

*Em suas
marcas,
Prontos...
empregue-se!*

A stylized illustration of a woman with short dark hair, wearing a blue suit, running towards the right. The background is composed of various abstract shapes and patterns in shades of blue, orange, and green. There are large blue circles, orange circles, and patterns of small dots and plus signs. The overall style is modern and energetic.

Mónica Flores
Barragán

Índice

1	Introdução	2
2	A que você pretende se dedicar?	4
3	O que preciso para ser uma pessoa competitiva?	9
4	Quais tipos de trabalho existem?	18
5	Quando, como e onde procurar trabalho?	23
6	Para uma entrevista de emprego bem-sucedida	34
7	Entrevistas on-line	40
8	Como aproveitar o mundo digital e tem uma boa presença no LinkedIn?	44
9	Por que eles não me contratam?	49
10	O que devo levar em consideração antes de aceitar um emprego?	55
11	Smart Working (Trabalho Inteligente)	62
12	Como redirecionar minha carreira?	66
13	Conclusão	73

1

Introdução



O mundo como o conhecíamos mudou para sempre. A pandemia gerada pela Covid-19 redefiniu a forma como convivemos, trabalhamos, aprendemos, compramos. Embora tenha trazido muitos desafios, também abriu as portas para oportunidades em todas as áreas. Aprendemos a enfrentar riscos que não imaginávamos. Entendemos que não só não controlamos todas as variáveis, como nem mesmo as conhecemos. A transformação digital que esperávamos levar anos, aconteceu como da noite para o dia. A digitalização deixou de ser uma opção e passou a ser uma necessidade, já que o trabalho saiu literalmente dos escritórios, acelerando o que havia sido adiado por tanto tempo.

Se antes disséssemos que tínhamos que pensar fora da caixa, **HOJE NÃO TEM CAIXA**. Foi necessário nos ajustarmos rapidamente a uma “nova realidade” de distanciamento físico, trabalho remoto e novas formas de viver e interagir.

A forma de buscar, candidatar-se a e conseguir um emprego também mudou. Este guia visa acompanhá-lo no seu caminho de desenvolvimento profissional com conselhos práticos, desde como escolher sua profissão até como redirecionar sua carreira.



2

A que você pretende
se dedicar?



Certamente, a maioria de nós já sentiu pressão e ansiedade ao se deparar com as perguntas: “O que você vai estudar?” ou “O que você vai fazer da vida?”. O tempo para decidir parece estar se esgotando rapidamente, e você não vê luz no fim do túnel.

Você pode pedir conselhos à família e aos amigos, mas a decisão é 100% sua. O mais importante é que você se conheça. Pense em seus pontos fortes e em como eles favorecerão você em sua trajetória. Isso lhe dará vantagem competitiva, mas, como diz Tomas Chamorro, Cientista de Talentos do ManpowerGroup, “você não deve se concentrar apenas em seus pontos fortes e ignorar suas fraquezas”. Todos nós os temos e não é algo negativo, como muitas pessoas acreditam. O importante é que você aprenda a lidar com eles e tire o máximo proveito disso. Desde o primeiro momento em que você os detecta, encontre uma maneira de trabalhá-los para se tornar uma pessoa e um profissional melhor.

Também é importante que você considere quais carreiras estão supersaturadas e em quais será mais difícil encontrar uma oportunidade de emprego. O fato de uma carreira estar supersaturada significa que há muito mais profissionais do que o necessário no mercado. E se um dos seus principais interesses é ter um salário alto, vale a pena levar em conta o salário médio de cada profissão.

Além disso, você deve considerar o contexto socioeconômico no momento em que está procurando emprego. Por exemplo, a pandemia redefiniu a demanda por Talentos e os setores em crescimento, bem como aqueles que apresentam maior risco de perda de emprego. Um ano depois, estamos vendo o surgimento de uma recuperação em forma de K. Algumas indústrias e profissionais estão se recuperando mais rapidamente, enquanto outras correm o risco de um declínio ainda maior.

Exercício prático

Refleta sobre as coisas que lhe interessam e que você gosta. Em que você está interessado? O que você faria, mesmo que não recebesse um salário? Tente determinar qual é o seu propósito na vida. Tudo isso permitirá que você compare seu perfil com o das carreiras disponíveis e, assim, tome uma decisão mais acertada.

Para tornar o exercício mais produtivo e simples, responda a cada um dos tópicos a seguir:

Meus pontos fortes e habilidades são:

Minhas áreas de oportunidade são:

As atividades que gosto de fazer são:

Os temas que me interessam são:





As coisas que eu não gosto de fazer são:

Se depois de fazer esse exercício você tiver várias opções de carreira, poderá descartá-las aos poucos. Depois de reduzir suas opções, imagine-se no futuro exercendo a profissão escolhida. Você está animado ou animada com o que vê? Você acha que isso faria de você uma pessoa melhor?

Exercício prático

Para reconfirmar suas opções, recomendo que faça um teste gratuito que o ManpowerGroup elaborou especialmente para avaliar a empregabilidade de uma pessoa e a probabilidade de sucesso profissional. Chama-se “Skills Insight” e baseia-se em três áreas-chave: simpatia, capacidade e ambição.

Levará cerca de 8 minutos para fazê-lo e você obterá benefícios como:

-  Recomendações de carreira profissional
-  Aconselhamento para o seu desenvolvimento profissional
-  Uma visão de seus pontos fortes e oportunidades de trabalho, em relação ao seu interesse profissional
-  Uma lista de carreiras e/ou cargos em potencial correspondente às suas resposta

FAÇA O TESTE



3

O que eu preciso
para ser uma pessoa
competitiva?



Você já deve ter ouvido falar que é difícil conseguir um emprego, mas você sabia que 69% das empresas em todo o mundo não conseguem preencher suas vagas? No México, o índice é ainda maior, chega a 74%. Esse é o reflexo da escassez de talentos que preocupa as organizações. Existem muitas companhias à procura de candidatos, e muitas pessoas à procura de emprego, mas o conhecimento e as competências que possuem não são suficientes para atender às demandas do mercado.

Há 15 anos, o ManpowerGroup realiza uma pesquisa perguntando aos empregadores quais cargos são os mais difíceis de serem preenchidos. Durante esse período, as respostas foram praticamente as mesmas, alterando apenas a posição que ocupam no ranking.

Globalmente, as posições mais difíceis de preencher no início de 2021 foram:



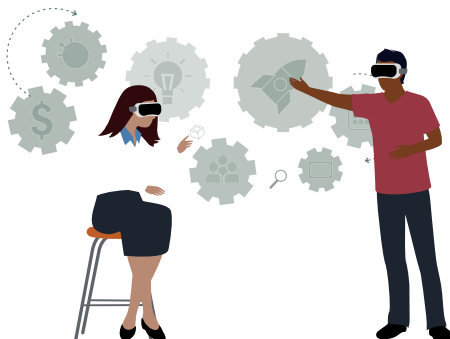
Você, certamente, já ouviu falar que os robôs vão substituir as pessoas, tirando seus empregos. Isso não é verdade. Logo, em vez de temer a tecnologia, devemos usá-la a nosso favor.

De acordo com o estudo “Reinicialização da Revolução de Habilidades: **As 3Rs - Renovar, Reaprender, Reorganizar**” **Reboot da Revolução das Competências: Os 3 Rs - Renew, Reskil, Redeploy (Renovar, Requalificar, Recolocar)**, do ManpowerGroup, até 2025, pessoas e máquinas dividirão as atividades de trabalho pela metade, permitindo que os humanos aumentem a produtividade por não terem que fazer tarefas repetitivas. Como resultado disso, 97 milhões de novos empregos surgirão em Inteligência Artificial (IA), economia verde e economia do cuidado.

38% das empresas estão acelerando sua digitalização e automatizarão tarefas nos próximos 2 anos.

Destas, 86% planejam aumentar ou manter sua força de trabalho.

Como consequência, as habilidades humanas estão ganhando cada vez mais força, além de assegurarem a empregabilidade e proporcionarem resiliência no longo prazo. 43% dos empregadores dizem que é muito mais difícil ensinar essas habilidades e, portanto, estão dispostos a pagar até 20% a mais aos talentos que as detêm.



As 10 habilidades que as empresas mais exigem hoje são:



Accountability, confiabilidade e disciplina: É a responsabilidade individual que é adotada com empenho e proatividade, regida por valores para ter um mundo mais transparente.



Resiliência, tolerância ao estresse e adaptabilidade: Ser flexível diante de novos contextos, formas de trabalhar, aprender, conviver, vender e comprar, para superar com sucesso as adversidades.



Tomando iniciativas: Pare de esperar que outra pessoa diga a você o que fazer. Assuma o controle, decida e inicie novos projetos e ideias. Essa não é uma habilidade exclusiva de empreendedores.



Raciocínio, resolução de problemas: Avalie os diferentes cenários e consequências de possíveis ações.



Liderança e influência social: Abrange vários aspectos, como construir confiança, ouvir ativamente, fazer as perguntas certas e dar feedback assertivo.



Pensamento crítico e análise: ser metódico, usando a razão para criar insights.



Colaboração e trabalho em equipe: não se trata apenas de ter amigos, mas de abordar e se relacionar com pessoas que nos permitem alcançar nossos objetivos pessoais e profissionais.



Criatividade: Gere ideias disruptivas.



Learnability: É a capacidade e o desejo de aprender continuamente e adaptar rapidamente as próprias habilidades e competências para permanecer empregável ao longo do tempo.



Curiosidade: É o apetite para saber mais, questionar e pesquisar.



Fonte: [O que os trabalhadores querem. ManpowerGroup.](#)

Estas competências transversais serão úteis para qualquer cargo e empresa. Avalie como você está em cada uma delas e fortaleça aquelas que são necessárias.

É importante que você ganhe experiência e coloque essas habilidades em prática. Você pode realizar estágios profissionais com horários flexíveis; ou até mesmo trabalhar de graça com um familiar, por exemplo, que ajudará você a se desenvolver.

No entanto, à medida que a tecnologia transforma o mundo do trabalho, as habilidades necessárias para conseguir um emprego também estão mudando. O que você estudou alguns anos atrás provavelmente já está desatualizado. Os ciclos de Talentos são mais curtos, então as pessoas precisam aprimorar e/ou renovar suas habilidades o tempo todo.

