



# Orientação Profissional



- Apresentação
- Autoconhecimento
- Currículo e LinkedIn
- Networking
  - Redes Sociais
  - Comunidades
  - Eventos
- Trilha de Estudos
- portfólio
- Inglês
- Perfil/Cultura da Empresa
- Entrevista -> Online e presencial
- Negociar salário
- Elevator Pitch
- Fase de testes técnicos
- Vida de Freelancer
- Referências LinkedIn
- Tarefas



Silvia Coelho

Mestra em Eng. Elétrica  
Fundadora do  
{elas} programam\_  
Prof<sup>a</sup> da {reprograma}  
Ex-aluna Turma 4  
Mentora de Carreira  
Palestrante  
Paraense  
Mãe de dois

# { Autoconhecimento }



“Quem conhece os outros é inteligente.  
Quem conhece a si mesmo é iluminada.  
Quem vence os outros é forte.  
Quem vence a si mesmo é invencível.”

Lao Tsé

Estude, pesquise e descubra o que é autoconhecimento, como praticar e a importância para sua vida pessoal e profissional

Para saber tomar decisões positivas em sua vida, você precisa conhecer a si mesma

Se autoconhecer não é tarefa fácil,  
demanda aprendizado constante e pode  
ser demorado

A melhor maneira de praticar e  
conquistar autoconhecimento é fazendo  
perguntas a si mesma

- O que me motiva
- Quais meus medos
- Fraquezas
- Forças
- O que gosto
- O que não gosto
- Onde quero chegar
- Quem eu sou e qual o meu diferencial



{ Respeite sua história }



nunca compare seu início com o fim de ninguém

(Monique Evelle)

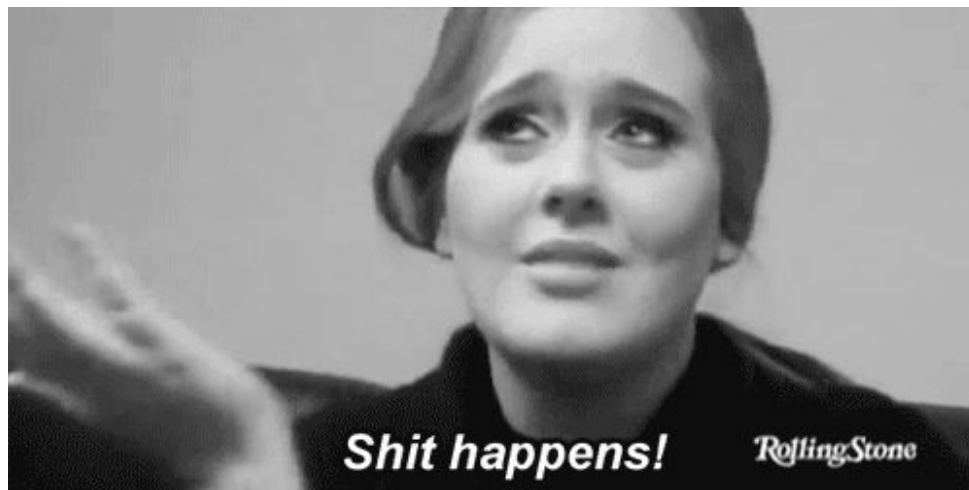
mulheres precisam trabalhar o dobro para provar o mesmo

“feito é melhor do que perfeito”

Sheryl Sandberg

cuidado com o perfeccionismo

não tenha medo de errar  
erre muito, erre rápido



seja gentil com você mesma

tudo certo?

(e nada resolvido)

“É preciso acreditar no que está fazendo, piamente, ter um objetivo claro e absolutamente NADA vai tirar você do trilho. Nem seu medo.”

Thálassa Coutinho

se você não  
acreditar em você,  
quem vai?





