

SOULAN RECURSOS HUMANOS

Cursos & Palestras

PERDI MEU EMPREGO, E AGORA?



PERDI MEU EMPREGO, E AGORA?

1. A primeira coisa é NÃO tirar férias.
2. Quando você está empregado, as pessoas sabem onde procurá-lo, acostumam-se a pensar em você naquela empresa, com aquela posição. Quando descobrem que você saiu, nem sempre conseguem localizar seu novo número de telefone, e acabam desistindo da procura.

MEDO DO DESEMPREGO

Segundo pesquisa com 643 executivos de vários cargos e em empresas de todos os portes para saber qual era o maior medo dos profissionais brasileiros de média e alta gerência:

70,7% estavam colocando como centro de suas preocupações a vida profissional (mais do que a vida pessoal e familiar).

39,5% dos executivos afirmaram temer, mais do que tudo, não ter um emprego.

42,3% dos gerentes

30,3% diretores e vice presidentes

34,7% chefes e supervisores

35,5% Técnicos especializados

Em uma outra pesquisa junto a 1.356 executivos do Brasil inteiro:

33% deles responderam que já sofreram demissão.

Ou seja, a demissão é comum na carreira do executivo.

O QUE NÃO FAZER

Seja qual for o seu nível de desânimo com a perda do emprego, a primeira coisa que você não deve fazer é descuidar da aparência.

Encontrar um novo emprego requer atitude e intensidade especiais.

Renove seu guarda-roupa. Além de manter você elegante e bem apresentado para os contatos que virão, ajuda no amor-próprio e na auto-confiança. Vista-se bem. Pelos outros e por você mesmo.

Circule, relacione-se, mostre-se, permaneça em exposição. Até porque muita gente pode estar querendo saber de você, e circulando, você pode tropeçar numa oferta de trabalho.

MEXA-SE!

1. Cultive os seus contatos.
2. Faça networking intensamente.
3. Ligue para amigos, visite empresas a que você tenha acesso, participe de atividades sociais, permaneça na lembrança das pessoas.
4. Marketing pessoal é indispensável para quem quer continuar no mercado de trabalho.
Atualize seu currículo com objetividade, brevidade e clareza.
5. Mande para todas as pessoas em empresas que possam ter interesse no seu perfil profissional e na sua colaboração.
6. E mande também para as empresas de recrutamento, que podem intermediar boas oportunidades para você.
Verifique as suas referências.
7. Converse com as pessoas que você pensa indicar para dar informações sobre você e peça licença para incluí-las na lista.

CUIDADO!

Tem empresas de recrutamento no mercado que cobram (e caro) do candidato para participarem do processo seletivo.

DICAS DE ENTREVISTAS

1. Chegue sempre no horário marcado e sabendo com quem vai falar.
2. Esteja com a aparência impecável, use roupas clássicas e discretas e exclua o jeans ou tênis. Prefira roupas sóbrias e de cores neutras. As mãos e cabelos também devem estar bem cuidados.
3. O seu primeiro contato com o entrevistador deve ser calmo e tranqüilo. Lembre-se que um rosto alegre ou um sorriso transmitindo entusiasmo é um recurso que sempre facilita a aproximação.
4. Memorize o nome do entrevistador ou dos entrevistadores. Procure chamá-los pelo nome, sempre que possível.
5. Demonstre confiança, fale com clareza, naturalidade e espontaneidade. Tenha cuidado com a gramática, uso de gírias e vícios de linguagem.
6. Além de estar apto a esclarecer pontos de sua vida profissional, você tem que mostrar que está bem informado sobre assuntos relacionados com a empresa que quer trabalhar.

DICAS DE ENTREVISTAS

7. Esteja preparado para responder sobre sua pretensão salarial, disponibilidade para viagens e limitações de horário.
8. Em hipótese alguma fale mal de antigos chefes e empresas.
9. Evite assuntos polêmicos como política, futebol e religião.
10. Sempre que possível evite respostas como “sim” ou “não” e desenvolva um raciocínio completo tornando as respostas mais interessantes.
11. Não fume durante a entrevista.
12. Desligue o pager ou celular.

CUIDADOS NA HORA DA ENTREVISTA

Inverdades

Mentiras e inverdades têm pernas curtas. Não minta no currículo e na entrevista. Trabalhe somente com experiências e competências reais.

Não estar dentro do perfil da vaga

Tenha certeza de que aquela vaga se encaixa com o seu perfil profissional antes de enviar o seu currículo ou marcar uma entrevista.

O essencial é ter conhecimento desta área e dominar tecnicamente a função que irá desempenhar.

CUIDADOS NA HORA DA ENTREVISTA

Falta de iniciativa

"Aqui cabe um exemplo de frase, mais uma vez: Acho que consigo fazer isso, mas só vou ter certeza depois do meu dia-a-dia de trabalho."