Até 2022, mais da metade (54%) dos funcionários terá de passar por treinamento de habilidades significativo. Destes, espera-se que cerca de 35% necessitem de formação de mais de seis meses, 9% levarão de 6 a 12 meses e 10% mais de um ano. O aprendizado nunca acaba.

Exercício prático

O ManpowerGroup desenvolveu o Learnability Quotient™, um teste para analisar sua habilidade, estilo de aprendizagem e motivação, oferecendo dicas para você se desenvolver.

FAÇA O TESTE



Outro fator importante é ter conhecimento do idioma inglês e, idealmente, outros idiomas. Hoje, vivemos em um mundo global, onde o inglês deixou de ser para poucos para ser essencial.

Infelizmente, na América Latina, 68% dos países estão em um nível baixo ou muito baixo de proficiência em inglês, de acordo com o ranking EF EPI 2020, um relatório que investiga como e onde a proficiência em inglês está se desenvolvendo em todo o mundo.



Classificação de domínio do idioma inglês



Domínio de proficiência no idioma ● Muito alto ● Alto ● Moderado ● Baixo ● Muito baixo

Fonte: Fórum Econômico Mundial, 2019.

A boa notícia é que 12 dos 19 países pesquisados em nossa região melhoraram sua proficiência em inglês nos últimos 2 anos. Felizmente, em alguns países foram implementadas reformas educacionais para melhorar a qualidade do ensino de inglês para meninos e meninas.

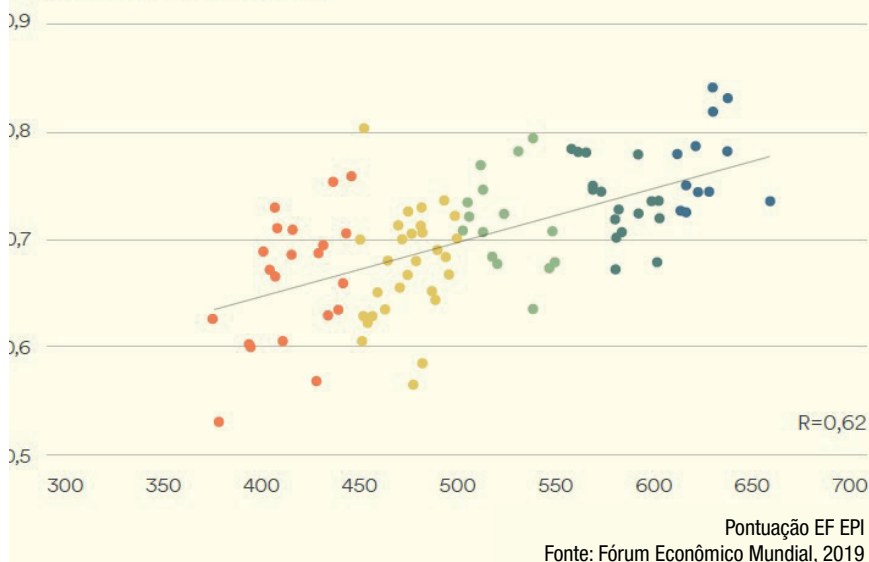
Ter esse conhecimento aumenta nossa competitividade, pois muitas informações e cursos são em inglês. É também a linguagem universal no mundo dos negócios, o que a torna um importante fator de colaboração e inovação internacional.

Ao ver as publicações de vagas, você já deve ter notado que, em alguns casos, um dos principais requisitos costuma ser o domínio do inglês. De acordo com o EF EPI 2020, adultos entre 26 e 30 anos são mais competitivos por dominarem o idioma. Logo, essa habilidade pode colocar você à frente na busca por uma oportunidade de emprego, aumentando suas chances de ganhar mais e até de assumir cargos de maior responsabilidade. De acordo

com o mesmo relatório, as pessoas em cargos gerenciais falam inglês melhor do que os executivos em todas as regiões, exceto na Ásia. E os países que dominam melhor esse idioma apresentam uma maior equidade de gênero no trabalho que os demais.

O Inglês e a equidade de gênero

Índice Global de Desigualdade de Gênero



O idioma inglês pode ser aprendido em institutos e escolas particulares, assim como em sites e aplicativos gratuitos.

Lembre-se de que as empresas podem apoiar você em seu desenvolvimento profissional, mas não são elas as principais responsáveis. O sucesso no trabalho depende de como você se adapta às mudanças e da vontade que tem de assumir as rédeas da própria carreira. Passar de um nível do idioma inglês para outro requer várias horas de prática (10.000 de acordo com Malcolm Gladwell). Tente estudar inglês todos os dias, mesmo que seja

apenas por 30 minutos. Pense em qual setor profissional você quer se especializar e pesquise o vocabulário específico da área. Assistir a séries ou filmes, ler e ouvir músicas nesse idioma também pode ajudar você a avançar nos estudos.

Você tem dúvidas sobre os seus conhecimentos em inglês? Você pode fazer o teste gratuito do EF EPI para saber em qual nível está.

FAÇA O TESTE



4

Quais tipos de
trabalho existem?



As pessoas têm interesses e necessidades diferentes. Estão surgindo cada vez mais tipos de emprego, que não são o trabalho clássico de segunda a sexta-feira, das 9h às 18h. De fato, 43% das pessoas pesquisadas para o estudo “O que os trabalhadores querem”, do ManpowerGroup, acreditam que a pandemia marcou o fim dessa relação. Embora muitos queiram voltar ao escritório, a maioria deseja trabalhar presencialmente de 2 ou 3 dias por semana.

De acordo com outro estudo do ManpowerGroup, 87% das pessoas estão abertas a ter um emprego NextGen, ou seja, a opções de emprego que ajudem as pessoas a ganhar mais e permitir que elas se desenvolvam, alcançando um equilíbrio entre a vida pessoal e profissional.

Hoje, as pessoas querem um emprego que se adapte ao seu estilo de vida.

Alguns dos modelos atuais são:



Trabalho de tempo integral



Trabalho de meio período ou de tempo parcial



Trabalho por contrato (período de contrato estabelecido)



Freelance ou trabalho por projeto (trabalho independente com escopo predeterminado)



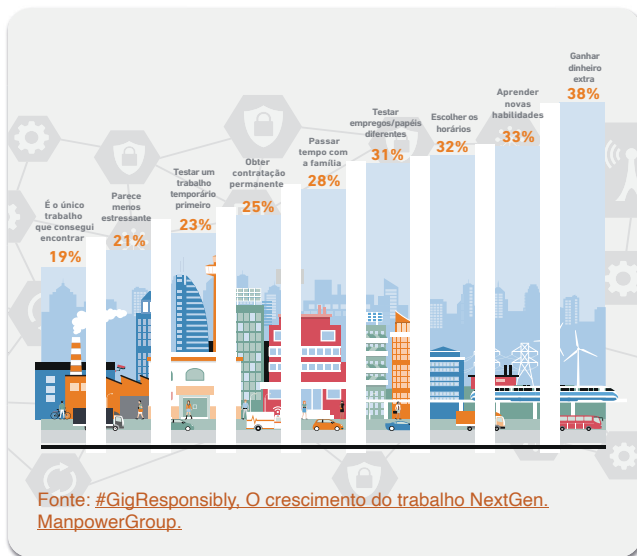
Trabalho temporário (curto prazo sem fábrica)



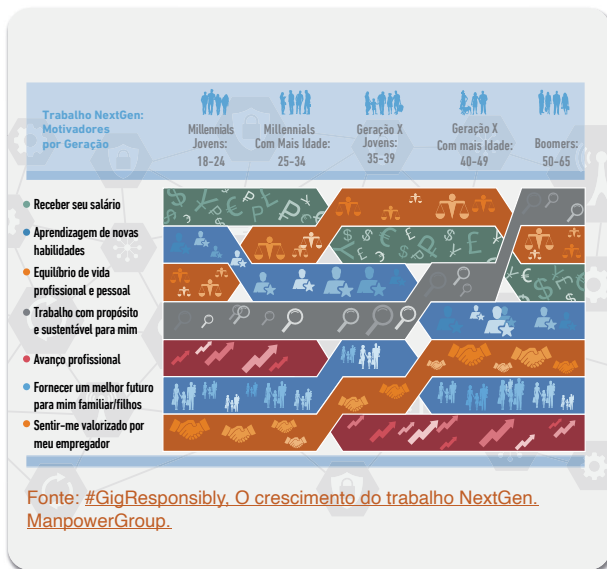
Trabalho sazonal (por um período definido associado a um ciclo de negócio)

Fonte: ManpowerGroup | Trabalho, para mim..

Razões pelas quais as pessoas escolhem um trabalho NextGen



À medida que o trabalho, a família e a vida pessoal das pessoas evoluem, também evoluem suas prioridades de carreira.



E os empresários? Isso pode ser classificado como outro tipo de trabalho. Ser empreendedor tornou-se o sonho de muitos jovens e significa ser capaz de transformar uma ideia em realidade concreta e ter uma mentalidade voltada para resultados. Você não precisa necessariamente começar um negócio como muitos acreditam. Você pode ter uma atitude empreendedora na escola ou no trabalho, propondo novas formas de fazer as coisas e adotando uma liderança que ajude a alcançar os objetivos que você tem. Além de ter uma boa ideia, é preciso fazer um planejamento estratégico para aumentar as chances de sucesso e fazer com que dê certo, aliado ao comprometimento e à motivação ao longo do percurso.



5

Quando, como e onde procurar trabalho?



Se você está em um curso técnico-profissionalizante ou uma graduação, o ideal é aliar a teoria com a prática. Isso lhe dará experiência e fortalecerá suas habilidades, para que, ao terminar os estudos, você seja muito mais competitivo. Você pode começar como estagiário, fazendo estágios profissionais. Isso também permitirá que você confirme se realmente gosta da área em que está ou deve procurar outras opções para aplicar seus conhecimentos.