Power Posing:  
Gain Power through  
Body Language

Amy Cuddy  
Harvard Business  
School



Poder da Postura



# { CURRÍCULO }



uso correto da língua (Segue CV anexado ao email)

formato .pdf

sem informação mentirosa

palavras-chave

até 10 anos de experiência = máximo 2 páginas  
+ 10 anos de experiência = máximo 3 páginas

- dados pessoais (só precisa de nome, bairro ou região, formas de contato -> email, celular, linkedIn, github)
- objetivo claro - o que eu quero
- resumo de qualificações - um pouco sobre mim
- experiência profissional – da mais recente para a mais antiga (no que já trabalhei)
- formação acadêmica (o que já estudei)
- idiomas - se souber algum, além de português
- cursos

PLUS

outras habilidades e conhecimentos

trabalho voluntário

participação em eventos, palestras, artigos, etc

interesses e *hobbies*

# Conte histórias!

- Você pode falar de suas experiências em tópicos, mas também pode falar as mesmas coisas em forma de história.
- Em tópicos - você é só mais um CV
- Contando histórias - você se destaca

Foque na vaga que deseja conquistar!!

## Erros mais comuns:

não anexar o CV no e-mail

ortografia

enviar em formato .doc

colocar TODA a vida profissional

**não responder e-mail ou telefone**



## Exemplos

[CVs turma 6](#)

[CV da Bruna](#)

Mais dicas:

<https://github.com/reprograma/on3-carreira>

**Você sabia que os  
homens se candidatam  
a uma vaga quando  
cumprem apenas 60%  
dos requisitos e  
mulheres quando  
cumprem 100%?**

**elas (programam)**

Corajosas sim, perfeitas não



Reshma Saujani at TED2018

**Teach girls bravery, not perfection**

{ LINKEDIN }



uma rede social profissional

o ideal é que não seja uma cópia do CV

deve ser mais informal que o CV mas mantendo o profissionalismo

criar e manter uma rede de contatos (networking)...profissional

nada de erros de português

sem informação mentirosa

cuidado com o que você posta, quem você segue, curte e compartilha

não seja no ONLINE o que você não é no OFFLINE

foto do perfil (profissional...nada de selfies)

título profissional - muita calma nessa hora  
palavras-chave

contato (email, site, outras rede sociais)

URL personalizada (para criar a sua, basta acessar a plataforma, navegar para visualizar o seu perfil e na sequência clicar em “Editar perfil público e URL”)

- resumo de qualificações
- experiência profissional – da mais recente para a mais antiga
- formação acadêmica
- idiomas - se souber algum, além de português
- cursos
- trabalhos voluntários



## tome cuidado

- com o que fala (online também)
- com falta de empatia
- com ingratidão

... o mercado é feito de pessoas

# { NETWORKING }



"Pesquisas apontam que indicações  
são responsáveis por 60% das  
contratações nas empresas"

- Como fazer o tal networking?
  - Deve ser constante
  - Pense em pessoas não em posições
  - Aproveite todas as oportunidades
  - Torne-se referência em alguma área ou por obter um certo conhecimento -> Seja autoridade
  - Amplie sua rede de contatos

- Como ampliar sua rede de contatos?

Esteja em lugares onde há possibilidade de conhecer diferentes tipos de pessoas:

- Redes sociais
- Palestras
- Eventos
- Grupos, associações, clubes
- Trabalhos voluntários
- Aplicativos

use a criatividade e a tecnologia

- Como começar sua rede de contatos?
  - Revise sua lista de contatos e acione quem pode te ajudar nessa jornada
  - Nas redes sociais, conecte-se com quem tem os mesmos interesses
  - Precisa estar disposta a se apresentar e mostrar quem você é.

# { REDES SOCIAIS }



- Estratégia de Posicionamento: quem segue, conteúdos, postagens, curtidas, compartilhamentos
- LinkedIn, Instagram, Facebook, Twitter, Slack, Discord, Telegram, Whatsapp
- Gestão da sua Marca Pessoal: como você se mostra para o mercado, para o mundo. Pelo que você quer ser lembrada? Pelo que você quer ser reconhecida? Pelo que você quer ser lembrada e procurada?



