



PENSE  COM

100

**PERGUNTAS  
PARA O SEU 1A1**

# QUAIS OS OBJETIVOS DO 1A1?

Os objetivos essenciais do 1-a-1 são muito mais do que simples metas; são oportunidades de **conexão genuína e compreensão mútua entre líder e liderado**.

É sobre ouvir a história de **cada pessoa**, entender como elas enxergam seu papel na equipe e na empresa, e **trabalhar juntos para alinhar expectativas**.

É também uma chance para o **líder se aproximar**, não apenas como um chefe, mas como um **aliado** pronto para ajudar em desafios específicos que podem surgir.

E, acima de tudo, é sobre cultivar um ambiente onde as preocupações e angústias possam ser compartilhadas de forma **aberta e confiante**.

# PERGUNTAS PARA CONSTRUIR *confiança*

1.

Como você está? Como  
está sua vida fora do  
trabalho?

2.

Quais são seus hobbies?  
O que você gosta de fazer no  
seu tempo livre?

3.

Como você considera que  
está seu equilíbrio entre  
trabalho e vida pessoal?

4.

O que você fazia por diversão e que não tem tanto tempo para fazer ultimamente?

5.

O que poderíamos mudar no trabalho para melhorar sua vida pessoal?

6.

Como estão seus pais/avós?  
Onde é que eles vivem?  
Você os visita geralmente?

7.

Se a pessoa tiver filhos ou filhas: Como está o/a [nome da criança]? (Pergunte algo relacionado à idade deles, como está a escola, etc.)

8.

Como foi seu fim de semana?

9.

Se tiver passado um feriado ou data comemorativa: Você comemorou esse [feriado/data comemorativa]? Como foi?

10.

O que te move? O que te motiva a vir trabalhar todos os dias?



# PERGUNTAS PARA DESENVOLVER *carreira*

11.

Quando criança, o que você queria ser quando crescesse?

12.

Quais são seus grandes sonhos na vida? Você está progredindo neles?

13.

Quais são seus objetivos a curto e médio prazo?

14.

Quais são seus objetivos de longo prazo?

15.

Qual parte do seu trabalho na empresa está mais alinhada com seus objetivos de longo prazo?

16.

O que podemos fazer hoje para ajudar você com seus objetivos de longo prazo?

17.

Você sente que está progredindo em seus grandes objetivos aqui? Por quê?

18.

Você sente que poderia progredir mais em seus objetivos aqui? O que precisaríamos mudar para isso?

19.

Você acha que estamos ajudando você a progredir em sua carreira no ritmo que você gostaria? Por quê?

20.

Seu trabalho é o que você esperava quando o aceitou? Se não, quais são as diferenças?



**21.**

Quais são suas principais  
habilidades?

**22.**

O que mais posso fazer para  
ajudar você a progredir em sua  
carreira de forma geral?

**23.**

Em qual área do seu trabalho  
você deseja melhorar?

**24.**

Quais habilidades gerais você gostaria de desenvolver em algum momento da vida?

**25.**

Quais habilidades você gostaria de desenvolver o quanto antes e por quê?

**26.**

Para você, quais são as principais habilidades para o seu papel? Como você se classificaria em cada uma delas em termos de dificuldade?

**27.**

Quem você realmente admira? Por quê? (As pessoas costumam admirar aqueles que querem se tornar).

**28.**

Você se sente desafiado ou desafiada no trabalho? Você está aprendendo coisas novas?

29.

Você gostaria de aprender mais sobre outra área ou cargo da empresa? Se sim, qual?

30.

Com quem você gostaria de aprender na empresa?

31.

Existe algum curso ou treinamento que você gostaria de fazer?



**32.**

Você gostaria de exercer  
outra função dentro da  
empresa?

**33.**

O que você quer fazer no seu  
próximo projeto?

**34.**

Quais foram os highlights do  
seu trabalho no último mês?



35.

O que mais você gostaria de fazer dentro e fora do trabalho no próximo mês?

36.

O que você está ansioso para experimentar e ainda não teve tempo ou recursos para fazer?

## PERGUNTAS PARA DARE RECEBER

*feedback*

37.

Como posso te apoiar mais no dia a dia? Em que aspecto do seu trabalho você gostaria de mais orientação e ajuda?

38.