Caso esteja difícil encontrar oportunidades, peça para trabalhar com alguém da família ou um amigo com empresa própria, ainda que não receba remuneração, se for possível. Outra opção é participar como voluntário em projetos que chamam sua atenção. Nesta primeira etapa, você deve investir em si mesmo e não se concentrar em esperar recompensa financeira. A melhor remuneração que você pode receber é ganhar experiência e conhecer o mundo do trabalho.

Eu sempre digo que procurar um emprego é um trabalho em si. Para facilitar esse processo, proponho os seguintes passos.

Passos para encontrar um emprego

1. Qual é o seu objetivo?

Como primeiro passo para encontrar um emprego, você deve identificar o que deseja alcançar. Reflita sobre quais são suas expectativas em relação ao mundo do trabalho. Defina suas metas de médio e longo prazos. É fundamental que você faça uma pesquisa cuidadosa sobre a área que lhe interessa. Aproveite toda a informação a que tem acesso por meio da tecnologia.

Pense em que tipo de empresa você gostaria de trabalhar. Quais têm mais a ver com você?

Pertencem ou não a um setor em crescimento? O que você quer alcançar profissionalmente?

Exercício prático

Os setores em que estou interessado(a) em me desenvolver são:

Algumas das empresas em que gostaria de trabalhar são:

Ao imaginar minha vida profissional no futuro, me vejo:

O que mais me importa quando procuro um emprego é:

2. Como fazer seu currículo?

Não existe um formato de currículo universal. Você pode encontrar muitas opções na internet, mas o melhor currículo será aquele que representa você e sua essência. No entanto, deve conter algumas informações básicas para que os recrutadores possam conhecer seu perfil e determinar se ele se adequa à vaga que possuem.

Anos atrás, quanto mais páginas um currículo tinha, melhor ele falava sobre uma pessoa. Mas hoje o mundo se move em grande velocidade e os recrutadores não têm tempo para ler currículos. É importante que, com uma rápida visualização do seu CV, eles

possam conhecer o seu perfil e, mais importante, o seu potencial. Você pode conseguir isso com um design visualmente amigável e concentrando todas as informações em uma única página ou, no máximo, duas. Lembre-se de que menos é mais.

CARLOS GONZÁLEZ
Designer Gráfico

Seção 1: Dados Pessoais

Contato

- carlosdiseña@gmail.com
- +82 0256 2125
- México, Cidade de México
- www.carlosgonzalez.com

Sobre mim

Seção 2: Objetivo Profissional

Experiência

Seção 3: Experiência

Habilidades

- Web design
- Graphic design
- Ui design
- Drawing
- Animation

Seção 5: Habilidades

Educação

Seção 4: Formação Educação

Seção 6: Idiomas

Cursos e Idiomas

- Inglês avançado
- Curso de Liderança
- Design Editorial

Seção 1: dados pessoais

A coisa mais importante e óbvia - tão óbvia que às vezes esquecemos - é incluir seus dados de contato. Você pode ter o melhor currículo, mas se as pessoas não tiverem como entrar em contato com você, não vai adiantar nada. Evite incluir dados desnecessários, como número da carteira profissional e CPF. Basta adicionar seu nome, telefone, e-mail e seu perfil do LinkedIn. Se você não tem LinkedIn, o que está esperando para criá-lo? **Uma dica:** a foto que você coloca no seu perfil deve refletir você profissionalmente.

Seção 2: objetivos profissionais

Inclua um breve resumo do seu objetivo profissional, explicando com o que pode contribuir, e não apenas o que deseja obter da empresa. Esqueça o texto longo das redações escolares. É preciso clareza e objetividade.

Seção 3: experiência profissional

Além de citar o nome e o setor de atuação da empresa, acrescente o cargo que ocupou, as funções que desempenhou, em quais anos e, o mais importante, as conquistas que obteve nesse período. Tente colocar conquistas quantificáveis, ou seja, que você possa descrever com números. Atualmente, as empresas buscam pessoas focadas em resultados e essa é uma ótima maneira de detectar essa capacidade em você. Não há necessidade de adicionar referências — se forem necessárias, os recrutadores solicitarão posteriormente.

Se você ainda não trabalhou, não deixe esta seção vazia. Se você se sente mais confortável, pode alterar o título para “Atividades

extracurriculares”. Pense em projetos em que você participou. O que você alcançou e quais habilidades adquiriu neles? Quais habilidades você coloca em prática em seus hobbies? Por exemplo, se você faz parte de um time de futebol, certamente sabe trabalhar em equipe. Se você é um especialista em redes sociais e tecnologia, tem uma forte competência digital. Se você ajudou com sucesso um vizinho a administrar seus negócios, já conhece o atendimento ao cliente. Se você fez um curso de oratória, provavelmente se comunica bem.

Mencione também os reconhecimentos relevantes que você obteve, mas não inclua documentos comprobatórios.

Seção 4: formação acadêmica

Especifique sua formação, a instituição onde estudou e se já concluiu os estudos ou não. Você também pode adicionar cursos, workshops, diplomas e seminários, desde que estejam relacionados aos seus objetivos. Evite incluir informações que não agregarão valor ao seu perfil.

Durante a pandemia, quase todos os processos de busca de emprego foram feitos virtualmente. Com o objetivo de manter o contato humano e conhecer mais rapidamente o perfil da pessoa, começou a ser incluído um vídeo de apresentação, como complemento do CV tradicional. Este deve ser curto, menos de 2 minutos. Essa ainda não é uma prática comum, portanto, se você incluir um vídeo em que se apresenta brevemente, contando por que você é um bom candidato para a vaga, certamente se destacará dos demais, pois terá mais chances de chamar a atenção do recrutador. O mundo está mudando e você deve ousar fazer coisas diferentes.

Seção 5: habilidades

Liste os programas e as plataformas que você sabe usar, especialmente os mais requisitados do mercado.

Seção 6: idiomas

Como mencionei em outro capítulo, o inglês é considerado básico em muitas profissões. Se você fala o idioma, inclua-o em seu currículo, assim como outros idiomas que você fala. Em um mundo globalizado, isso abrirá mais portas para você.

Exercício prático

Use estas linhas para escrever o roteiro do seu vídeo de apresentação. Aproveite a oportunidade para transformar seus pontos fortes em competências. O que o(a) torna único(a)?

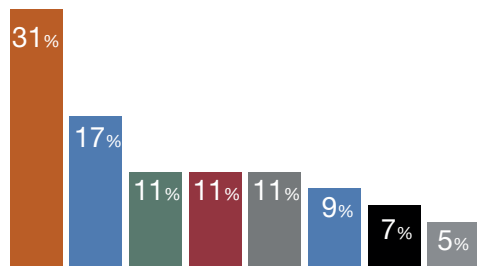
3. Onde procurar trabalho?

Realizar essa busca há alguns anos era um processo tedioso. Não havia tantas ferramentas como você tem hoje ao alcance de um clique. **No ManpowerGroup, fizemos uma pesquisa com cerca de 18.000 candidatos** entre 18 e 65 anos, em 24 mercados ao redor do mundo, em que perguntamos como eles procuram empregos. Identificamos um novo grupo conhecido como Early Adopters de Tecnologia de Recursos Humanos e os definimos como aquelas pessoas que usaram três ou mais tecnologias em sua busca de emprego, incluindo um aplicativo para smartphone, postagens em mídias sociais, feiras de emprego virtuais, mensagens de texto da empresa, bate-papo no site do empregador, teste de habilidades por meio de jogos ou pesquisa de assistente de voz virtual. Tenho certeza de que como consequência da pandemia causada pela COVID-19, esse grupo crescerá cada vez mais.

As preferências variam de país para país, pois os candidatos percebem, pensam e se comportam de forma diferente dependendo de suas normas culturais, geografias e condições do mercado de trabalho. Essas informações são utilizadas pelas empresas para divulgar suas vagas nos meios de comunicação mais utilizados.

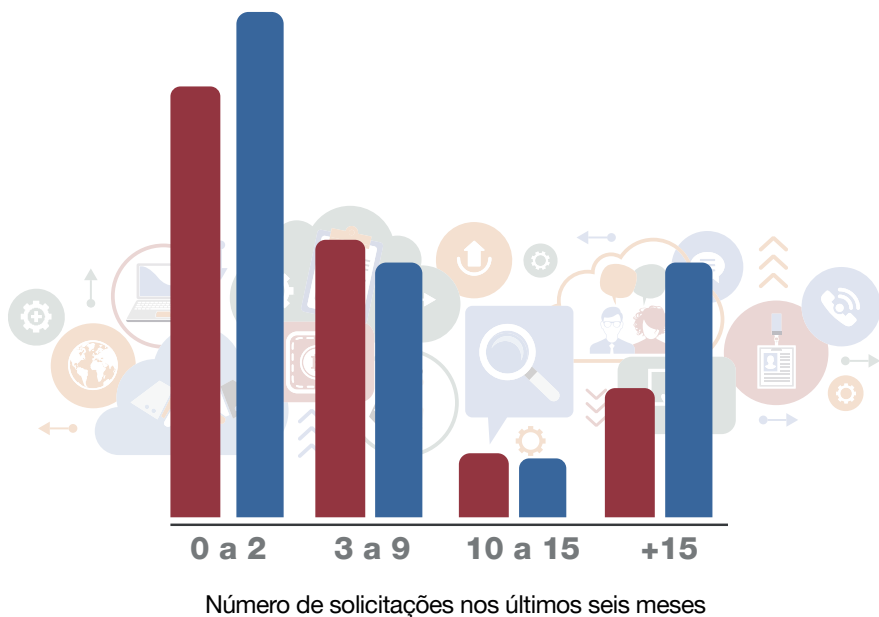
Uso de Tecnologia de Recursos Humanos pelos Candidatos

- Publicidade nas redes sociais
- Aplicativo para smartphone
- Mensagem de texto para/ou da empresa
- Chat bot no site do empregador
- Feira de emprego virtual
- Entrevista por vídeo
- Teste de habilidades por meio de jogos
- Pesquisa por voz usando assistente virtual



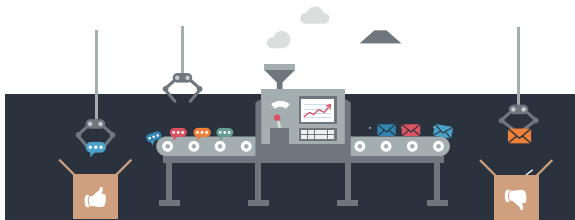
Global

Globalmente, 79% dos Early Adopters clicam em anúncios de mídia social. Para 31% dos candidatos esta é a principal forma digital de busca de emprego, seguida por aplicativos de smartphone, mensagens de texto de/ou para a empresa e chat no site do empregador. Essas opções são as preferidas, pois o processo costuma ser muito fácil e rápido, permitindo que se candidatem a várias vagas.