- Especialmente no LinkedIn
  - Revise sua lista de contatos e acione quem pode te ajudar nessa jornada
  - Adicione/Siga Tech Recruiters e pessoas referências na sua área/empresa de interesse.
  - Sempre envie uma mensagem educada e direta ao ponto, se apresentando, quem fez a ponte e motivo para a conexão (Dicas da Dani Junco)
  - Nada de apenas oi, bom dia-> cumprimente e vá direto ao assunto

# { COMUNIDADES }



- Por que fazer parte de uma comunidade de TI
  - Estar junto e se conectar com as pessoas nos fortalece
  - Criar novos laços, novas amizades -> networking
  - Ficar por dentro das tendências, do que está acontecendo.
  - Descobrir que suas dores quase todo mundo passa e isso deixa de ser um problema só seu.
  - Você passa a entender que o problema é estrutural

- Algumas comunidades de mulheres
  - Elas Programam
  - She's Tech
  - Mulheres de Produto
  - Womakerscode
  - PyLadies
  - Compiladoras de Cafeína
  - UX para Minas Pretas
  - B2Manas
  - Garotas no Poder

- Para finalizar esse tópico do networking
  - Ninguém chega lá sozinha
  - Quem não é vista não é lembrada
  - Ter uma boa rede de contatos é tão importante quanto um bom currículo
  - Devolva para as comunidades
  - Exercite a gratidão sempre

