

# Orientação Profissional



- Apresentação
- Autoconhecimento
- Currículo
- LinkedIn
- Perfil/Cultura da Empresa
- Entrevista
- Elevator Pitch
- Redes Sociais
- Trilha de Estudos
- Exercícios



Silvia Coelho

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

{ Respeite sua história }



nunca compare seu início com o fim de ninguém

(Monique Evelle)

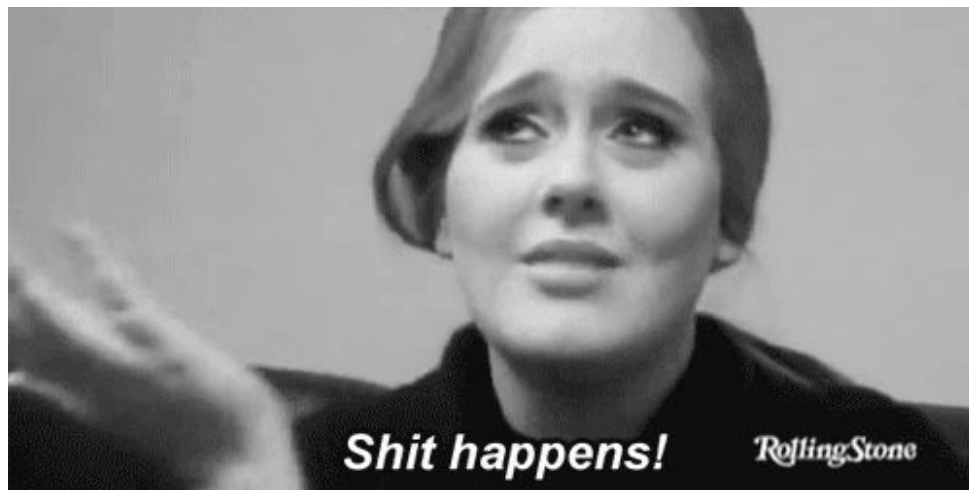
mulheres precisam trabalhar o dobro para provar o mesmo

“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)

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

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](#)

{ 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

# { 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



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)

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

nada é pessoal

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

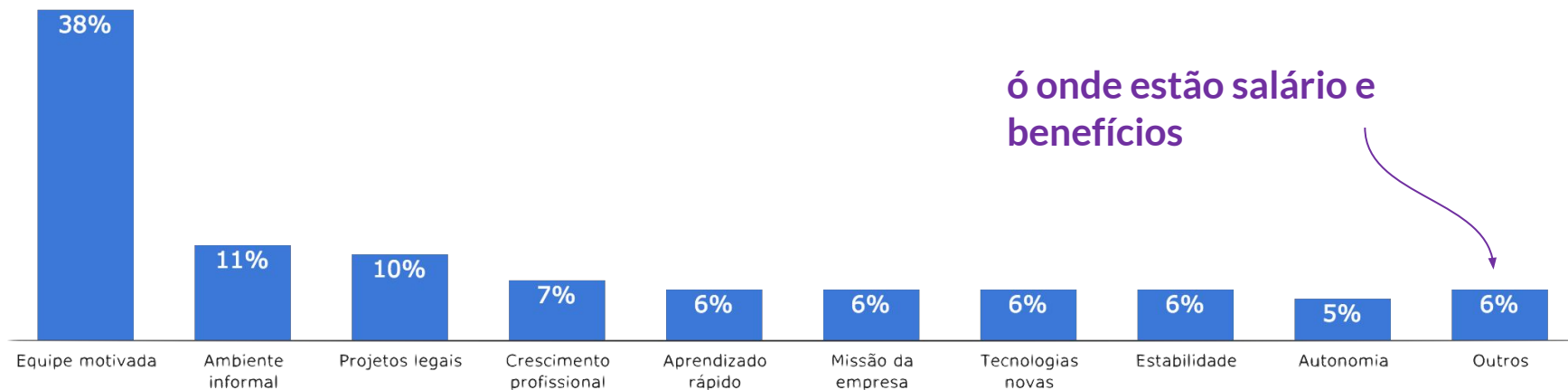
lembre-se

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-d-e-emprego-veja-dicas.ghtml>

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

# { REDES SOCIAIS }



- Estratégia de Posicionamento: quem segue, conteúdos, postagens, curtidas, compartilhamentos
- LinkedIn, Instagram, Facebook, Twitter, grupos de whatsapp, telegram
- Gestão da sua Marca Pessoal (Personal Branding): promessa 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?