Você sente que está recebendo feedbacks o suficiente? Como você prefere recebê-los?

**39.**

O que eu poderia fazer como líder para facilitar seu trabalho?

**40.**

O que eu poderia fazer para você aproveitar mais seu trabalho?

**41.**

Existiu alguma situação recente que você gostaria de ter lidado de modo diferente? O que você mudaria?

**42.**

Existe alguma situação em que você gostaria da minha ajuda?

**43.**

Em uma escala de 1 a 10, como tem sido meu nível de ajuda/presença durante o último mês?

**44.**

Quantas horas por dia você se sente realmente produtivo? Como posso ajudar você a ser mais produtivo?

45.

O que você gosta e o que não gosta no meu estilo de liderança?

46

O que eu poderia fazer melhor em termos de rotina? Você pode me dar alguma dica sobre isso?

47.

O que você gostaria de saber sobre mim?

48.

O que seus líderes anteriores faziam e que você entendia como uma boa conduta?

49

O que seus líderes anteriores faziam e que você não aprovava?



**50.**

Qual é a atitude que mais se destaca em mim como líder e que devo continuar fazendo?

**51.**

Se eu pudesse melhorar uma habilidade até nossa próxima reunião, qual você escolheria?

**52.**

Onde você acha que eu deveria focar mais minha atenção?

**53.**

Em quais soft skills você acha que eu me destaco? Em quais eu posso trabalhar para melhorar?

54.

O que você acha que nosso time mais gostaria de compartilhar comigo?

55.

Existe alguma coisa que eu poderia experimentar fazer de modo diferente este mês?

56.

Você está feliz com a cultura da empresa?

57.

Você está feliz com suas últimas contribuições na empresa? Por quê?

58.

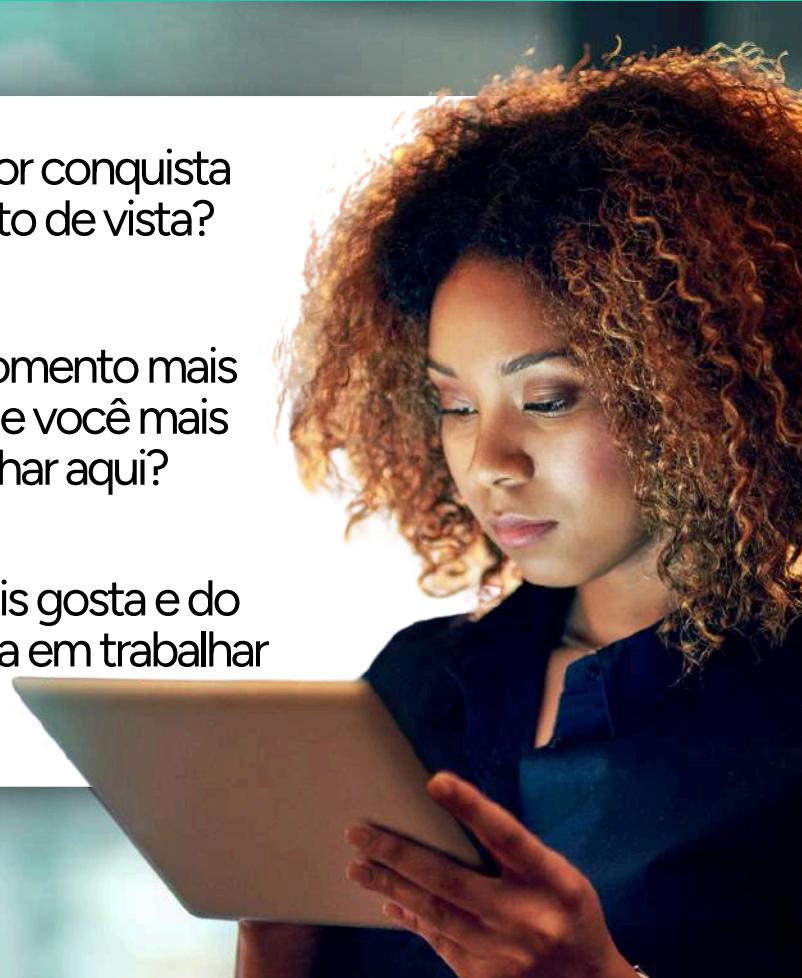
Qual é a sua maior conquista aqui, no seu ponto de vista?