# { TRILHA DE ESTUDOS }

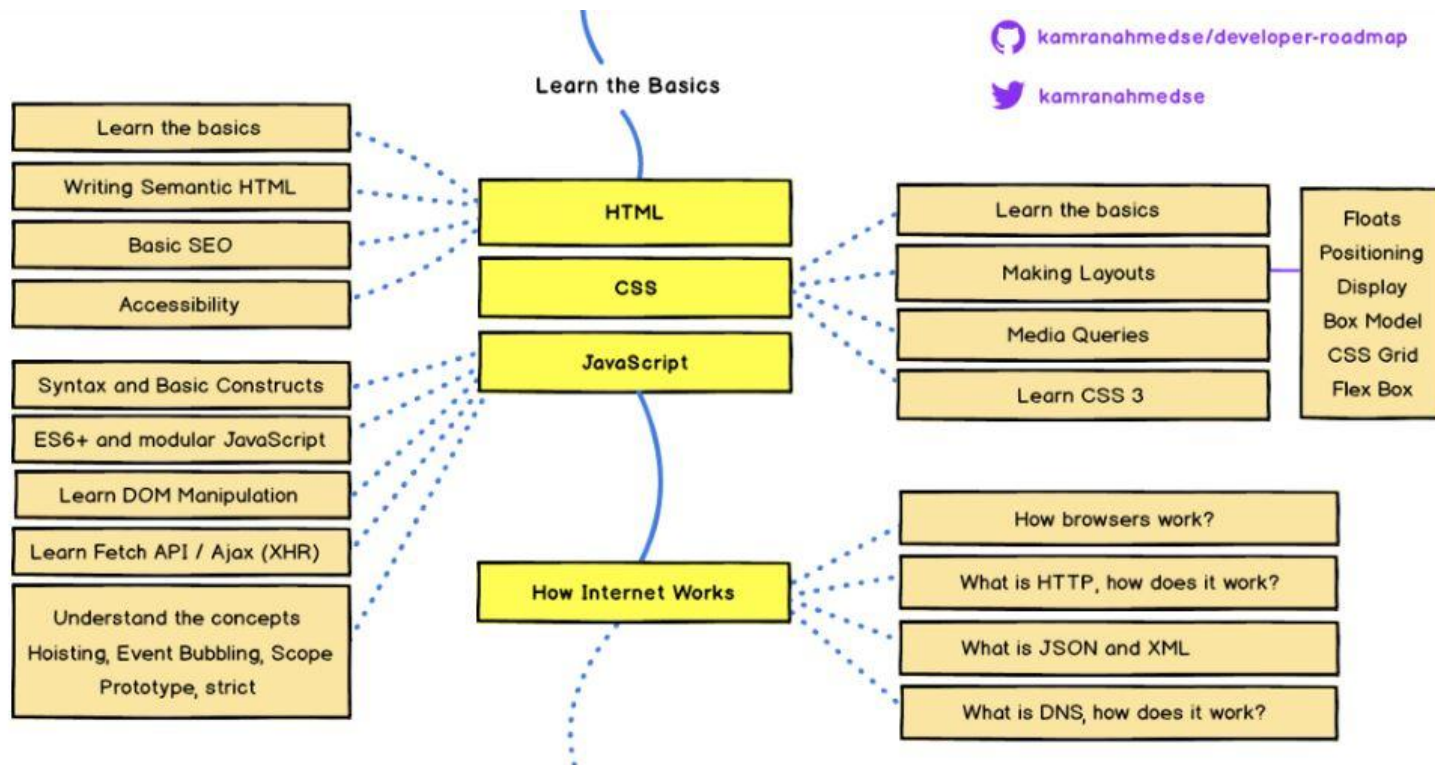


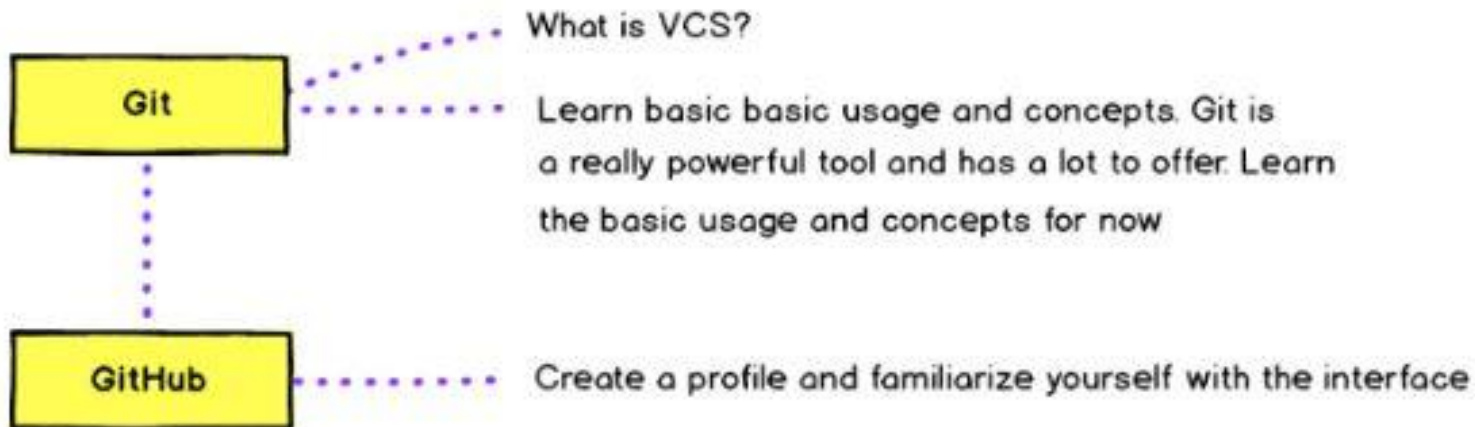
- Não vá sozinha. Busque mentoria técnica, grupos de estudos, etc
- Crie um mapa de estudos para aprender e aprimorar seus conhecimentos
- [Documento criado para auxiliar na Trilha para Front-End](#)
- [Mapa de Estudos Desenvolvimento Front End](#)

## Fase 1: Aprenda o Básico

- HTML
- CSS
- LÓGICA DE PROGRAMAÇÃO C/ JAVASCRIPT
- Domine o Git
- Construa seu portfólio no GitHub