# { TRILHA DE ESTUDOS }





## Próximos Passos

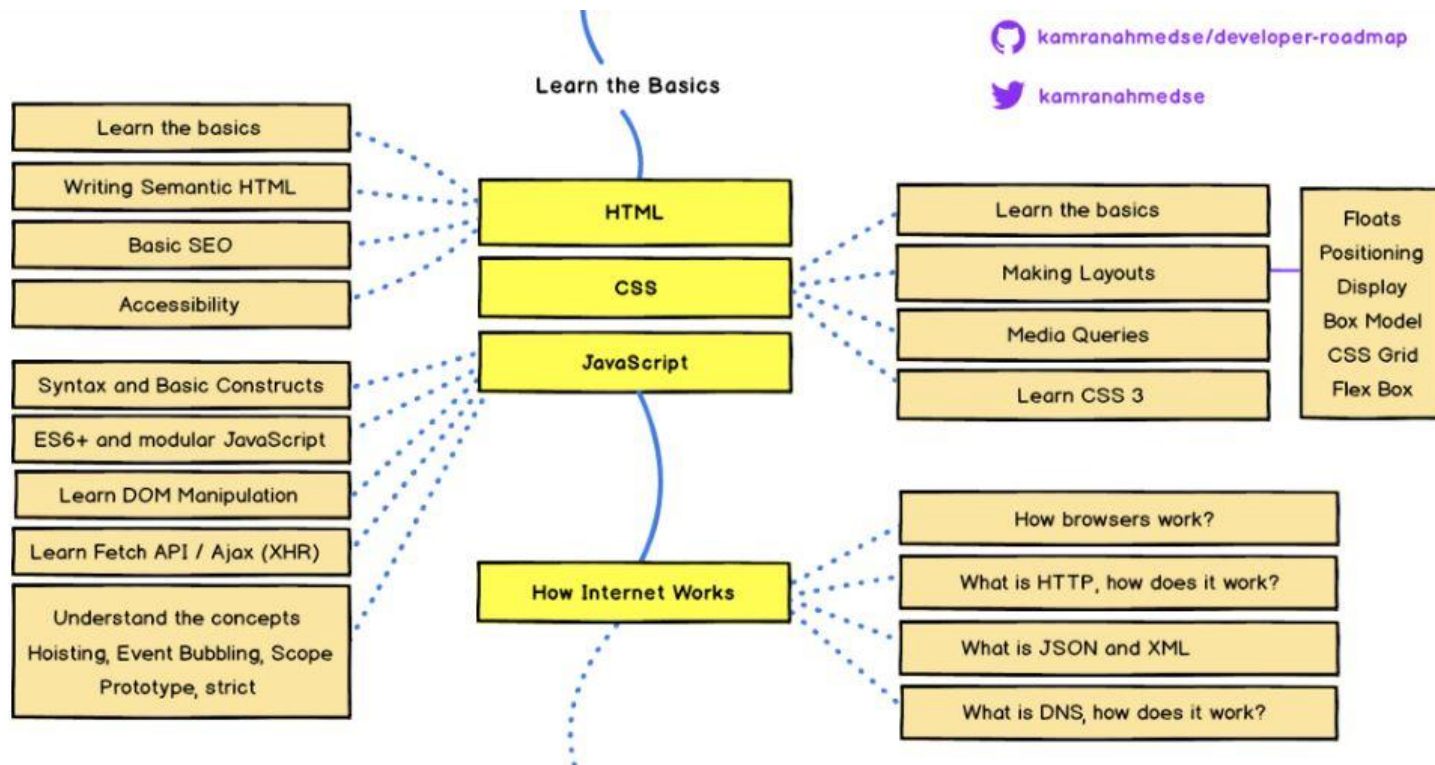
- Área em constante mudança -> atualizar sempre
- Você não precisa saber tudo -> continue aprendendo
- O que você quer? Onde quer trabalhar?
- Estude o mercado de trabalho -> empresas e linguagens utilizadas
- Traçar um plano de estudo: força, foco e fé

