



*Aprimore Coaching*

*Desenvolvendo você para o vida, o trabalho e a carreira.*

## **Objetivos e Metas**

1. Qual o seu objetivo?
2. Qual o prazo para realização desse objetivo?
3. O objetivo a ser alcançado respeita os seus valores? Quais são os seus valores?
4. Como você vai saber que está se aproximando do seu objetivo? Quais os sinais que irá perceber?
5. Quais são as formas de conseguir o que você deseja? (Investimento financeiro, cursos, consultoria especializada, etc).
6. Do que você vai precisar? (Pesquisas, pedir ajuda, etc).
7. Você está realmente disposto a buscar meios para realizar esse objetivo?
8. Por que esse objetivo é importante para você?
9. Quais serão os benefícios com a realização desse objetivo?
10. Liste os cinco primeiros passos que você dará para atingir o seu objetivo.
11. De 0 a 10 qual o seu nível de comprometimento para alcançar esse objetivo?
12. Quando você entrará em ação?

**Bianca Andrade**

**Coach de desenvolvimento pessoal e profissional**

**[aprimorecoaching@gmail.com.br](mailto:aprimorecoaching@gmail.com.br)**