Fonte: Deslize para a direita: as preferências de tecnologia do candidato em sua busca de emprego. ManpowerGroup Solutions.

Se você já está certo sobre uma determinada empresa que gostaria de ingressar, pode ir diretamente ao site dela e verificar se há um banco de empregos. Caso contrário, você pode pesquisar os contatos de Recursos Humanos da organização por meio do LinkedIn.



Algumas outras fontes que você pode usar são:

- 1 **Banco de empregos on-line:** Existem várias páginas que oferecem vagas. Você pode fazer a busca e cadastrar o seu currículo no site do ManpowerGroup.
- 2 **Feiras de recrutamento:** com a pandemia, elas migraram do presencial para o virtual.
- 3 **Redes sociais:** o LinkedIn é a rede social profissional por excelência. Você pode inserir seus interesses para filtrar as ofertas de acordo com seu perfil. No ManpowerGroup, também divulgamos vagas em outras redes em que estamos presentes, como Facebook e Instagram.
- 4 **Networking:** sua rede de contatos é uma das fontes mais importantes. Diga a seus amigos e familiares que você está procurando emprego. Certamente, eles irão notificá-lo quando souberem de uma vaga que possa lhe interessar.
- 5 **Páginas de emprego do governo do seu país:** Se seu interesse é trabalhar diretamente no governo, pesquise e entre nas páginas onde as vagas são publicadas.

Se você se inscrever on-line, tome cuidado, pois há golpistas que enviam e-mails fraudulentos fingindo ser de empresas conceituadas que anunciam vagas. Estes geralmente incluem os logotipos oficiais e descrições de cargos de organizações legítimas. Os “phishers” estão procurando informações pessoais ou pagamentos. Empresas de Recursos Humanos éticas nunca cobrarão por você se conectar a uma vaga. Verifique sempre as comunicações que recebe e as credenciais do recrutador.

Exercício prático

Obtenha uma conta de e-mail dedicada exclusivamente à sua busca de emprego e verifique-a constantemente, tanto na caixa de entrada quanto no spam. Com isso, você evitará perder mensagens e terá muito mais controle em sua busca. Crie também um documento para acompanhar todas as vagas para as quais você se candidata, anotando o nome das colunas que você deve preencher como: nome e perfil do cargo, nome e setor da empresa, nome do recrutador e suas informações de contato. Você pode incluir espaços para o feedback que recebe e as pessoas com quem tem contato.



6

Para uma entrevista de emprego bem-sucedida




Embora a pandemia tenha nos ensinado que não é possível controlar todas as variáveis, preparar-se com antecedência sempre ajudará. A primeira entrevista é sua única chance de causar uma boa primeira impressão e você precisa estar pronto e confiante.

Antes de sua entrevista, pesquise sobre a empresa e o setor ao qual ela pertence. Há quanto tempo está operando? Quando, onde e por que foi fundada? Quais produtos e serviços ela oferece? Como é sua cultura organizacional? Pense no que e como você pode contribuir para ela.

O passo dois é praticar, sozinho ou com um amigo, suas respostas para as possíveis perguntas que serão feitas. Não se trata de elaborar um roteiro rígido, mas de um exercício para que você tenha em mente as principais ideias que deseja comunicar.

Você quer saber qual é o segredo para ter empatia rapidamente com as pessoas? Use o storytelling sempre que puder. Em outras palavras, tente fazer com que suas respostas tenham a estrutura de uma história. Mencione o contexto, fale sobre o vilão que teve que ser enfrentado e comente como você agiu como super-herói para resolver o desafio. No entanto, tente ser específico e evite ser prolixo. Tenha em mente a mensagem principal que deseja transmitir e construa sua resposta em relação a ela. Não forneça informações desnecessárias ou que não agreguem valor.

Compartilho algumas perguntas que os recrutadores podem fazer para você começar a pensar no que responderia:

 **Fale-me sobre você:** Seja breve e concentre-se em seus pontos fortes, sem parecer arrogante. Lembre-se do vídeo complementar do seu CV que lhe recomendei no início? Ele irá ajudar você a responder a esta pergunta.



Quais são seus pontos fortes e fracos: Fazer uma lista prévia evitará aquele silêncio constrangedor que, às vezes, ocorre diante dessa pergunta. Além de mencionar seus pontos fortes, ilustre-os com exemplos de situações em que eles foram importantes durante alguma atividade realizada por você. Evite dizer clichês como 'sou perfeccionista'. Não diga coisas que nada têm a ver com o seu desempenho profissional.



O que você sabe sobre a nossa companhia? Seria muito embaraçoso se você não tivesse essa resposta. Aproveite este momento para mostrar que você fez sua lição de casa. Você pode mencionar o que eles fazem, seja no mercado doméstico ou internacional, o impacto do trabalho que fazem, sua posição no mercado em que atuam etc.



Por que você quer trabalhar aqui? O que você pode contribuir? Embora saibamos que a compensação financeira é um grande motivador, evite mencioná-la — afinal, isso já está implícito. Destaque o que mais chama sua atenção e foque em seu diferencial e nos seus objetivos pessoais e profissionais.



Você acha que tem as habilidades que o cargo exige? Tenha em mente que, se você está sendo entrevistado, é porque o recrutador já pensa que você as tem. Jogue suas melhores cartas ao responder. Sua atitude terá um papel muito importante quando a empresa tomar a decisão. Se há algo que você não sabe fazer, não minta, mas deixe bem clara a sua vontade de aprender.



Se você já trabalhou antes, por que deixou o emprego anterior? Jamais fale mal dos seus chefes anteriores. Dê respostas como o desejo por novos desafios, a vontade de atuar em outro setor etc.



Mencione um desafio que você enfrentou e como você o resolveu : Discuta a importância da situação, os possíveis impactos que ela teria se não fosse resolvida e o que você fez para ajudar.



O que você espera deste trabalho? Recomendo mencionar o aprendizado contínuo e o desenvolvimento profissional.



Como você define o sucesso no trabalho? Não há respostas certas ou erradas. Essa pergunta ajudará o recrutador a saber quais são suas aspirações e onde você quer chegar.



Como você costuma tomar decisões? Pense no processo que você utilizou e que lhe deu bons resultados para tomá-lo como referência. Você analisa vários fatores? Você pede a opinião dos colegas? Procura dados concretos? Você tenta visualizar a consequência de cada decisão?




Como você lida com as mudanças? Como você sabe, o mundo muda cada vez mais rápido e as empresas precisam de pessoas ágeis, que saibam se adaptar rapidamente. Será ótimo se você puder dar um exemplo de como você se adaptou com sucesso às mudanças no passado.





Quem você admira e por quê? Você pode mencionar alguém que você conhece ou alguém famoso. Você deve explicar as razões pelas quais você o admira e sua relevância em nível profissional ou em termos de habilidades e competências. Não seria inspirador saber que você admira alguém só porque é milionário.


Se os recrutadores te perguntarem algo que faz você se sentir desconfortável e não tem nada a ver com o contexto de trabalho, como sua religião ou orientação sexual, de forma muito educada, você pode mencionar que prefere não responder, pois não vê a relação entre isso e suas habilidades, e que o tema não afetará seu desempenho profissional.

Tenho certeza de que, quando chegar o dia da sua entrevista, você desejará que tudo corra perfeitamente. Também quero que assim seja e por isso deixo as seguintes recomendações:


 **Escolha uma roupa adequada.** Dependendo da personalidade da empresa que você vai, deve ser formal ou casual. No entanto, não use roupas inadequadas, não importa o motivo. Se for uma entrevista presencial, respeite os protocolos de segurança definidos pelas autoridades e empresas.


 **Pontualidade é fundamental.** Se a sua entrevista for presencial, tente sair de casa a tempo e informe-se com antecedência sobre as medidas sanitárias que deve cumprir no escritório, bem como os requisitos para poder entrar. Tenha em mente que o processo pode ser demorado. Planeje-se para isso.


 **Coloque seu celular no silencioso.** De preferência, avise seus conhecidos com antecedência quando você não estiver disponível.

 **Lembre-se de sorrir, ser amigável e entusiasmado.** Demonstre uma boa postura e agradeça pela oportunidade da entrevista.

 **Cumprimente educadamente e faça contato visual.**

 **Os recrutadores geralmente verificam com os candidatos se eles têm alguma dúvida.** Aproveite esta oportunidade para mencionar tudo o que não ficou claro para você. Algumas questões que você pode pesquisar neste momento são: como está estruturada a equipe com a qual você trabalharia, há espaço para o desenvolvimento de carreira, os possíveis desafios que você enfrentará ou o modelo de trabalho que seguem, ou seja: você teria que ir ao escritório todos os dias, é um trabalho 100% remoto ou híbrido?

 **Ao finalizar,** agradeça e pergunte sobre os próximos passos e tempo aproximado em que eles lhe darão uma resposta.

 **Quero lembrá-lo que você nunca deve mentir.** Isso pode trazer muitos problemas e manchar sua reputação e credibilidade.

Exercício prático

Para se preparar para uma entrevista, faça uma encenação. Compartilhe as perguntas que poderiam ser feitas a você com alguém atuando como um recrutador em uma entrevista real. Peça-lhe para incluir outras perguntas que considere relevantes, mesmo que não estejam na lista. Por fim, diga a ele para lhe dar um feedback para que você saiba no que precisa melhorar.



7

Entrevistas on-line



Como consequência da emergência sanitária que enfrentamos, grande parte de processos de procura de emprego tornou-se digital. Isso fez com que a maioria das entrevistas fosse feita por meio de plataformas virtuais.