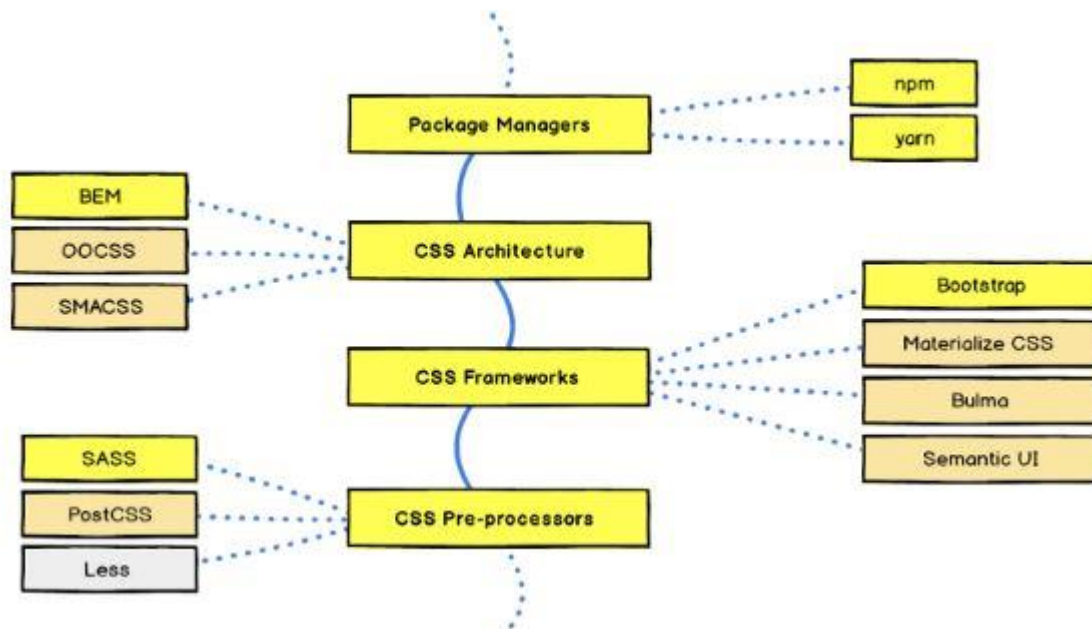




## Fase 2: Aprimorando o CSS

- BOOTSTRAP
- SASS
- LESS
- BEM

## Fase 2: Aprimorando o CSS



## Fase 3: Consumir dados de API

- O que é API e como funciona

<https://blog.mastertech.com.br/tecnologia/o-que-e-api-e-para-que-serve-dentro-da-programacao/>

- Aprenda como criar e consumir API

## Fase 4: Aprenda um framework

- React
- Angular
- VUE.js

## Fase 5: Testes Automatizados

- Objetivos, testes manuais, testes automatizados
- Aprenda a escrever testes automatizados -> diferencial

# { Portfólio }





## O que é um portfólio?

- É a ferramenta principal de divulgação dos seus trabalhos profissionais
- Não é a mesma coisa que currículo
- É possível criar e divulgar em diversas plataformas: GitHub e GitLab, Behance, WordPress, páginas pessoais e afins
- É a forma de comprovar experiência na área
- Se você está iniciando e não tem projetos reais para alimentar seu portfólio, crie projetos fictícios e deixe isso claro na descrição dos trabalhos

## Monte um portfolio

- Coloque seus projetos no GitHub desde os primeiros exercícios
- Capriche no README do GitHub
  - O que é um README
- Faça trabalhos voluntários para criação/manutenção de sites de ONG's
- Buscar freelas, trabalhos em agências fazendo landing pages e e-mail marketing
- Aplique seu conhecimento -> mão na massa

## Referências

- [Ideias para projetos](#)
- [Como fazer um bom README](#)
- [Artigo dev.to Elas Programam](#)
- [Plataformas para fazer seu portfólio](#)
- [Desafios Front End](#)

# { ESTUDE INGLÊS }



## Faça as pazes com o inglês para alavancar sua carreira

- O aprendizado e o conhecimento da língua inglesa são indispensáveis para quem deseja seguir carreira profissional em qualquer área, principalmente em tecnologia.
- Quem possui um bom entendimento desse idioma, pelo menos leitura e compreensão, será capaz de disputar mais vagas de emprego, que são oferecidas pelas empresas nacionais e internacionais.
- A sintaxe e documentação de muitas linguagens é totalmente em inglês

- Minhas indicações

- [Mario Vergara](#)
- [Cambly](#)
- <https://english7levels.com/>
- <https://pt.youglish.com/>
- <https://www.speakinlevels.com/>
- <https://www.newsinlevels.com/>
- [Duolingo](#)
- [Memrise](#)
- [Lingualeo](#)

