Guia do Instrutor

**Ao final da sessão os participantes estarão aptos a:**

* Completar um esboço de sua declaração de missão pessoal

Instituto Regional de Liderança Leonística

Objetivos da Sessão

**Redigindo sua Declaração de Missão Pessoal**

|  |
| --- |
| **ANTES DA SESSÃO** |
| **VISÃO GERAL DO PROGRAMA**“Nada contribui tanto para tranqüilizar a mente quanto um firme objetivo - um ponto sobre o qual o espírito pode fixar seu olho intelectual.” – Mary Wollstonecraft ShelleyDe acordo com o especialista em liderança Stephen Covey, as pessoas e organizações mais eficientes delineiam seu próprio futuro. Estas pessoas criam declarações de missão pessoais e organizacionais que esclarecem seu propósito, as guiam, e as encorajam a alcançar seus objetivos.Durante esta sessão você vai conduzir os participantes através de uma série de atividades que os ajudarão a criar suas próprias declarações de missão. **MATERIAIS PARA A SESSÃO** * **Slides**
* Slide 1: Declaração de Missão (definição #1)
* Slide 2: Declaração de Missão (definição #2)
* Slide 3: Declaração de Missão (definição #3)
* Slide 4: Benefícios de uma Declaração de Missão
* Slide 5: Passos da Redação de sua Declaração de Missão Pessoal

**NECESSIDADES AUDIOVISUAIS** * Flip chart e pincéis atômicos
* Retroprojetor com tela
 |
|  |

|  |
| --- |
| MÉTODOS UTILIZADOS |
|  |
| **Palestra/****Explicação** | **Atividade Centrada no Participante**  | **Slide** | Flip chart ou Cartaz | **Manual do Participante ou Apostila** |  |

|  |
| --- |
| CRONOGRAMA SUGERIDO |
| **SEÇÃO** | **VISÃO GERAL DA INSTRUÇÃO** | **MATERIAIS** |
| **Introdução****(10:00)** | Atividade:* Lendo em voz alta
 | PowerPointManual do Participante  |
| **Módulo 1: Redigindo Sua Declaração de Missão Pessoal****(45:00)** | *Brainstorming* em grupoAtividade:* Determinar seus Valores

Atividade:* Visualizar o Futuro

Atividade:* Esboçar sua Declaração de Missão
 | PowerPointManual do Participante  |
| **Conclusão****(05:00)** | História ou música | Determinada pela Escolha do Instrutor  |
| **TEMPO TOTAL: 60:00** |

| INTRODUÇÃO |
| --- |
| **TEMPO APROX** | MÉTODO | **CONTEÚDO** |
| **Tempo Total:****10 minutos** |  |  |
| **9 minutos** pg 1 | **Slides 1-3** | **ATIVIDADE: Lendo em voz Alta**1. **Peça** aos participantes para abrirem na página 1 do seu Manual do Participante.
2. **Peça** às pessoas para lerem em voz alta para o grupo as declarações de missão listadas na página 1.
3. **Pergunte**
* O que é uma declaração de missão?
1. **Anote** a resposta do participante em um flip chart.
2. **Apresente os Slides 1-3: Declaração de Missão**: Compartilhe uma ou mais das definições de Declaração de Missão fornecidas ou compartilhe sua própria definição:
* **Declaração de Missão:** Um poderoso documento que expressa seu sentido pessoal de propósito e significado na vida. Age como uma constituição governante pela qual você avalia decisões e escolhe comportamentos.
* **Declaração de Missão:** Uma expressão escrita de seu propósito único, sua filosofia pessoal sobre como você quer viver.
* **Declaração de Missão:** Uma Declaração de Missão é uma descrição refletindo os princípios e verdades fundamentais de sua vida, os valores centrais de suas crenças, e a visão do que você deseja realizar em sua vida.
 |
| **1 minuto** |  | **EXPOSIÇÃO DOS OBJETIVOS DA SESSÃO** * Ao final desta sessão os participantes terão um esboço de sua declaração de missão pessoal.
 |