Desmotivação

"O entrevistador percebe a motivação do candidato pelo interesse que ele tem pela empresa e pela vaga que vai ocupar. Pergunte."

Um fraco aperto de mão

"Não há atitude que demonstre mais medo e falta de decisão do que um aperto de mão fraco. Aperte a mão do seu entrevistador com firmeza e segurança."

Interesse na remuneração

Se você foi procurado por uma empresa que sabe o valor da sua última remuneração, existem 99% de chances de o salário oferecido ser compatível com seu último salário.

CUIDADOS NA HORA DA ENTREVISTA

Gírias

"A entrevista de emprego deve ser encarada como uma conversa formal. Não use gírias."

Erros de Português

"Errar na hora de escrever ou de falar no nosso idioma tira pontos de qualquer profissional concorrente à qualquer vaga, em qualquer empresa."

Imprecisão

"Ah, eu acho que..." e "Ah, não sei..." são frases típicas de quem não tem muita certeza das coisas. É melhor evitá-las durante a entrevista de emprego. A resposta não sei só é perdoável se a pergunta for muito abrangente."

Todo cuidado é válido!

VOCÊ É COMPRADO CONFORME SE APRESENTA?

Todas as empresas adotam comportamentos e trajes de acordo com a sua cultura interna.

Muitas vezes, estas regras são implícitas e, dependendo do nível hierárquico, ficam a cargo do bom-senso do próprio funcionário. A seguir algumas orientações para diminuir suas dúvidas sobre o assunto:

No vestuário masculino empresarial:

O sapato deve ter a mesma cor do cinto e da meia.

A gravata é a parte mais divertida e versátil do traje masculino. Com ela, o homem pode passar um pouco da sua personalidade e do seu estilo. Mas se você não for um expert em moda, escolha gravatas mais clássicas para não derrapar nas curvas da elegância. Gravatas cômicas NEM PENSAR!

Aqui vão algumas combinações básicas:

Terno preto + sapato preto + cinto preto + meia preta + camisa branca, azul, rosa, marfim, gelo, cinza escuro ou bege queimado + gravata regimental ou de bolinhas com fundo preto.

Terno azul marinho + sapato preto + cinto preto + meia preta + camisa branca + gravata com fundo azul marinho com desenho amarelo ou vinho.

Terno grafite + sapato preto + cinto preto + meia preta + camisa branca ou gelo + gravata com fundo vinho ou grafite com listras ou estampas.

Terno marrom, cáqui ou bege + sapato marrom + cinto marrom + meia marrom + camisa marfim ou azul + gravata em tons de marrom ou amarelo.

Aqui vão algumas combinações básicas:

Para as mulheres:

Vestido modelo "tubinho" em tons de bege (desde o marfim até o crocante ou bege queimado) + blazer da mesma cor e tecido + saia (comprimento discreto próximo ao joelho).

Vestido tubinho preto + blazer preto + saia preta.
Sapato tipo escarpin com salto médio, nas cores preta e bege.
Bolsa clássica média preta e outra marfim (esqueça as do tipo "mochila").

Meia fina cor da pele.

Homens e mulheres podem valorizar a sua aparência

Para as mulheres maquiagem, corte de cabelo, tintura, roupas e acessórios devem se ter o mesmo estilo, combinando com a sua personalidade, seja ela clássica, esportiva, moderna ou exuberante. Valorize seus pontos fortes.

Os homens devem fazer o mesmo.
Realçar os que são fortes e esconder ou disfarçar os fracos.

Procure comprar roupas de cores básicas.

É importante investir em si mesmo para levantar o seu astral.

Boa sorte!

Aqui vão algumas combinações básicas:

Para entrevistas de emprego, a discrição é a palavra de ordem, e a sobriedade destaca o candidato.

Colha o máximo de informações sobre a empresa onde estiver pleiteando uma vaga e se prepare muito bem.

COMO DEVE SER O CURRÍCULO DE ESTAGIÁRIO E TRAINEE

Mesmo estando em início de carreira, o estudante e o profissional recém-formado devem ter os mesmos cuidados de um profissional ao elaborar o seu currículo.

Utilize palavras que se identifiquem às habilidades que você aprendeu ou utilizou na universidade ou no trabalho, e destaque cada conquista obtida até o momento.

COMO DEVE SER O CURRÍCULO

Inicie o documento com seus Dados Pessoais e Dados de Contato (endereço, telefone e e-mail). Em seguida, mencione o seu objetivo profissional, deixando clara a área de atuação de seu interesse.

COMO DEVE SER O CURRÍCULO

Os próximos itens são Formação Acadêmica.

Em seguida, Formação Extra Curricular.

Experiência Profissional.

Caso nunca tenha trabalhado, valorize o currículo incluindo atividades não-remuneradas, estágios, projetos especiais, pesquisas e trabalhos voluntários.

Use a ordem cronológica invertida, da mais recente à mais antiga informação.