# Caderno de Reflexões – O Mentor em Construção

Este caderno é um convite ao autoconhecimento. Reserve um tempo com você mesmo para explorar as perguntas a seguir. Não há respostas certas ou erradas — apenas caminhos de descoberta.

## 1. Quais experiências de vida mais moldaram quem sou hoje como pessoa e como mentor(a)?

## 2. Que aprendizados importantes carrego comigo e desejo transmitir aos meus mentorados?

## 3. Em quais situações me senti realmente útil para alguém? O que isso revela sobre mim?

## 4. Que crenças me impulsionam na mentoria? E quais podem estar me limitando?

## 5. O que considero minha maior força como mentor(a)?

## 6. Em que áreas ainda me sinto inseguro(a) ou inexperiente como mentor(a)?

## 7. Quais são os princípios que orientam minha atuação como mentor(a)?

## 8. Como lido com erros e aprendizados ao longo do processo de mentoria?

## 9. Que tipo de legado desejo deixar na vida de quem mentoro?

## 10. Como posso continuar crescendo e me desenvolvendo como mentor(a)?

Use este caderno como um companheiro de jornada. Volte a ele sempre que sentir necessidade de reencontrar seu propósito.