

Título: Questionário de Auto-Análise “Boas e Más Experiências de Trabalho” (20 minutos)

Durante a nossa carreira profissional, todos acumulámos boas e más experiências de trabalho.

Ao olharmos para o passado, há sempre alguns aspectos que tendemos a recordar de um modo particular. Sendo diferentes uns dos outros, experiências semelhantes podem ter um efeito diferente em cada um de nós, mas é possível identificar alguns padrões de comportamento comuns.

Considere a sua experiência profissional e responda às seguintes questões:

Nota: se uma questão particular não se aplicar ao seu caso presente, pense na sua experiência profissional anterior ou imagine-se na situação.

1) Qual foi o momento/emprego mais gratificante da minha carreira? Porquê?

2) E qual foi o mais difícil/desagradável? Porquê?

3) Quais são os aspectos que mais afectam o grau de confiança que tenho na/o:

ASPECTO	DE UM MODO POSITIVO	DE UM MODO NEGATIVO
Organização para a qual trabalho		
Meu chefe		
Empresário / Equipa de Gestão de Topo		
Meus colegas		
Meus subordinados		

4) Quais são os aspectos que mais afectam a minha motivação profissional?

#	DE UM MODO POSITIVO	DE UM MODO NEGATIVO
1°		
2°		
3°		

5) Quais são os aspectos que mais afectam a minha produtividade?

#	DE UM MODO POSITIVO	DE UM MODO NEGATIVO
1°		
2°		
3°		

6) Quais são os aspectos que mais contribuem para me orgulhar de trabalhar na Organização?

1°: _____

2°: _____

3°: _____

7) Quais seriam as principais razões profissionais que me levariam a deixar o meu presente emprego?

1°: _____

2°: _____

3°: _____

8) Assinale nas respostas que deu às questões anteriores todos os aspectos relacionados com o conteúdo deste módulo: "Local de trabalho" (gestão de recursos humanos, saúde e segurança no trabalho e adaptação à mudança).

9) Classifique o grau de importância para a sua vida profissional de boas políticas e práticas no local de trabalho.

- Muito Elevado;
- Elevado;
- Médio;
- Reduzido;
- Sem qualquer importância.

10) Partilhe os resultados com os restantes elementos do grupo.