Se a sua entrevista for por videochamada, há outros aspectos que deve levar em conta, além dos que já me referi no capítulo anterior. Alguns deles são:

1 Certifique-se de que sua conexão com a internet esteja boa. Se possível, use um cabo ethernet conectado diretamente ao modem, pois o WiFi pode ficar instável e esse não é um bom momento para tentar a sorte.

2 Identifique e familiarize-se com antecedência com a plataforma onde sua entrevista será realizada. Tente baixar o aplicativo pelo menos um dia antes e teste-o para saber como usá-lo quando chegar o dia.

3 Posicione sua câmera no nível dos olhos. Isso simulará como você veria o recrutador em uma entrevista cara a cara. Você pode pedir ajuda a um amigo ou parente para confirmar se a posição está adequada.

4 Mantenha seu dispositivo parado. Esteja você usando um computador ou seu telefone celular, certifique-se de que ele esteja fixo e estável. Imagine realizar a entrevista com o celular na mão. A imagem pode ficar tremida, e isso distrairá quem estiver do outro lado.

5 Teste seus fones de ouvido e microfone com antecedência. Você precisará ouvir e ser capaz de se comunicar com clareza e em um bom volume.

6 Escolha um lugar longe de qualquer barulho que possa causar interrupções, mas não se culpe se seu cachorro latir de repente ou se houver barulho na rua. Todos nós estamos cientes de que estamos entrando no espaço doméstico das pessoas e há situações que não podem ser controladas.

7 Preste atenção no fundo que você vai mostrar. O lugar que você escolher deve parecer limpo e arrumado. Atrás de você, você pode colocar uma foto ou flores, mas tente mantê-lo o mais neutro possível para não parecer lotado e distrair o recrutador. Mesmo sabendo que estamos em casa, evite que sua cama ou seu banheiro fique à vista.

8 O que aparece atrás de você é tão importante quanto o que você tem à sua frente. A luz é um fator ao qual quase nunca prestamos atenção suficiente. Certifique-se de que o local onde você escolheu se sentar esteja bem iluminado. Idealmente, você deve ter luz natural à sua frente para que os recrutadores possam te ver claramente. Evite a luz atrás de você, pois fará com que seu rosto pareça muito escuro, ou de lado, pois assim seu rosto aparecerá claro de um lado e escuro do outro.

9 Cuide da sua aparência pessoal. Embora não seja uma entrevista presencial, você não deve fazê-la de pijama. Você também não deve se vestir como se estivesse indo para uma festa de gala, mas recomendo escolher uma roupa “Business Casual”. Procure usar roupas simples, sem quadrados, círculos ou listras, pois podem distorcer a imagem na câmera. É uma boa ideia que suas roupas sejam de uma cor diferente do fundo, para que você não se perca nele.

10 Tente não se mover muito e permaneça no mesmo lugar, mas sem parecer uma estátua. Mantenha seu rosto e gestos dentro do enquadramento da câmera.

11 Assim como nas entrevistas presenciais, você deve pesquisar a empresa com antecedência e preparar suas respostas. Fazê-lo virtualmente vai lhe dar a oportunidade de ter à mão o seu CV e algumas informações importantes sobre a empresa. Lembre-se de que você não deve ler suas respostas; escreva apenas algumas palavras-chave.

12 Antes de entrar on-line para sua entrevista, feche todas as guias e aplicativos abertos para não se distrair e informe seus conhecidos mais próximos que você não estará disponível por um tempo.

Exercício prático

Escolha o local onde você faria uma entrevista virtual se fosse hoje. Organize o local como você gostaria que ele ficasse e tire uma foto dele. Dessa forma, quando chegar o dia você pode tomá-lo como referência para preparar o espaço e deixá-lo como você imaginou. Assim, você não precisará se preocupar com isso e poderá se concentrar melhor em outros aspectos do processo.



8

Como aproveitar o mundo digital e ter uma boa presença no LinkedIn?



Hoje, quem somos no mundo digital é tão importante quanto quem somos na vida real. Essas duas personalidades devem combinar perfeitamente, ou seja, não devemos criar um personagem digital diferente do que realmente somos. Como você sabe, muitos recrutadores verificam quem é o candidato nas redes sociais. Cada ação que você realiza on-line deixa uma pegada digital. Sua reputação on-line é composta por tudo o que a internet diz sobre você: dados pessoais, imagens, vídeos, notícias, comentários, entre outros. Uma imagem diz mais que mil palavras. Analise todas as fotos que você publicou e que existem nos perfis de seus amigos e pense em como elas podem ser interpretadas. Certifique-se de que correspondem à imagem profissional que pretende transmitir. Não se trata de limitar sua liberdade de expressão, mas você pode alterar as configurações de suas fotos mais engraçadas para o modo privado, se achar mais adequado.

A internet nos permitiu acessar contatos de pessoas que antes pareciam inacessíveis. Tecer e trabalhar em sua rede de contatos hoje valerá a pena no futuro. Conecte-se com pessoas com quem você colaborou e que podem recomendar seu trabalho. A rede social para fazer isso, por excelência, é o LinkedIn.

Quero compartilhar com você algumas dicas para que possa aproveitar ao máximo esta rede:

1 Quanto mais detalhes seu perfil tiver, mais atrativo ele será para os recrutadores e melhores serão as informações que o sistema apresentará em termos de ofertas e conteúdo.

2 Escolha uma boa foto. Tente ser o mais profissional possível e transmita sua essência. Um perfil sem foto não inspira confiança.

- 3 **Inclua um bom resumo em sua página.** É a primeira coisa que as pessoas vão ler para definir se estão interessadas em saber mais sobre você.
- 4 **Mencione seus projetos pessoais e voluntários.** Isso transmitirá a ideia do quão comprometido você está com seu desenvolvimento e impacto social.
- 5 **Conecte-se com pessoas relevantes para sua carreira** e que sejam referência no setor em que deseja ingressar.
- 6 **Junte-se a grupos** que compartilham seus interesses e participe da comunidade.
- 7 **Seja ativo e esteja presente.** Compartilhe e acompanhe conteúdo relacionado à sua empresa e seu setor de atuação, bem como tendências relevantes para sua carreira.
- 8 **Se você estiver procurando trabalho ativamente,** escolha a opção “aberto ao trabalho” para que fique claramente visível em sua foto. Além disso, ative alertas de vagas para recebê-los diretamente em seu e-mail.
- 9 **Além de se candidatar a ofertas de emprego,** procure acompanhar pessoalmente os responsáveis pelas vagas ou que atuam na área de Recursos Humanos da empresa para a qual você se candidatou.
- 10 **Aumente constantemente sua rede de contatos.** Encontre e contate aqueles que estão fazendo algo interessante.
- 11 **Não se trata apenas de ter um primeiro contato, mas de aproveitar essa rede.** Faça networking com eles e mostre que

você tem algo a oferecer. Pedir sem oferecer nada em troca não é uma boa estratégia. Você pode compartilhar conteúdo interessante com seus contatos, por exemplo.

12 Depois de estabelecer um relacionamento com sua rede, você pode pedir recomendações pública.

13 Não perca de vista seus KPIs (Indicadores-Chave de Desempenho, na sigla em inglês). Você os encontrará em seu painel e eles informarão quantas pessoas visualizaram seu perfil e suas postagens e em quantas pesquisas você apareceu. Isso lhe dará uma ideia de quão bem você está gerenciando essa rede.

Exemplo:

Seu painel		
Só para você		
254 <i>Quem viu seu perfil</i>	371 <i>Visualizações de postagem</i>	71 <i>Aparições em pesquisas</i>

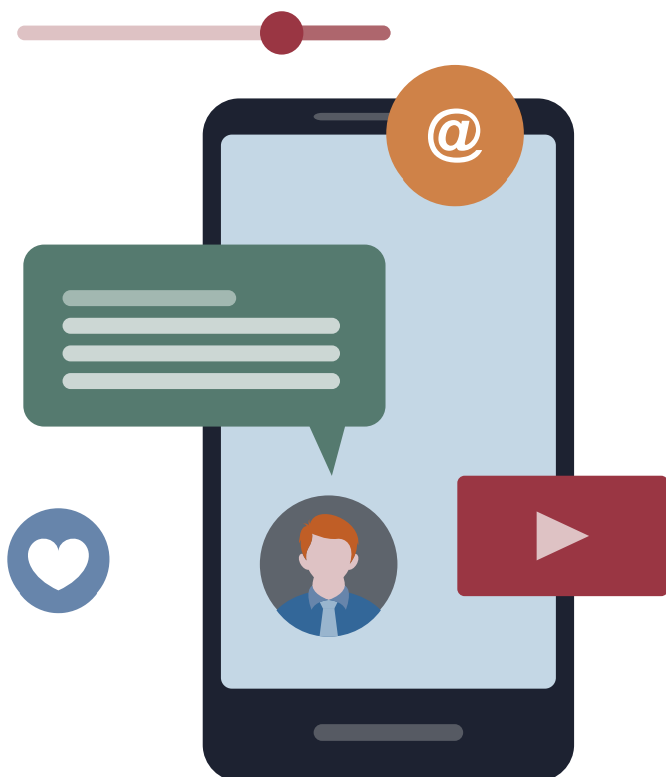
14 Preste atenção na seção de notícias para saber o que é relevante e o que está acontecendo no mundo. Informação é poder.



Exercício prático

Descubra o que a internet diz sobre você. Digite seu nome no Google e veja o que aparece. O mesmo aparecerá para quem pesquisar mais informações sobre você.

Crie sua conta no LinkedIn e complete seu perfil, seguindo minhas recomendações. Se você não tiver fotos recentes adequadas, tire uma. Certifique-se de que a câmera com a qual você fará isso seja de boa qualidade, que não haja distrações no fundo e que seu rosto seja visto claramente.



9

Por que eles não me contratam?



O desemprego entre os jovens tem sido preocupação há algum tempo. Assumimos a tarefa de investigá-lo minuciosamente, em conjunto com a Junior Achievement. Perguntamos a mais de 3.000 jovens entre 18 e 29 anos de 14 países latino-americanos o seguinte:



Você teve dificuldade em encontrar trabalho nos últimos 12 meses?



Quais são as razões pelas quais você acha que eles não contratam você?

