

E-BOOK

# Trilha de Formação de Potenciais Coordenadores de Lavoura

# AUTOCONHECIMENTO PARA AUTOLIDERANÇA

## Sumário

- Autoconhecimento
- Janela de Johari
- Singularidade
- Autoliderança
- Plano de Ação – TREM



# VAMOS RECORDAR?

# CAPÍTULO 1

# AUTO CONHECIMENTO



## **Porque o Autoconhecimento é tão importante?**

É a partir dele que entendemos quem somos, a fim de agir de acordo com os nossos objetivos

### **É preciso:**

- Olhar para compreender, não para julgar.
- Valorizar aspectos positivos.
- Deixar aflorar o que há de mais valioso em cada um



## Teoria do Iceberg

- ◆ A Parte Visível (3%) é a parte que os outros veem — o que fazemos, falamos e demonstramos.
- ◆ A Parte Submersa (97%) representa o que está dentro de nós, muitas vezes inconsciente, mas que influencia diretamente o que está acima da superfície.

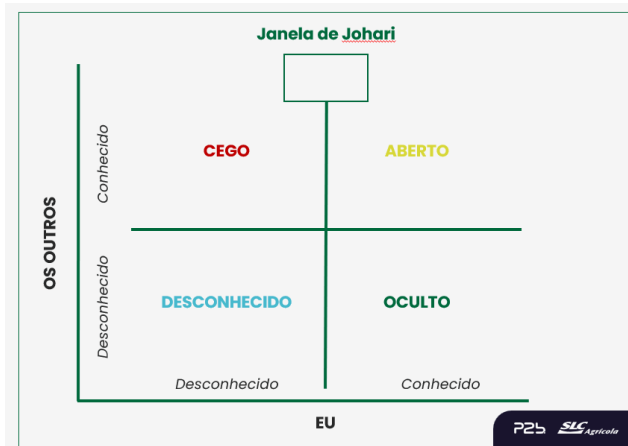


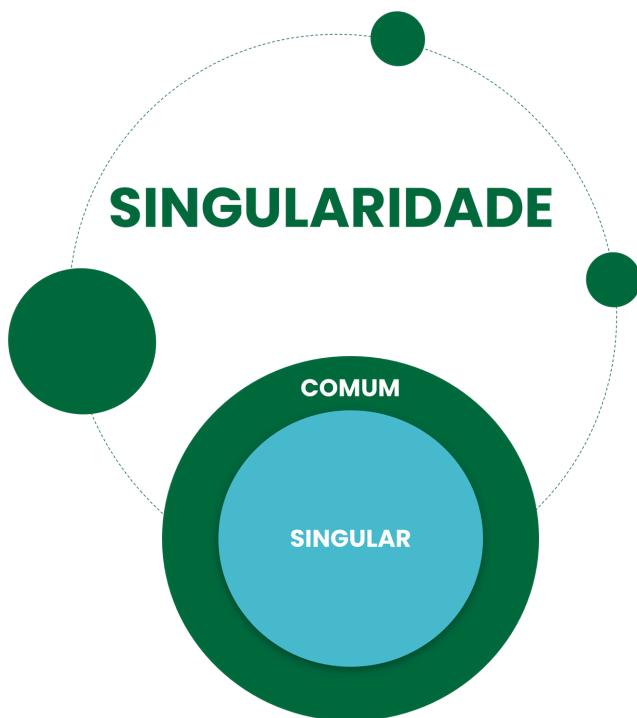
## Janela de Johari

A atividade da Janela de Johari teve como objetivo auxiliar na compreensão da relação entre o autoconhecimento e a percepção dos outros sobre nós.

### Vamos relembrar:

- Como foi realizar essa atividade?
- Quais foram as descobertas ao final da atividade?





- Quando falamos em singularidade, falamos sobre o respeito às diferenças e a valorização da individualidade.

## Autoliderança

A Autoliderança é a capacidade de liderar a si mesmo com responsabilidade e propósito.

Proporciona o engajamento e produtividade ao longo da vida profissional, assim como a responsabilidade pessoal pelo próprio desenvolvimento.

**Assim, a Autoliderança, nada mais é que:**

**Direcionamento:** Eu sei para onde estou indo, o que quero?

e

**Protagonismo:** Estou agindo de forma ativa para o alcance daquilo que eu almejo/busco?

**O que leva ao Autoconhecimento!**



# Autoconhecimento

## Plano de Ação

Vamos relembrar as perguntas que nortearam o seu Plano de Ação:

- Quais são as minhas características/comportamentos/competências que me ajudam a alcançar melhores resultados? O que eu faço bem?
- Quais comportamentos ou competências preciso desenvolver ou aprimorar para ser um profissional melhor? Tem algo que eu preciso fazer mais? Tem algo que eu deveria deixar de fazer?
- O que eu posso fazer melhor e/ou diferente, daqui para frente, para acelerar o meu desenvolvimento?
- Tem alguém que pode me ajudar, oferecer sugestões, me ouvir e me apoiar? Quem? Quando irei procurá-lo?

**T** O QUE EU QUERO...  
TRANSFORMAR

**R** O QUE EU QUERO...  
REALÇAR

**E** O QUE EU QUERO...  
EXCLUIR

**M** O QUE EU QUERO...  
MANTER

## Plano de Ação

Desde o nosso encontro, você entende que este conhecimento ajudou de alguma forma no seu dia-a-dia considerando sua vida e carreira? Como?

Consegue lembrar de uma ou mais situações específicas que o autoconhecimento e a autoliderança foram importantes para você?

Anote e traga-os para o momento da mentoria coletiva.

Será um momento de trocas valiosas e muito aprendizado!

**Lembrete: esteja em mãos com as ferramentas utilizadas no encontro presencial, elas serão utilizadas como apoio no nosso encontro online**



**NOS VEMOS NO  
NOSSO  
ENCONTRO!**

**SLC** Agrícola

**P25**