- Aprenda inglês e programação ao mesmo tempo
  - [freeCodeCamp](#)
  - [Grasshopper](#)
  - [Solo Learn](#)
  - [CS50's Introduction to Computer Science](#)
  - [Codecademy](#)
  - [BitDegree Learn](#)
  - [Khan Academy](#)
  - [Codewars](#)
  - [Dash General Assembly](#)
  - [Code Conquest](#)
  - [Code.org](#) (lúdico)

# { PERFIL/CULTURA DA EMPRESA }





## tenha claro

- suas prioridades
- o que tolera e, principalmente, o que NÃO tolera
- seu objetivo profissional (e de vida)
- suas fraquezas e fortalezas

## se conheça e se adapte

- como você gostaria de ser percebida/tratada
- como é a pessoa e/ou empresa com quem está lidando
- como o que você gostaria de mostrar se adequa à empresa

startup  
multinacional  
familiar  
ong  
careta  
moderninha

parecidas, nunca iguais

como é a empresa?  
e trabalhar lá?  
e as pessoas?

como saber?



# { ENTREVISTA }



quem você é (profissional e pessoalmente)

o que já fez

o que faz de melhor

o que te diferencia

como lida com crises ou fracassos

casos de sucesso profissional

como você vê a empresa

o que pode fazer para contribuir

} pesquisa

quais são seus sonhos e planos, o que te move





chegando na entrevista:

dê uns *alô*

faz cara de gente boa , sorria  
(finja um pouquinho, não custa)

fique esperta ao que rola ao redor

guarda o celular

quando for cumprimentar alguém,  
levante-se por favor e se faça de phyna



outras dicas (faça pelo amor de deus):

chegue cedo

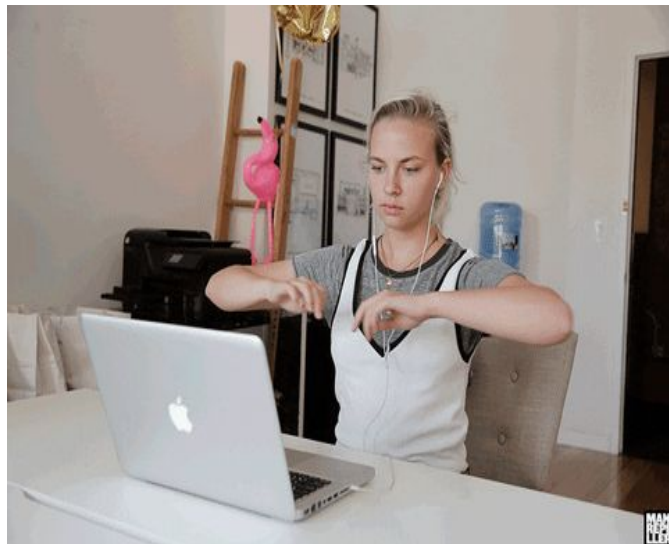
aperto de mão firme, nem muito forte nem muito fraco.

cuide bem do seu hálito

olhe nos olhos. Não desvie o olhar

responda às perguntas com entusiasmo

- Teste a parte técnica com antecedência
- Vista-se adequadamente
- Atenção à postura e linguagem corporal
- Planeje o melhor cenário
- Tenha um bom enquadramento
- Desligue outros programas
- Evite distrações
- Papel, caneta e copo d'água



na entrevista você precisa:

saber sobre a empresa

saber sobre o(a) entrevistador(a)

fazer perguntas

conhecer seus limites para negociar, inclusive salário  
(mulheres pedem 22% menos que homens)