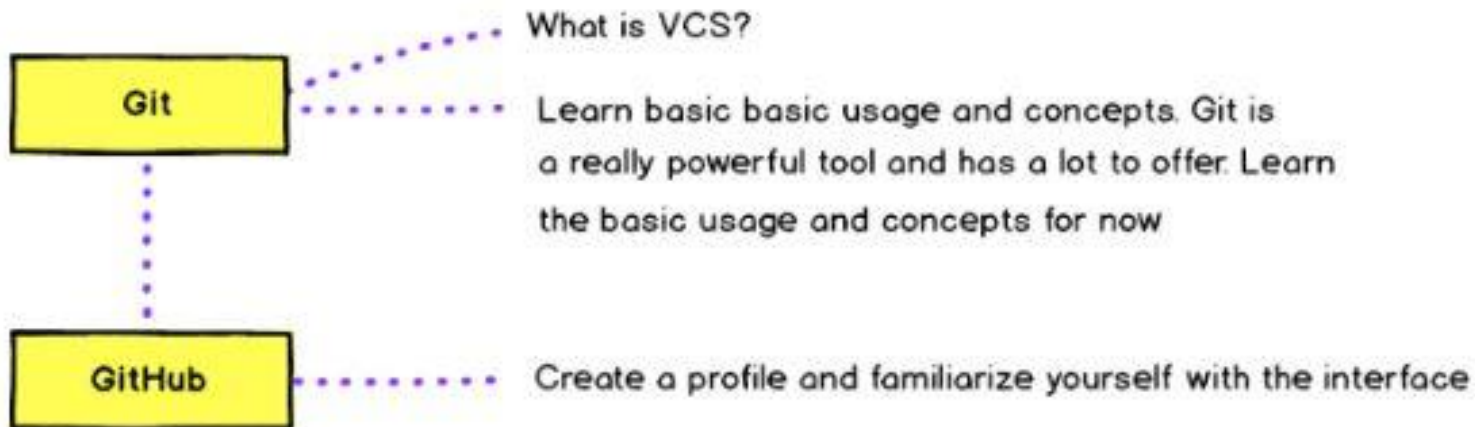
## Trilha

- Não vá sozinha. Tenha mentoras -> mentoria técnica
- Crie um mapa de estudos para aprender e aprimorar seus conhecimentos
- [Mapa de Estudos Desenvolvimento Front End](#)

## Fase 1: Aprenda o Básico

- HTML
- CSS
- LÓGICA DE PROGRAMAÇÃO C/ JAVASCRIPT
- Como a Internet funciona
- Domine o Git

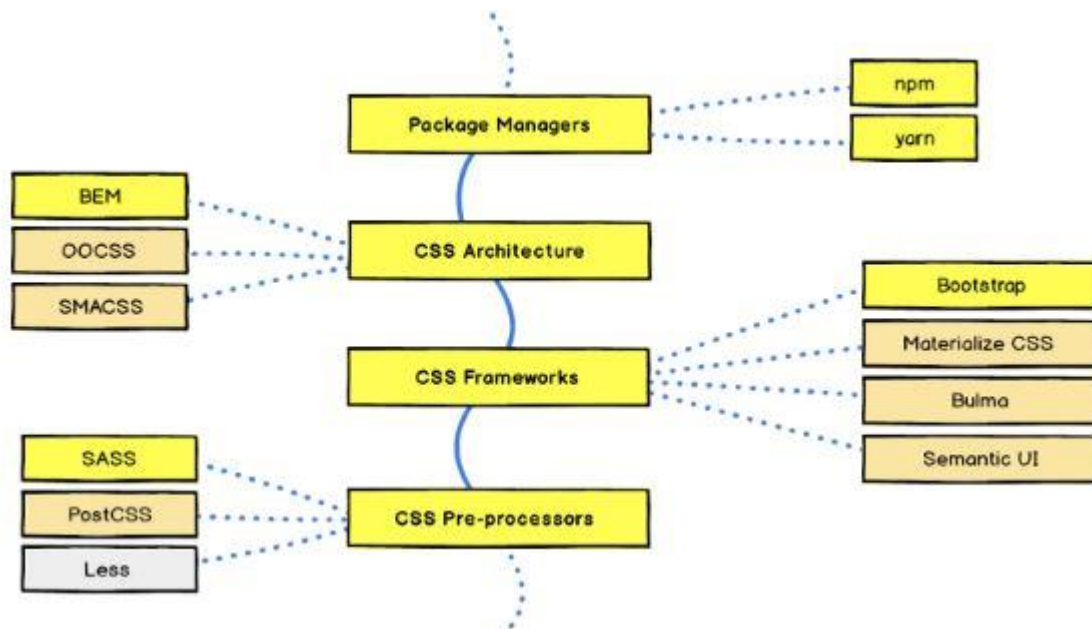




## Fase 2: Aprimorando o CSS

- 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

- Aprenda a escrever testes automatizados -> diferencial

## Monte um portfolio

- Coloque seus projetos no GitHub desde os primeiros exercícios
- 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

# { EXERCÍCIOS }



## Exercícios para casa:

- Construir seu CV
- Perfil do LinkedIn
- Preparar um elevator pitch de 1 minuto

## Seu Currículo

- Data de entrega - 13/12/2019 (sexta-feira): conta como presença
- Orientações, template, material:  
<https://github.com/reprograma/On2-carreira>
- Através de pull request no repositório: criar uma branch, pasta com seu nome para adicionar o exercício
- Aula de revisão/dúvidas: 12/12/2019 (quinta-feira)