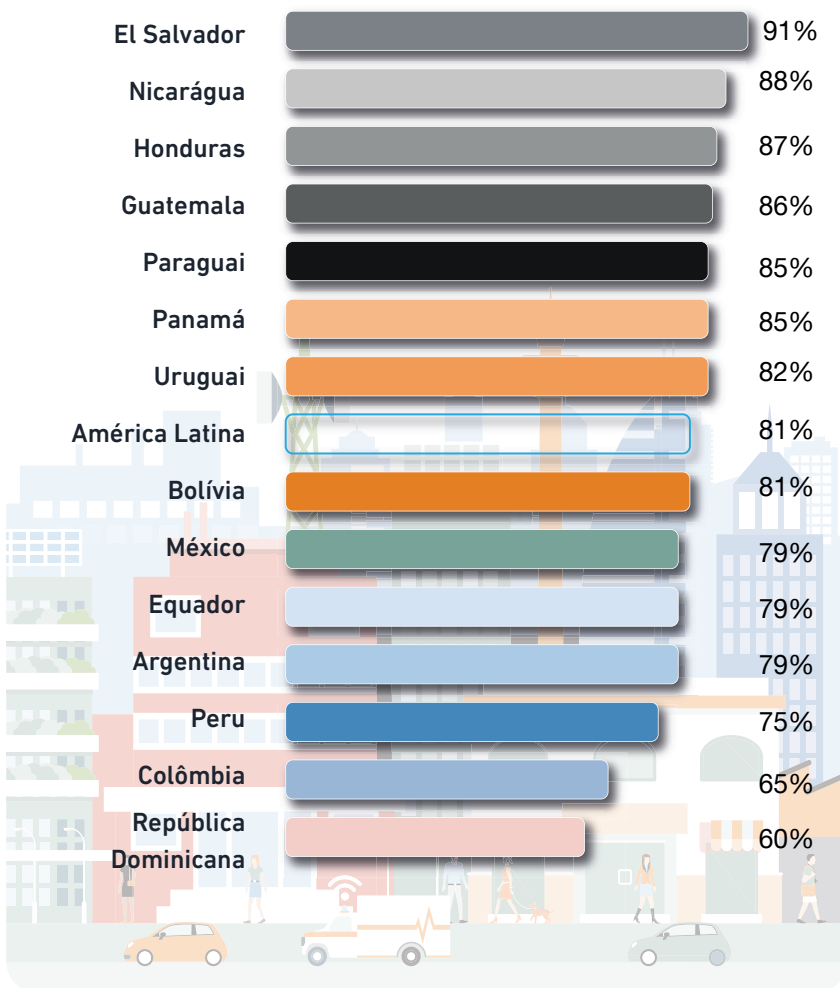


Que fatores são importantes para aceitar um emprego?

Em todos os países da região, mais da metade nos disse que tem sido difícil para eles encontrar um emprego.



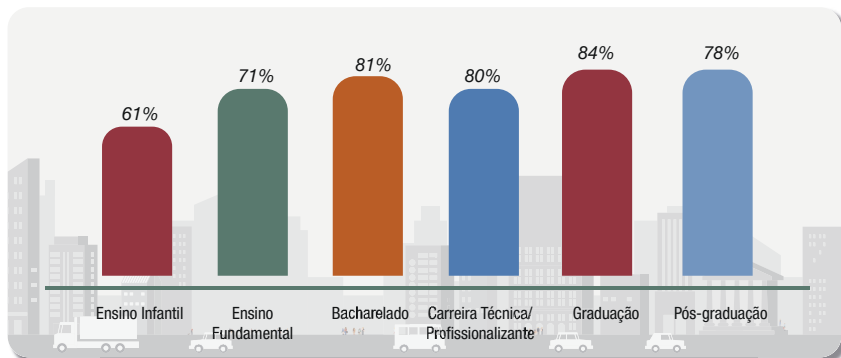
Dificuldade em encontrar trabalho na América Latina:



Fonte: [Falta de Oportunidades de Trabalho para Jovens da América Latina](#). ManpowerGroup e JA Americas

De acordo com um estudo do ManpowerGroup e da JA Américas, de todos os entrevistados com bacharelado, 84% acham difícil encontrar emprego.

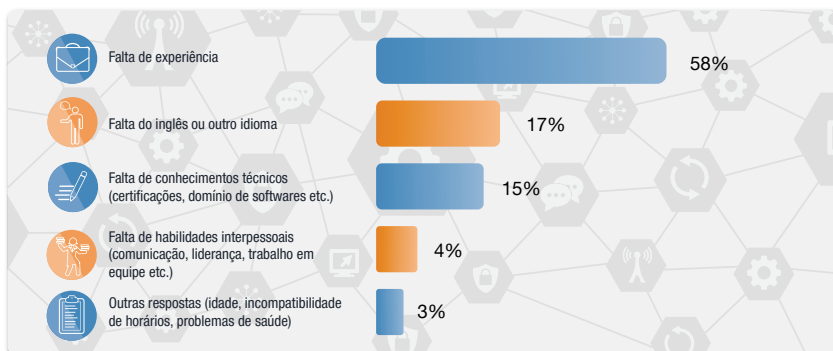
Dificuldade em encontrar trabalho por nível de escolaridade



Fonte: [Falta de Oportunidades de Trabalho para Jovens da América Latina. ManpowerGroup e JA Américas](#)

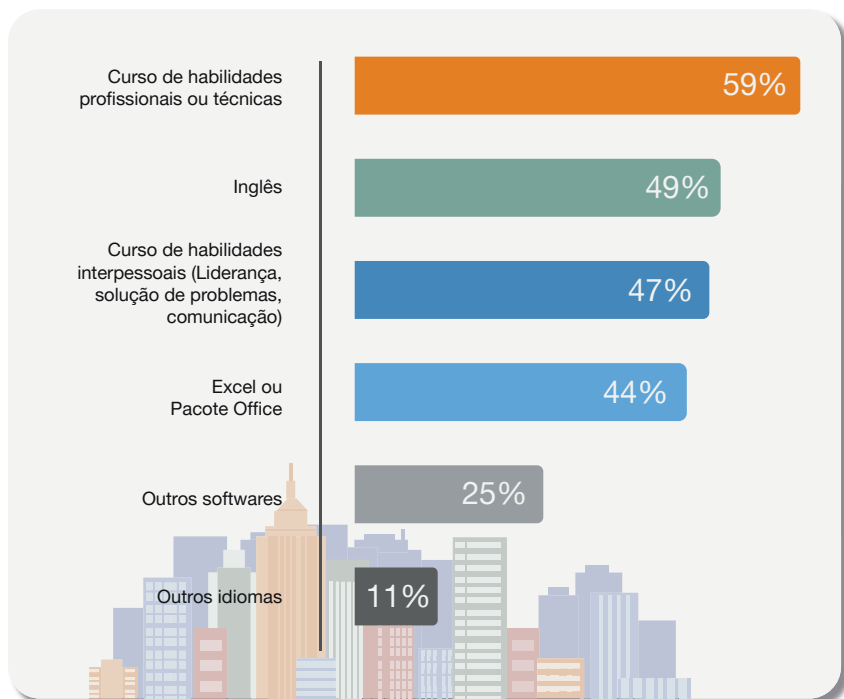
Segundo este estudo, 25% dos jovens procuram emprego há menos de 3 meses, 29% entre 3 e 6 meses, 16% entre 6 e 12 meses e 16% há mais de um ano.

Apesar de 79% mencionarem ter trabalhado antes, o principal motivo de não conseguirem a vaga para a qual se candidataram é a falta de experiência, seguida de não falar inglês.



Fonte: [Falta de Oportunidades de Trabalho para Jovens da América Latina. ManpowerGroup e JA Américas](#)

Se você também está com dificuldade para encontrar emprego, o melhor que tem a fazer é melhorar sua empregabilidade. Para isso, a recomendação é investir seu tempo com cursos de aprimoramento profissional. Foi o que fez 70% dos jovens pesquisados em nosso estudo:



Fonte: [Falta de Oportunidades de Trabalho para Jovens da América Latina](#). ManpowerGroup e JA Americas

Embora existam semelhanças entre as vagas que os jovens buscam e as oferecidas pelas empresas, sem dúvida há uma lacuna a ser preenchida. Para reduzi-la, além de fazer cursos e adquirir experiência profissional antes de concluir a graduação, é preciso se adequar às oportunidades de trabalho disponíveis. Abra seu leque de opções e pense em como aplicar suas habilidades em posições que você não explorou antes.

Existem também situações em que o candidato não aceita o trabalho. De acordo com nosso estudo, os principais fatores que levaram os jovens a não aceitarem o emprego oferecido foram:

- **salário baixo;**
- **não era um emprego formal;**
- **não eram oferecidos benefícios além do que exige a lei;**
- **as jornadas de trabalho eram elevadas;**
- **o local de trabalho era longe de casa ou não havia flexibilidade de horários.**

Adiante, vamos falar sobre o que você deve levar em consideração para tomar essa decisão.

Exercício prático

Monte o perfil de algumas vagas que lhe interessam. Anote as habilidades que as empresas pedem e marque aquelas que você ainda não possui ou que acha que precisa aprimorar. Procure cursos para começar a trabalhar nelas o mais rápido possível.



10

O que devo levar em consideração antes de aceitar um emprego?



O primeiro ponto é definir se você deseja um emprego formal, com todos os direitos trabalhistas garantidos. Cada legislação tem suas particularidades, a depender do país em que você se encontra. No entanto, alguns direitos devem ser observados em todos eles, tais como:

- Direito ao trabalho digno
- Proteção contra atos de discriminação no emprego
- Direito a um salário pago
- Proteção do salário
- Direito à segurança social para os trabalhadores
- Direito às férias
- Direito ao descanso durante a jornada de trabalho
- Respeito às jornadas de trabalho
- Pagamento de jornadas extras
- Proteção para a estabilidade no emprego das mulheres grávidas

Ao tomar decisões de carreira, os fatores mais importantes geralmente são a remuneração e o tipo de trabalho. Os resultados da “Pesquisa global de preferências do candidato”, do ManpowerGroup Solutions, mostram que a flexibilidade também é importante, juntamente com benefícios extras. Existem diferenças significativas por mercado. Por exemplo, no Brasil, Costa Rica e Índia, as oportunidades de promoção são mais importantes do que a remuneração. A marca da empresa também tem peso na decisão. De acordo com outra pesquisa do ManpowerGroup, 58% dos candidatos globais dizem que a marca é mais importante para eles do que há cinco anos.

