



IBS pelo mundo.... Angola

Já passaram 4 anos desde o dia em que aceitei o desafio de abraçar uma carreira profissional, em Angola.



Career Advice – Plano de Valorização Pessoal

A definição de uma estratégia pessoal, ou melhor um **Plano de Valorização Pessoal** envolve várias etapas. É fundamental seguir este Plano para conseguir ter mais sucesso na busca activa de emprego.



Espaço Aluno - Summer School Lisbon

My only wish is that the summer school could be longer.



Career Start by Prof. Vicente Rodrigues

Naturalmente que a aprendizagem constante, ao longo da vida, é um factor fundamental para se obter uma carreira profissional de sucesso

Career Advice – Plano de Valorização Pessoal

A definição de uma estratégia pessoal, ou melhor um **Plano de Valorização Pessoal** envolve várias etapas.

É fundamental seguir este Plano para conseguir ter mais sucesso na busca activa de emprego.

Na prática, o Plano corresponde a um balanço de tudo o que se fez até à data: quer pessoal, mas sobretudo profissionalmente. Só assim será possível estabelecer prioridades e enfrentar o desconhecido.

Etapas do Plano de Valorização Pessoal:

1. O que fazer a **curto prazo – AUTO AVALIAÇÃO**

- **Ligar-se ao mundo** – internet; favoritos em pesquisa de emprego e imprensa; rede contactos.
- **Saber relativizar** – há muitos mais indivíduos na mesma situação, a vida continua, há que encarar pela positiva.
- **Reflexão** profunda sobre o percurso académico e, se for o caso, profissional; sobre as **realizações e competências**.

Auto avaliação de competências (há 553 competências identificadas), as mais comuns são: comunicação, orientação para clientes, conhecimento do negócio, liderança, motivação para resultados, trabalho em equipa, flexibilidade/adaptabilidade, pensamento analítico, relacionamento interpessoal, planeamento e organização, resolução de problemas, desenvolvimento de colaboradores...

2. O que fazer a **médio prazo – AUTO AVALIAÇÃO**

• **Realizar o Currículo**

Só após a auto-avaliação, e será bom recorrer a um técnico que ajude nessa auto-avaliação se estará “pronto” a realizar o seu CV

O que se procura com um CV? Um retrato da identidade pessoal e profissional da pessoa.

Um bom CV visa abrir portas, despertar interesse, promover/vender a sua imagem.

Organização de um Currículo: este deverá estar segmentado em 4 pilares:

1. Identificação
2. Formação (académica)
3. Experiência profissional - Explorar as realizações que evidenciem competências – ir ao encontro do que um empregador procura no CV.
4. Informação complementar (línguas, informática, estágios, actividades extra profissionais...)



Um CV deve ser trabalhado quanto ao **conteúdo** e **forma** de modo a sobressair e criar interesse para uma entrevista de emprego.

- **Carta de Apresentação**

Objectivo: A Carta de Apresentação visa manifestar interesse por uma posição em aberto, e suscitar interesse na leitura do CV.

3. O que fazer a **médio prazo** – **DAR-SE A CONHECER**

- **Identificar referências** (positivas sobre o seu desempenho)
- **Auto apresentação** resumida
- **Como e quem contactar** (expor-se ao mercado)
- **Definir uma estratégia** de pesquisa activa de emprego
- **Técnicas e treino de entrevista**
- **Rede de contactos** – network

4. O que fazer a **longo prazo** – **CRIAR O SEU PRÓPRIO EMPREGO?**

- Orientação na Criação de Empresa
- Projecto Pessoal de Emprego (IEFP, IPJ...)

Dr. Filipe Fidanza

CEO Work Shop

www.work-shop.pt