59.

Quando foi o momento mais marcante em que você mais gostou de trabalhar aqui?

60.

Do que você mais gosta e do que menos gosta em trabalhar aqui?



61.

O que deixa você animado/a e motivado/a para trabalhar em um projeto?  
Que parte do trabalho você gostaria de não ter que fazer mais?

62.

Quem são seus amigos aqui no trabalho?



63.

Como você avalia os reconhecimentos, a valorização e a sua contribuição na equipe?

64.

Ultimamente, existe algo preocupando você? O que está em sua mente?

65.

Se você fosse o CEO, qual seria a primeira coisa que mudaria na empresa?

66.

O que faria você deixar esse emprego para ir em busca de outro?

67.

Em uma escala de 1 a 10, quão feliz você está na vida profissional?

68.

Em uma escala de 1 a 10, quão feliz você está na vida profissional?





## PERGUNTAS SOBRE NÍVEL DE MOTIVAÇÃO

69.

O que podemos mudar no trabalho para você que melhoraria sua vida pessoal?

70.

Quem em nossa equipe merece uma mensagem de agradecimento por seu trabalho e por quê?

71.

Pelo que você é apaixonado, pessoal ou profissionalmente?

72.

Você tem orgulho do trabalho que faz aqui?

73.

Como você sente o seu equilíbrio entre trabalho e vida pessoal? Você gostaria de mudar algum aspecto?

74.

Como é um dia de trabalho ideal e produtivo para você?

75.

O que você recomendaria para melhorar nossa cultura no local de trabalho?

76.

Você acha seu ambiente físico de trabalho produtivo? Existe algo que o impeça de ser produtivo?

77.

Como você está se sentindo em relação aos seus objetivos?

78.

Existem objetivos que temos na empresa, time ou em nível individual que você considera totalmente inatingíveis? Se sim, por quê?

79.

Como você está dividindo seu tempo entre X/Y/Z? Em que você gostaria de gastar mais ou menos tempo?

## PERGUNTAS PARA MELHORAR A COMUNICAÇÃO

80.

Você está satisfeito com o nosso nível de comunicação? Você mudaria alguma coisa?

81.

O que podemos fazer para melhorar a comunicação do time?

82.

Você conseguiria me dar um exemplo de uma situação onde nossa comunicação falhou?

83.

Qual é a coisa mais importante agora sobre a qual ainda não conversamos?

84.

Existe algo que seria produtivo eu explicar novamente ao nosso time?





**85.**

Quais são suas principais prioridades nesta semana?

**86.**

Há algum papel em nosso time que não esteja claro para você?

**87.**

O que você mais gosta nas nossas reuniões individuais?  
O que pode ser melhorado?

88.

Como podemos melhorar a colaboração e comunicação entre os times da empresa?

89.

Estou dando clareza suficiente sobre nossa direção?

90.

O que precisa mudar nas reuniões do nosso time?

91.

O que parece mais difícil do que deveria ser no seu dia a dia de trabalho?

92.

Onde você precisa de ajuda?

**93.**

O que posso fazer agora para melhorar o trabalho para você?

**94.**

Do que você precisa? O que poderia facilitar o seu dia a dia?

**95.**

Existe alguma coisa que é muito importante para você e que ainda não conseguiu fazer?

**96.**

O que está menos claro para você com relação aos objetivos e estratégia da empresa?

**97.**

Você tem alguma pergunta que, se respondida, o ajudaria no seu dia a dia?

**98.**

Tem alguma coisa preocupando você atualmente no ambiente de trabalho?

99.

Existe alguma dificuldade  
em termos de dar e  
receber  
feedbacks?

100.

Se você fosse abrir uma  
nova posição em nosso  
time, qual seria? Por quê?



# concluindo...

Como podemos observar, há uma variedade de tópicos e questões a serem abordados nas reuniões individuais.

Esses assuntos abrangem **diferentes aspectos** que podem **influenciar a vida profissional de alguém**. Portanto, sempre que sentir que é necessário, não hesite em recorrer a este material para **tirar o máximo proveito dessas reuniões**.

Estamos combinados nisso?



**Inteligência transforma pessoas,  
pessoas transformam o mundo.**



(19) 3363-6047

[www.pensecom.com.br](http://www.pensecom.com.br)