nada é pessoal

você pode ou não casar com os interesses daquele  
negócio naquele momento

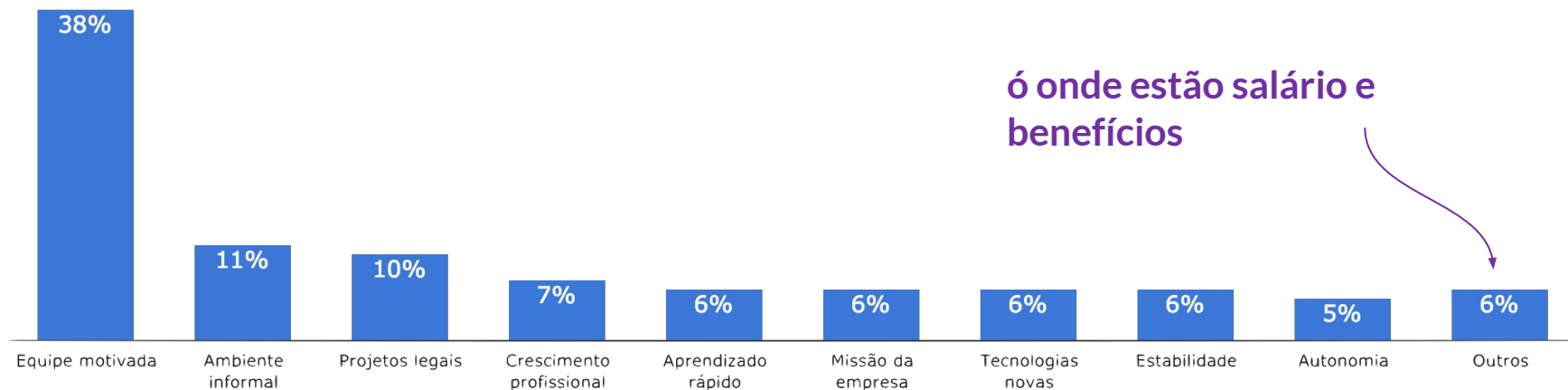
lembre-se

é ok recusar uma vaga

você deve exigir um processo justo e transparente

dinheiro **não deve** ser o principal fator de decisão

## o que é mais importante num emprego?



fonte: Revelo

you can – and should – have control of your career

you are already powerful

#vamosjuntas



# { ELEVATOR PITCH }



- Se você encontrasse uma pessoa investidora em um elevador e tivesse um minuto ou menos para despertar seu interesse, estaria pronta para esse desafio?
- Essa situação ajuda a pensar em uma forma rápida e direta de apresentar o valor e o diferencial de sua empresa. No mundo das startups e dos investidores, o termo em inglês para isso é o elevator pitch.

- Um pitch é uma apresentação rápida de uma ideia ou oportunidade de negócio.
- Uma apresentação sucinta e efetiva com intenção de transmitir uma mensagem complexa e conquistar outras pessoas.

<https://outboundmarketing.com.br/elevator-pitch/>

- O que falar sobre você na entrevista de emprego? O que a empresa quer saber?
- Perfil: qualidades, seus pontos de desenvolvimento, suas limitações e percepções, do que você é capaz
- Cultura: seus valores estão alinhados com os valores da empresa
- Demonstrar preparo e autoconhecimento: resposta objetiva e focada no aspecto profissional

<https://g1.globo.com/economia/concursos-e-emprego/noticia/2019/12/04/fale-sobre-voce-pode-ser-o-bicho-papao-nas-entrevistas-de-emprego-veja-dicas.ghtml>

<https://www.vagas.com.br/profissoes/dicas/o-que-falar-sobre-voce-na-entrevista-de-emprego/>

<https://folhadirigida.com.br/blog/entrevista-online-emprego/>

{ O QUE VEM POR AÍ }





MAV  
MARVEL

## Esteja sempre preparada

- Área em constante mudança -> atualizar sempre
- Você não precisa saber tudo -> continue aprendendo
- O que você quer? Onde quer trabalhar?
- Estude o mercado de trabalho -> empresas e linguagens utilizadas
- CV e LinkedIn sempre prontos para enviar imediatamente

## E quando acabar a Reprograma?

- Seguir uma trilha de estudos
- Construir um portfólio
- Criar musculatura para a fase dos testes técnicos
- Vida de Freelancer



# { TESTES TÉCNICOS }



## O que é?

O processo seletivo de algumas empresas tem a fase do teste técnico

- um desafio de programação na linguagem específica, para fazer em casa e dão prazo de X dias
- sistemas online onde você tem Y minutos para responder algumas perguntas técnicas