O que os trabalhadores querem está mudando constantemente, dependendo da etapa em que se encontram, bem como fatores externos. Por exemplo, a pandemia fez com que muitas pessoas repensassem suas prioridades e o que procuram em um emprego. De acordo com a pesquisa que fizemos sobre os trabalhadores do futuro, 8 em cada 10 pessoas querem equilíbrio entre família e trabalho, já que 30% agora precisam ser professores, funcionários, pais e cuidadores durante o dia de trabalho.

Em geral, os Baby Boomers (55-64 e acima de 65 anos) se preocupam com salário, desafios e flexibilidade, mas sua prioridade é a liderança e as equipes. Muitas pessoas da Geração X (35-54 anos) desejam poder ajustar seus horários de entrada e saída; outros apostam na possibilidade de trabalhar remotamente, em meio período e aspiram obter suas respectivas licenças maternidade ou paternidade. Os Millennials (25-34 anos) também preferem flexibilidade e desafios. Eles sabem que têm uma ultramaratona na carreira profissional pela frente e, nessa jornada, pretendem alcançar o equilíbrio entre trabalho e vida pessoal. Por outro lado, as mulheres da Geração Z (18-24 anos) priorizam mais o salário do que o desenvolvimento de habilidades, enquanto para os homens deste mesmo grupo, as habilidades e o desenvolvimento de carreira importam quase tanto quanto o salário.

Pode ser que, em sua busca, você receba mais de uma oferta. Você sabe como escolher o trabalho que mais combina com você? Analise cada um dos fatores para tomar a decisão que vai ao seu encontro, levando em conta suas preferências, personalidade e estilo de vida. De acordo com o estudo que realizamos em conjunto com a Junior Achievement, os principais fatores que os jovens consideram importantes para aceitar um emprego são: bom salário, crescimento profissional, benefícios acima da lei,

desenvolvimento de carreira, carteira assinada, desenvolvimento de habilidades, proximidade de casa, horários flexíveis, que lhes apresente desafios, que seja uma empresa reconhecida como um bom lugar para trabalhar, que ofereça a possibilidade de trabalhar home office.

Para facilitar esse processo, seguem algumas perguntas que você pode fazer para si mesmo:

● **Posso me ver fazendo esse tipo de trabalho?** Como você se candidatou ao cargo, a resposta provavelmente é sim. Reflita se a cultura organizacional está alinhada com seu propósito pessoal. Se você se imaginar fazendo esse trabalho, “Você parece feliz e satisfeito? Você acha que sentiria paixão neste trabalho?”

● **Quanto eu quero e posso crescer?** Para algumas pessoas, é essencial aprender e desenvolver novas habilidades para crescer profissionalmente. Em uma de nossas investigações, descobrimos que 80% dos mexicanos tentam aprender constantemente algo novo, investindo seu próprio dinheiro e tempo pessoal para fazê-lo. Alguns Millennials até tiram um ano sabático para adquirir novas habilidades. Muitas empresas oferecem oportunidades de treinamento e bolsas acadêmicas. Pergunte a si mesmo o quanto esse ponto é importante para você e descubra se a empresa para a qual você se inscreveu promove ações nessa frente.

● **Qual a importância da flexibilidade de horário e do Home Office em minha vida?** A tecnologia e a pandemia tornaram tênue linha entre trabalho e vida pessoal. Hoje, você pode ser muito produtivo com seu smartphone. Globalmente, quase 40% das pessoas dizem que horários flexíveis e home office estão entre os fatores mais importantes na decisão de um emprego. E acreditem: esse percentual aumenta cada vez mais. Logo, antes de aceitar um emprego, é preciso ter clareza do quanto isso é importante para você.

- **Quanto tempo estou disposto a gastar para chegar à empresa?** Mesmo que você não precise ir ao escritório todos os dias, é importante levar esse aspecto em consideração, caso o trabalho não seja 100% remoto. Com base na localização geográfica do seu possível local de trabalho, analise as rotas e o tempo aproximado que você levará para chegar lá. O quanto esse deslocamento afetará sua qualidade de vida?

- **Quão socialmente responsável é a empresa?** Trata-se do perfil ético das empresas e do impacto que elas têm na sociedade. Pesquise suas políticas de responsabilidade social e veja o quão confortável você se sente com elas. Nós queremos cada vez mais gerar algo positivo através do nosso trabalho.

Além dos benefícios legais, algumas empresas concedem benefícios adicionais aos seus funcionários, como:

1. Programas de saúde e bem-estar mental: Em relação à saúde física, diversas empresas realizam ações e fazem parcerias que beneficiam os colaboradores. Já a relevância da saúde mental aumentou desde o início da pandemia. Para muitos, têm sido difícil gerenciar o estresse e a carga de trabalho profissional e familiar que a situação gerou. Por essa razão, muitas organizações oferecem apoio psicológico e linhas de ajuda aos profissionais.

2. Programas de reconhecimento: Levante a mão se você não quer uma estrelinha na testa. De fato, o reconhecimento público é um grande motivador para a maioria das pessoas. Quão importante é para você e como esse processo funciona na organização para a qual você se candidatou?

3. Promovendo relacionamentos familiares e celebrações: Além de conceder dias para assuntos pessoais, existem empresas que

lhes permitem faltar no dia do seu aniversário e tirar folga no Dia dos Pais e das Mães. Para apoiar os pais, algumas empresas também oferecem creches, salas de amamentação ou cursos de verão. Como grande parte das pessoas passou a trabalhar em Home Office por conta da pandemia, familiares foram incluídos em mais atividades da empresa. Por exemplo, no ManpowerGroup, além de fazer nosso curso anual de verão digitalmente, compartilhamos atividades para fazer em família.

4. Programas de mentoria: Ter um mentor acelera e facilita o desenvolvimento profissional, graças ao feedback e orientação para que cada um aproveite o seu potencial. Nem sempre se trata de pessoas mais velhas dando conselhos a pessoas mais jovens. No ManpowerGroup, temos um programa de Reverse Mentoring, no qual são os jovens que oferecem sua visão aos diretores.

5. Tempo livre: Os Millennials e Centennials sabem que trabalharão por mais anos do que as gerações anteriores e, portanto, muitas vezes querem tirar um tempo para recarregar as energias. Esse tempo livre pode ser desde longas férias, até uma pausa de vários meses ou desconexão por apenas alguns dias.

6. Colaborar com pessoas extraordinárias e diversas: Está comprovado que equipes diversas obtêm melhores resultados. Outras perspectivas permitirão que você amplie seu horizonte, desenvolva novos conhecimentos e tenha contato com ideias e visões diferentes da sua.

Avalie tudo o que a empresa oferece e quanto isso é importante para você. Para facilitar as coisas para você, recomendo se perguntar se você acha que trabalhar naquele lugar o ajudará a se tornar uma pessoa melhor e se isso o fará feliz.

Exercício prático

Anote suas três principais prioridades para determinar se você quer aceitar um emprego ou não. Adicione qualquer ponto que seja importante, mesmo que não tenha sido mencionado acima. Por exemplo: talvez, para você, é essencial que uma empresa seja *pet friendly*.

1.-

2.-

3.-



11

Smart Working (Trabalho Inteligente)



Você já ouviu esse termo antes? Explico de onde e por que ele surgiu. No início da pandemia, entre 80% e 90% da população mundial deixou de trabalhar em escritórios para trabalhar de casa. Nós conhecíamos esse modelo como Home Office, mas, com o passar das semanas, ele deixou de ser suficiente e percebemos que havia muitos outros fatores que não tínhamos considerado. Não se trata apenas de trabalhar de casa, mas de fazê-lo de forma inteligente (Smart Work), o que nos permite estar mais conectados do que nunca, apesar de estarmos separados fisicamente.

O Smart Working tem várias implicações. Já sabíamos que tínhamos que manter nossa rotina, acordar no mesmo horário e organizar tudo como se fôssemos ao escritório. Como eram somente alguns dias, muitos faziam isso na mesa da sala de jantar e até na cama. Primeiro erro. Os móveis são projetados ergonomicamente para a função que devem cumprir e, definitivamente, a sala de jantar não foi criada para trabalhar. Imagine trabalhar em uma postura desconfortável todos os dias. Podemos não perceber nada agora, mas no longo prazo, certamente isso terá um efeito negativo em nosso corpo. Por essa razão, é necessário que as pessoas que estão em regime Home Office tenham uma mesa e uma cadeira adequadas para o trabalho.

Também testamos a capacidade da nossa internet. Com tantas videochamadas, a largura de banda de que precisamos é maior do que antes. Para trabalhar de forma inteligente, precisamos escolher bem nosso provedor de conectividade, assim como o pacote a ser contratado, enquanto as organizações devem adaptar os processos e políticas relacionadas a esse assunto.

O terceiro ponto, extremamente importante, é a segurança da informação e a privacidade dos dados. Muitos de nós vivemos na

companhia de outras pessoas e devemos proteger as informações confidenciais que tratamos em um local que somente nós temos acesso, e não na sala por onde todos passam. Além disso, as ameaças digitais aumentaram. Por esse motivo, no estudo #WORKSMART do ManpowerGroup, recomendamos atualizar constantemente as senhas de todos os nossos dispositivos de trabalho.

Ao fazer smart working, precisamos ser claros sobre nossas responsabilidades e as métricas que devemos cumprir. Para isso, é necessário ter uma comunicação próxima com nossas lideranças e gestores. Também devemos entender e nos adaptar à dinâmica pela qual a equipe de trabalho se comunica. Será apenas por e-mail? Talvez, alguns se sintam mais à vontade falando por meio de videochamadas.

Quando falamos por câmeras, é como se estivéssemos entrando na casa do outro. É certo que alguns não se sentirão à vontade para abri-las, nem estarão nas condições ideais para fazê-lo. Nesse caso, devemos respeitar a privacidade dos nossos colegas de trabalho.