| 6MÓDULO 1:Redigindo sua Declaração de Missão Pessoal  |
| --- |
| **TEMPO APROX** | MÉTODO | **CONTEÚDO** |
| **Tempo Total:****45 minutos** |  | **Observação:** Antes deste módulo escreva no flip chart esta pergunta: “Quais são os benefícios de se ter uma declaração de missão escrita?” |
| **10 Minutos**pg 2 | **Slide 4****Slide 5** | **EXPLIQUE**1. **Pergunte**
* Quais são os benefícios de se ter uma declaração de missão escrita?
1. **Anote** as respostas dosparticipantes no flip chart.
2. **Apresente o Slide** **4: Benefícios da Declaração de Missão.** Compartilhe osbenefícios, enfatizando os não mencionados pelos participantes. Os participantes devem escrever os benefícios na página 2 do seu manual do participante.
* Incentiva a pensar profundamente sobre a própria vida.
* Ajuda a examinar os pensamentos e sentimentos íntimos.
* Esclarece o que é realmente importante para si.
* Expande a perspectiva.
* Imprime firmemente os valores e propósitos auto-determinados na mente.
* Proporciona direção e compromisso com os valores.
* Capacita a progredir diariamente em direção aos objetivos de longo prazo.
1. **Explique** os próximos passos aos participantes.
* Agora que sabemos que redigir uma declaração de missão pessoal pode ajudar-nos em nossa vida e jornada de liderança, vamos iniciar o processo.
* Estaremos usando vários exercícios para iniciar o processo de redação; no entanto, este processo não terminará hoje.
* Permita-se um tempo depois de hoje para refletir e modificar sua missão.
1. **Apresente o leia a Slide 5: Passos na Redação de Sua Declaração de Missão Pessoal. Esses passos estão na página 2 do manual do participante.**
* Determine Seus Valores
* Visualize o Futuro
* Faça um esboço de sua Declaração de Missão
* Reflita e Aprimore
 |
|  |  | **Observação**: As três atividades seguintes são co-ligadas. |
| **10 minutos** | pg 3pg 4 | **ATIVIDADE: Determinando Seus Valores****Peça** aos participantes para abrirem na página 3 de seu Manual do Participante 1. **Dê**  aos participantes as seguintes instruções para executar esta atividade:
* O primeiro passo para rascunhar nossa declaração de missão é definir os valores que guiam nossas vidas. Os valores podem variar entre nós.
* Como Stephen Covey diz: A declaração de missão é uma expressão de nossa visão e valores.
* Para ajudá-lo a definir seus valores, incluímos uma lista de valores em seu Manual do Participante.
1. **Consulte** as instruções para a atividade Lição de Valores.
* **PASSO 1**: Leia a lista de valores abaixo. Adicione quaisquer outros valores que sejam importantes para você.
* **PASSO 2:** Verifique os 10 itens da lista que são mais importantes para você.
* **PASSO 3:** Para continuar leia a página 4.
1. **Dê** aos participantes 5 minutos para completar o exercício. Circule pela sala e ajude conforme necessário.
2. **Antes** de passar à próxima atividade, pergunte se algum dos participantes gostaria de compartilhar com os demais os seus valores.
 |
|  |  | **Instructor Note:** There are two options for facilitating this activity. **Select one** to assist the participants in visualizing their future. |
| pg 5**10 minutos****LINHA DA VIDA****10 minutos** pg 5 | g p6 | **ATIVIDADE: Visualizando o Futuro** **OPÇÃO 1: CRONOGRAMA**1. **Diga** aos participantes:
* Suas metas e visões podem ajudá-los a definir sua missão.
* Nesta atividade você relembrará experiências e conquistas passadas provocando o pensamento sobre o futuro.
1. **Desenhe** uma “Linha da Vida” num flipchart e peça aos participantes para desenharem o mesmo na página 5 dos seus manuais.
2. **Dê** aos participantes as seguintes instruções:
* Desenhe um X no ponto onde você está agora nesta rodovia.
* Desenhe cinco ícones, símbolos, sinais de estrada, ou quadro de avisos – ou suas principais influências da vida. As influências podem incluir eventos, relacionamentos, responsabilidades, etc.
* Marque mais cinco futuras atrações em sua jornada. As atrações não precisam ser importantes, ou distantes no futuro, meramente algo com que você sonha ou deseja.
1. **Interrompa** depois de 5-8 minutos.
2. **Peça** aos participantes que compartilhem suas ilustrações com os grupos. Conceda cerca de cinco minutos.
3. **Peça** aos participantes para responder as três perguntas da página 6 do seu Manual do Participante. (Veja questões ao final da OPÇÃO 2.)
4. **Transição** para atividade Esboçar sua Declaração de Missão.