## Mais exemplos

- paired programming: você fica um determinado tempo com desenvolvedor(a) da empresa e tentam resolver problemas juntos
- whiteboard interview: prova presencial de lógica/algoritmo (programando no PC ou numa lousa) com um tempo pra resolver e o pessoal fica olhando se você usa as estruturas de dados certas, os melhores algoritmos, você ilustra seu raciocínio e explica enquanto faz

## Onde treinar

- Livro Cracking the coding interview
- <https://github.com/felipefialho/frontend-challenges>
- <https://www.hackerrank.com>
- [Ideias de projetos](#)
- [URI Online Judge](#)
- <https://osprogramadores.com/desafios/>

{ FREELAS }



## Vida de Freelancer

- Trabalhar por conta própria, autônoma, sem vínculo empregatício, sem horário fixo, sem “chefia”
- Horário flexível não significa tempo livre
- Se não trabalhar, não tem salário
- Sugiro unir com uma UX Designer e partir para desenvolver sites simples para microempreendedoras

## O que não pode faltar

- Contrato
- Cláusulas de recebimento e checkpoints
  - Sugestão: 20% início, 30% metade do projeto entregue, 50% projeto entregue
- Cronograma detalhado
- Modelo de Proposta

## Proposta

- Aprenda a calcular seu valor hora
- Briefing -> o que o cliente quer
- Fazer perguntas é importante, pois quanto mais você entende o briefing melhor você desenvolve.

Mas quais perguntas?



## Perguntas

- Tem data pra ir pro ar?
- O design já está pronto?
- Servidor/domínio?
- Conteúdo já pronto?
- Imagens?

## Estrutura da Proposta

- Descrição do escopo
- Prazo de desenvolvimento
- Custo
- Observações
- Validade da proposta

Referência: Carla de Bona e Adelle Araújo

## Links de interesse

- [Vida de Freelancer: Por onde começar](#)
- [O lado B da vida de freelancer](#)
- [6 dicas para começar a vida de freelancer](#)

## Links de interesse

- Vídeo [Vida de Freelancer](#)
- Site de Freelas
  - [99Freelas](#)
  - [Crowd](#)
  - [Workana](#)
- [Calculadora Valor Hora de Freela](#)
- [Gerar contratos](#)

# { REFERÊNCIAS }



## Conteúdo sobre Carreira/CV/Linkedin

- [Carolina Martins](#) Especialista em Recolocação pelo LinkedIn
- [Eduardo Felix](#) Especialista em Recursos Humanos e Carreiras

## Perfis de LinkedIn de quem fez transição de carreira

- [Marina Azevedo](#) Arquiteta e Mobile Software Engineer
- [Josiane Santiago](#) Fisioterapeuta e Software Engineer
- [Caroline Guimarães](#) Bacharel em Comunicação, User Interface Designer e Front-End Developer

## Sites com Trilhas de Estudos

- [Calma, senhora](#) Ajudando novas pessoas desenvolvedoras com um roteiro de estudo baseado em um bootcamp estruturado
- [Devas](#) Seu primeiro e único guia de estudos em programação web para iniciantes
- [Guia Dev da reprograma](#) curadoria em português sobre três tópicos que serão muito importantes para você começar a criar sites: HTML, CSS e Javascript
- [Formação Iniciante em Programação da Alura](#)  
O caminho das pedras para entrar no universo da programação e começar com a criação de sites utilizando as linguagens populares CSS, HTML e JavaScript

## Cursos gratuitos

- [Lógica de Programação](#)
- [HTML e CSS na prática](#)
- [Curso completo de Javascript](#)
- [Coursera: Introdução ao teste de software](#)
- Javascript Udacity
  - [Introdução a JavaScript](#)
  - [JavaScript Orientado a Objetos](#)
  - [ES6 - JavaScript aprimorado](#)



# { TAREFAS }



- Construir seu CV
- Carta para si mesma: <https://www.futureme.org/>

## Seu Currículo

- Data de entrega - 04/12/2020 (sexta-feira): conta como presença
- Orientações, template, esse material em pdf:  
[Repositório da aula](#)
- Através de pull request no repositório: criar uma branch, pasta com seu nome para adicionar o exercício
- Aula de revisão/dúvidas: 02/12/2020 (quarta-feira)  
20 às 22h