Outra consideração sobre o trabalho inteligente é aprender a equilibrar vida pessoal e profissional. Por exemplo, é válido que um pai atenda uma ligação de trabalho com o filho nos braços. Talvez, uma mãe ache muito difícil trabalhar das 9h às 18h, mas possa se concentrar muito bem a partir das 14h às 22h. Hoje, é possível chegar a um acordo com os empregadores sobre uma jornada que funcione tanto para o indivíduo como para a empresa. O principal será nos organizarmos para ter tudo sob controle e manter a saúde mental e emocional em dia.





















































12

Como redirecionar minha carreira?





















































Existe a possibilidade de você estar em um emprego em que não se sente mais confortável e desejar recalculuar seu caminho. Como saber quando procurar outra oportunidade? No ManpowerGroup, perguntamos quais são os principais fatores que cada geração considera ao decidir mudar de emprego.

	Baby Boomers menores (55-64 anos)		Geração X maiores (45-54 anos)		Geração X menores (35-44 anos)		Millennials (25-34 anos)		Geração Z (18-24 anos)	
	Homens	Mulheres	Homens	Mulheres	Homens	Mulheres	Homens	Mulheres	Homens	Mulheres
1	 Horário Flexível	 Salário Maior	 Salário Maior	 Salário Maior	 Salário Maior	 Salário Maior	 Salário Maior	 Salário Maior	 Salário Maior	 Salário Maior
2	 Desafios	 Progressão de carreira	 Progressão de carreira	 Progressão de carreira	 Horário Flexível	 Horário Flexível	 Progressão de carreira	 Desafios	 Desenvolvimento de habilidades	 Horário Flexível
3	 Local Flexível	 Desenvolvimento de habilidades	 Desenvolvimento de habilidades	 Desafios	 Desafios	 Progressão de carreira	 Desenvolvimento de habilidades	 Horário Flexível	 Benefícios Adicionais	 Progressão de carreira
4	 Salário Maior	 Desafios	 Desafios	 Desenvolvimento de habilidades	 Progressão de carreira	 Desafios	 Horário Flexível	 Progressão de carreira	 Trajeto mais curto	 Desenvolvimento de habilidades
5	 Desenvolvimento de habilidades	 Benefícios Adicionais	 Local Flexível	 Força da marca	 Desenvolvimento de habilidades	 Bom lugar para trabalhar	 Desafios	 Desenvolvimento de habilidades	 Desafios	 Força da marca

Fonte: [Escassez de Talentos 2020: O que os trabalhadores querem, ManpowerGroup.](#)



Também perguntamos a eles o que os faria permanecer em seu emprego atual, e chegamos aos seguintes resultados.

	Baby Boomers menores (55-64 anos)		Geração X maiores (45-54 anos)		Geração X menores (35-44 anos)		Millennials (25-34 anos)		Geração Z (18-24 anos)	
	Homens	Mulheres	Homens	Mulheres	Homens	Mulheres	Homens	Mulheres	Homens	Mulheres
1	 Horário Flexível	 Salário Maior	 Salário Maior	 Salário Maior	 Salário Maior	 Salário Maior	 Salário Maior	 Salário Maior	 Salário Maior	 Progressão de carreira
2	 Local Flexível	 Progressão de carreira	 Progressão de carreira	 Desenvolvimento de habilidades	 Progressão de carreira	 Progressão de carreira	 Horário Flexível	 Horário Flexível	 Desenvolvimento de habilidades	 Salário Maior
3	 Benefícios Adicionais	 Missão da organização	 Desenvolvimento de habilidades	 Desafios	 Horário Flexível	 Desenvolvimento de habilidades	 Progressão de carreira	 Desafios	 Bom chefe	 Horário Flexível
4	 Salário Maior	 Local Flexível	 Bom chefe	 Bom chefe	 Desenvolvimento de habilidades	 Desafios	 Desafios	 Bom chefe	 Força da marca	 Local Flexível
5	 Desenvolvimento de habilidades	 Bom chefe	 Desafios	 Equipe de Trabalho extraordinária	 Local Flexível	 Pensão e poupança	 Desenvolvimento de habilidades	 Progressão de carreira	 Desafios	 Força da marca

Fonte: [Escalação de Talentos 2020: O que os trabalhadores querem. ManpowerGroup](#)



Se você não está mais feliz no trabalho que tem, pode conversar com seu gestor para discutir como se sente e discutir possíveis soluções. Se você considera que não é possível corrigir sua situação, recomendo que verifique as vagas disponíveis de acordo com seu perfil e analise se elas oferecem o que você procura. Uma vez que você tenha uma oferta de emprego, deve notificar seu líder antes de sua partida. Lembre-se de que você ganhou experiência lá, pela qual você sempre deve ser grato.

Outro fator que a pandemia tornou ainda mais evidente é a importância da atualização contínua. Para se adaptar, as descrições de cargos tiveram que ser repensadas e atualizadas, considerando o impacto da automação e os recursos disponíveis para o trabalho.

Talvez você não tenha cursado uma graduação específica nos cargos de maior demanda, mas pode pensar em como as habilidades que possui se adaptam a esses perfis e, assim, ter mais sorte na busca por um emprego.

Reskilling e upskilling (requalificação e aprimoramento) são conceitos que entram em cena. As habilidades estão se tornando obsoletas mais rapidamente e apenas aqueles que conseguem se adaptar às novas exigências terão salários mais altos, maior segurança no emprego e flexibilidade para decidir como e quando trabalhar.

O segredo para alcançar tal objetivo é ter Learnability, conceito que mencionei quando falamos sobre como ser competitivo. O aprendizado contínuo permitirá que você esteja sempre atualizado sobre o que está acontecendo em sua área de atuação, aumentando suas chances de se destacar na carreira.

Você pode complementar seus estudos e experiência com cursos alinhados às posições que estão crescendo. Existem muitas opções gratuitas, remotas e sob demanda, possibilitando que escolha o melhor dia e horário para se dedicar.

Uma dessas alternativas é o **Coursera**, que oferece uma quantidade impressionante de cursos que você pode fazer gratuitamente ou pagando um valor. A maioria deles são certificados por universidades — e o melhor é que você pode se inscrever e escolher quais são seus interesses para ficar a par de novos cursos alinhados com o que procura.



Possivelmente, você tem certas habilidades e não está ciente disso. Você sabia que os videogames ajudam a desenvolver habilidades técnicas e pessoais? Durante a pandemia, muitas pessoas aumentaram seu tempo jogando devido a restrições de viagem, aumento do desemprego e quarentenas prolongadas. Simultaneamente, os empregadores estão procurando maneiras criativas de avaliar as habilidades de Talentos. É por isso que no ManpowerGroup analisamos mais de 11.000 jogos dos gêneros de ação, aventura, jogos de RPG e música, entre outros, para identificar as principais habilidades sociais desenvolvidas em cada categoria. Em seguida, trouxemos esse conhecimento para o contexto do mundo do trabalho, a fim de identificar em quais empregos tais habilidades são relevantes. Por exemplo, os jogos com função de multijogador desenvolvem habilidades de colaboração, comunicação e liderança porque você precisa trabalhar em equipe para vencer, enquanto os jogos de estratégia enfatizam a resolução de problemas e o pensamento lateral. Preparei o resumo a seguir para que você conheça mais sobre como os tipos de videogames estão relacionados às habilidades e possíveis correspondências de trabalho.



TIPOS DE JOGOS	HABILIDADES DESENVOLVIDAS	POSSÍVEIS CORRESPONDÊNCIAS DE TRABALHO
 Estratégia, Quebra-cabeças, Quiz	<ul style="list-style-type: none"> • Pensamento crítico • Criatividade • Resolução de problemas • Percepção social 	<ul style="list-style-type: none"> • Operadores de produção e maquinário • Trabalhadores de armazém e construção • Técnicos de controle de qualidade
 Ação/Aventura e RPG	<ul style="list-style-type: none"> • Colaboração • Comunicação • Resolução de problemas • Análise e tomada de decisões 	<ul style="list-style-type: none"> • Assistente administrativo • Analista financeiro • Gerente de Serviços ao Cliente
 Open World	<ul style="list-style-type: none"> • Criatividade • Colaboração • Percepção social • Coordenação 	<ul style="list-style-type: none"> • Engenheiros elétricos • Designers gráficos • Chefs ou cozinheiros
 Team Playing, Esportes e carreiras	<ul style="list-style-type: none"> • Pensamento crítico • Colaboração • Análise e tomada de decisões • Avaliação de processos 	<ul style="list-style-type: none"> • Líder de call center • Empacotador de armazém • Prestador de cuidados de saúde
 Indie e Música	<ul style="list-style-type: none"> • Criatividade • Colaboração • Aprendizado ativo • Coordenação 	<ul style="list-style-type: none"> • Especialista em manufatura digital • Prestador de cuidados de saúde • Representante de vendas

Fonte: [Game to Work | ManpowerGroup](#)

JOGUE MUITO, MAS TAMBÉM TRABALHE MUITO!

Exercício prático

Faça o teste de **habilidades de Videogame do ManpowerGroup** [aqui](#) e descubra quais habilidades profissionais você está desenvolvendo para adicionar ao seu CV.

¹ Habilidades técnicas ou difíceis são aquelas que você adquire em sua formação profissional que lhe permitem realizar tarefas específicas e atuar em cargos específicos.

² Habilidades interpessoais são aquelas que têm a ver com questões sociais, comunicação, atitude, resolução de conflitos, trabalho em equipe, inteligência social e inteligência emocional.

13

Conclusão



Já falamos sobre as principais ferramentas que você precisa para conseguir um emprego, independentemente de ser o primeiro ou não. Este guia será bastante útil ao longo do tempo, pois suas respostas aos exercícios práticos provavelmente mudarão à medida que seus interesses e prioridades evoluírem. Não hesite em consultá-los quando se sentir sem rumo. Foi um prazer acompanhar você durante estas páginas.

Desejo-lhe todo o sucesso em conseguir um emprego significativo e com propósito. Acredite no seu Potencial!



*Em suas
marcas,
Prontos...
empregue-se!*



Mónica Flores
Barragán