**ATIVIDADE: Visualizar o Futuro** **OPÇÃO 2: Antes e Depois****PARTE I: O Passado**1. **Peça** aos participantes para desenhar uma linha vertical no centro da página 5 de seu Manual do Participante.
2. **Dê** aos participantes as seguintes instruções:
* No lado esquerdo da página escreva a palavra PASSADO.
* No lado direito da página escreva a palavra FUTURO.
1. **Conduza** os participantes numa visualização do PASSADO:
* Num momento cerraremos nossos olhos e vamos visualizar. Como preparação, deixem suas canetas e lápis e coloquem ambos os pés no chão. Inspirem profundamente e ergam seus braços sobre suas cabeças. Abaixem seus braços enquanto expiram pela boca.
* Respire novamente de forma relaxante. Agora estamos prontos.
* Cerre seus olhos e comece a rodar o filme de sua Vida do passado até o presente. Pare o filme quantas vezes desejar fotografando mentalmente os momentos importantes/definitivos. Ouça as vozes, sinta os odores, e olhe para os rostos e lugares.
1. **Permita** aos participantes que visualizem por um minuto.
2. **Peça** aos participantes para abrirem seus olhos e anotarem seus pensamentos e sentimentos no lado esquerdo de sua página abaixo da palavra PASSADO.

**OPÇÃO 2 CONTINUAÇÃO…****Parte II: O Futuro**1. **conduza os** participantes numa visualização do FUTURO:
* Vamos visualizar novamente. Desta vez vamos visualizar nosso futuro.
* Cerre seus olhos e comece a rodar um filme de sua Vida. Note os talentos que está utilizando. Quem está com você? O que você está celebrando? O que você realizou? Toque e sinta tudo o que está vendo.
1. Novamente permita que os participantes visualizem por mais um minuto.
2. **Peça** aos participantes para abrirem seus olhos e anotarem seus pensamentos e sentimentos no lado direito de sua página abaixo da palavra FUTURO.
3. **Peça** aos participantes para compartilharem suas visões com um parceiro em sua mesa. Conceda cerca de 4 minutos.
4. **Peça** aos participantes para responderem às perguntas da página 6 de seu Manual do Participante.
* **Quem está em sua visão do passado e do futuro?**
* **Quais são suas realizações?**
* **O que você planeja realizar?**
* **Que talentos você está utilizando?**
1. **Transição** para atividade Esboçar sua Declaração de Missão.

**ATIVIDADE: Delineando sua Declaração de Missão** **15 minutos**1. **Peça** aos participantes para abrirem na página 7de seu Manual do Participante.

pg 71. **Dê** aos participantes as seguintes instruções para completar esta atividade:
* Agora que você conhece seus valores e sua visão do futuro você dedicará tempo para escrever sua declaração de missão pessoal.
* Se você já tiver uma declaração de missão, você poderá revisá-la e fazer alterações.
* (Opção: Você pode permitir que os participantes mudem para outro local fora da sala para completar esta atividade.)
* Agora trabalhem individualmente por \_\_\_ minutos. Nos reuniremos novamente às \_\_: \_\_.
1. **Reúna** os participantes na hora marcada.

**MÓDULO 1 RESUMO:**1. Se for conveniente para o grupo, **incentive** os participantes a compartilharem suas impressões da missão escrevendo exercícios.
2. **Transição** para a conclusão.
 |

| CONCLUSÃO |
| --- |
| **TEMPO** | MÉTODO | **CONTEÚDO** |
| **5 minutos** |  | 1. **Encerre** a sessão usando **um** ou mais dos seguintes métodos.
* Conte a Estória de Terry Fox (veja página 12)
* Toque uma canção inspiradora.
* Compartilhe sua declaração de missão.
* Repita uma citação tal como:

“Se você não souber para aonde está indo, qualquer caminho o levará lá.” Desconhecido"Você tem que ter um sonho; se você não tiver um sonho, como poderá tornar seu sonho em realidade?" Do musical “South Pacific” - canção “Happy Talk.”1. **Lembre aos** participantes que leva tempo para se redigir uma declaração de missão pessoal.
2. **Transição** para a próxima sessão.

  |

APÊNDICE

* O Poder do Propósito – A História de Terry Fox.

**O Poder do Propósito – A História de Terry Fox**

Em 1981, um rapaz canadense de 18 anos de idade chamado Terry Fox embarcou numa jornada que ele nunca esperava fazer. Ele era um corredor excepcional no colégio e tinha sonhos de se tornar um brilhante atleta na universidade. Mas, algo aconteceu que o fez mudar e, eventualmente, também mudou as vidas de milhões de outros.

Terry descobriu que tinha câncer no osso de uma das pernas. O médico explicou a Terry que a única maneira de continuar vivo seria amputando a perna. Perder uma perna era sem dúvida traumático, mas após o choque inicial, ele reuniu a coragem para seguir sua vida como um amputado.

Este corajoso rapaz canadense decidiu transformar seu infortúnio em um propósito maior - de curar o câncer. Ele compreendeu que era necessário muito dinheiro para fazer pesquisa sobre câncer. Então, Terry decidiu converter seu propósito em um objetivo de apoio – ou seja, em ajudar a levantar um milhão de dólares para a pesquisa da cura deste mal.

Para realizar este objetivo, veio-lhe a idéia de correr por três mil milhas atravessando o Canadá (da costa leste para a costa oeste) com uma perna de pau e pedir às pessoas que doassem uma quantia para cada milha que ele corresse. Querendo tornar claro seu propósito, ele escolheu uma perna de pau razoavelmente primitiva (ao invés de uma dispendiosa perna artificial que parecia mais natural) e usou calções de tal forma que tanto a perda de sua perna como seu propósito se tornariam óbvios.

Quando Terry começou a correr em 1981, sua jornada pessoal foi de início um "antievento." Praticamente ninguém sabia nada a seu respeito. Mas, após correr por algumas semanas ao longo da fronteira canadense, começou a receber cobertura dos noticiários por sua notável coragem e certesa em seu propósito. **Sua missão inspiradora** tornou-se extremamente dolorosa, levando-o ao limite de suas forças. Mas, sua vontade férrea o empurrou para frente. Dentro de alguns meses, Terry Fox tornou-se algo como um herói popular canadense.

Ele correu durante meses sob todas as condições de mau tempo – na chuva, calor e frio. Grandes multidões se alinhavam para aplaudi-lo ao longo do caminho. Em seu trajeto, ele falou a grupos de adultos e jovens para ajuda-los a compartilhar de seu sonho. Após meses de corrida e passando por fortíssimas dores, a resistência de Terry terminou e ele foi forçado a interromper sua corrida. Mas, ele foi capaz de correr cerca de 2.880 kms. Embora Terry Fox fosse incapaz de concluir sua corrida, ele ultrapassou de longe sua meta financeira inspirando doações que totalizaram mais de 24 milhões de dólares para a pesquisa da cura do câncer.

Terry Fox faleceu alguns meses mais tarde tendo perdido sua batalha pessoal contra o câncer. Ele pode ter perdido sua batalha, mas ele ganhou a admiração de milhões de pessoas. Embora ele não esteja aqui para tirar proveito pessoalmente de seu sentido de propósito, sua coragem e resolução o capacitaram a realizar mais em poucos difíceis meses para obter recursos para a pesquisa da cura do câncer do que qualquer outro indivíduo no Canadá. Como resultado da história inspiradora de Terry Fox's, que capturou a visão de tantos, a Sociedade Canadense do Câncer produziu um belíssimo filme sobre sua experiência intitulado “O Poder do Propósito.” Esta leitura foi inspirada no incrível exemplo de Terry Fox de como um jovem pode focalizar-se numa missão (sentido de propósito) e desenvolver metas específicas para apoiá-la.

SLIDES DA SESSÃO

