

Estratégia de realização de objetivos

Nome:

Data:

Estatuto de residente:

Alguma alteração desde a última vez? Novo CC?

I. Habilitações

- Que nível de ensino concluiu? O seu diploma é válido?
- Obteve uma certificação profissional? A sua certificação é válida?
- Frequentou acções de formação técnica?
- Classifique, por favor, os seus conhecimentos linguísticos de acordo com a seguinte escala:

1 –Insuficiente 2 –Suficiente 3 –Bom 4 –Muito bom

Língua(s)	Produção Oral	Leitura	Escrita
1:			
2:			
3:			

II. Outros interesses

- O que gosta de fazer nos tempos livres?
- Alguma vez trabalhou a título honorário?
- Classifique as suas competências informáticas de acordo com a seguinte escala:

- 1 – Insuficiente 2 – Suficiente 3 – Bom 4 – Muito bom

Onedrive		Microsoft forms	
Teams		Excel	
Onenote		Word	
Outlook		Power Point	
Planner		Internet	

III. Cuidados infantis e condições financeiras

Tem filhos ou um parceiro que tem de sustentar? Tem de enviar algum dinheiro para o seu país de origem? Está tudo bem com o seguro? Qual é o valor da renda, etc.?

IV. Saúde

A saúde: É um assunto muito importante, mas por vezes difícil de descobrir. Isto pode ser feito através de algumas conversas em que se realça a importância da saúde mental para atingir o objetivo. Em caso de problemas de saúde, ajude-a a encontrar um apoio e ajuste o caminho em conformidade, para que o processo de realização do objetivo não se torne contraproducente.

V. Job

I. Experiência profissional

- - ndique, por favor, as principais atividades profissionais que já exerceu.

Ocupação / função	Duração aproximada

- Qual foi o trabalho que mais gostou de fazer? Porquê?
- Que tipo de trabalho/emprego gostaria de ter? Porquê?
- Tem algum certificado que possa ser útil para o processo de candidatura?

II. Perfil do emprego

- É este o trabalho que quero ter:
- Que tipo de qualificações necessito para obter este emprego?
- Qual é o salário que posso esperar neste emprego?
- Qual é o horário de trabalho?
- O que é que eu preciso para ter sucesso neste trabalho?
 - Competências técnicas:
 - Conhecimento:
 - Competências transversais:

Com base nesta compilação, a minha situação é estimada da seguinte forma...

- Autoavaliação: problemas subjetivos para atingir o meu objetivo (estatuto de residência/competências difíceis/língua/educação/atitude/necessidades...):

Avaliação externa: problemas para atingir o meu objetivo (estatuto de residência/competências difíceis/língua/educação/atitude/necessidades...):

- Como posso ultrapassar estes obstáculos?

- O meu plano é: