Guia i orientacions per al PAS en el procés de definició del pla de treball DPP

**1. Posa el focus en tu (reflexió i autoconeixement)**

- com a persona i en les teves capacitats, habilitats, coneixements, ...

*Què sé? Què em falta aprendre? Què més puc fer? Quines competències o habilitats puc desenvolupar?*

- en el teu lloc de treball actual

*Què se’t dona bé? Què no has fet encara? En què t’agradaria millorar?*

- en el lloc en el que et voldries desenvolupar

*Què requereix? Què cal conèixer? Què cal saber fer?*

**2. De tot el que has recollit, què consideres essencial o el més important per centrar-hi els teus esforços?**

- Sigues honest/a amb els teus punts forts i àrees de millora

*Quins penses tu que són? Quins t’han dit altres persones? Coincideixen?*

- Identifica el que vols fer. Decidir implica descartar opcions

*Pensa en un màxim de 3 opcions per focalitzar els teus esforços en ells*

- Defineix i concreta objectius / àrees de millora de manera que puguin ser específics, mesurables, assolibles, rellevants i temporals (SMART)

**3. A què em comprometo? Què estic disposat/da a realitzar? I per aconseguir què?**

- Concreta el teu pla d'acció (específic i coherent) que t'ajudi a arribar on vols

*Què vull obtenir?*

- Defineix passos graduals d'èxit per arribar-hi. Delimita els avenços, un termini i el resultat que esperes per poder anar fent seguiment

- Actua!

- Avalua el procés i redefineix en cas necessari

*Al final de cada pas comprova que has obtingut el que buscaves*

