconheço as minhas dificuldades		
Identifico formas de lidar com as minhas dificuldades		



GRELHA 3 Auto Avaliação do Processo

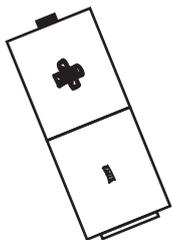
Etapa 4 – AS MINHAS FORÇAS

(o que eu sei, posso e quero fazer para me ajudar a alcançar a minha meta)



CRITÉRIOS DE TRANSIÇÃO ENTRE NÍVEIS E SISTEMA DE CRÉDITOS

A progressão de nível para nível só deverá acontecer se obtiveres os créditos necessários. Para perceberes se cumpriste os critérios propostos para esta etapa, preenche a grelha no verso deste cartão. A pontuação que obtiveres indicará se estás preparado para avançar para a próxima etapa ou se deves voltar atrás e corrigires alguns aspectos que te poderão dar mais pontos.



FINANCIADO POR:



PROGRAMA RESCOLHAS
4ª Geração: Uma escolha com futuro

CO-FINANCIADO POR:



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu