

Módulo 01: Construindo sua Identidade Profissional

Descobrimos potencialidades e definindo seu caminho profissional

1. Fundamentos da Identidade Profissional

1.1 Conceitos Fundamentais

A identidade profissional é a percepção que temos de nós mesmos no contexto do trabalho. Ela engloba nossas competências, valores, interesses e objetivos de carreira. É um processo contínuo de autoconhecimento e desenvolvimento que nos permite navegar com segurança no mercado de

trabalho.

Componentes da Identidade Profissional:

- Competências técnicas: conhecimentos específicos da área
- Competências comportamentais: habilidades interpessoais
- Valores pessoais: princípios que orientam suas decisões
- Interesses profissionais: áreas de atuação que motivam
- Objetivos de carreira: onde você quer chegar profissionalmente

1.2 A Importância do Autoconhecimento

O autoconhecimento é a base para construir uma carreira sólida e satisfatória. Quando conhecemos nossas forças e áreas de desenvolvimento, podemos tomar decisões mais assertivas sobre nossa trajetória profissional.

2. Atividades Práticas

Atividade 1: Inventário de Competências Pessoais

Realize uma autoavaliação completa de suas competências utilizando a matriz abaixo:

Competência	Nível Atual (1-5)	Evidências/Exemplos	Como Desenvolver
Comunicação			
Trabalho em Equipe			
Liderança			
Resolução de Problemas			
Organização			

- 1 Avalie cada competência numa escala de 1 a 5 (1=Iniciante, 5=Especialista)
- 2 Forneça exemplos concretos de situações onde demonstrou cada competência
- 3 Identifique formas específicas de desenvolver cada área

Atividade 2: Exploração de Carreiras

Investigue 3 profissões de seu interesse seguindo o roteiro estruturado:

Profissão 1: _____

Descrição da função e principais responsabilidades:

Detalhe o que profissionais desta área fazem no dia a dia...

Ambientes de trabalho e setores de atuação:

Onde estes profissionais trabalham? Em que tipos de empresas?

Formação e qualificações necessárias:

Que cursos, certificações ou experiências são necessárias?

Perspectivas de carreira e crescimento:

Quais são as possibilidades de crescimento nesta área?

Faixa salarial e benefícios típicos:

Pesquise sobre remuneração média e benefícios oferecidos...

Por que esta profissão te interessa:

Explique sua motivação e identificação com esta carreira...

Dica de Pesquisa: Utilize sites como LinkedIn, Catho, Indeed e InfoEscola para pesquisar informações sobre profissões. Considere também conversar com profissionais da área.

Atividade 3: Construindo sua Narrativa Profissional

Desenvolva um discurso pessoal estruturado de 3-5 minutos seguindo o modelo STAR (Situação, Tarefa, Ação, Resultado):

1. Apresentação Pessoal (30 segundos):

Nome, origem, uma característica marcante sua...

2. Trajetória e Experiências (60 segundos):

Conte sobre suas experiências mais relevantes, estudos, trabalhos...

3. Competências e Diferenciais (60 segundos):

Destaque suas principais habilidades e o que te torna único...

4. Objetivos e Motivações (30 segundos):

Compartilhe seus objetivos profissionais e o que te motiva...

5. Fechamento e Call-to-Action (30 segundos):

Como finalizar de forma marcante e abrir para próximos passos...

- 1 Escreva seu discurso seguindo a estrutura proposta
- 2 Pratique em voz alta medindo o tempo
- 3 Grave um áudio ou vídeo para autoavaliação
- 4 Ajuste o conteúdo e linguagem conforme necessário
- 5 Apresente para colegas e solicite feedback

Atividade 4: Plano de Desenvolvimento Pessoal

Elabore um plano estruturado para os próximos 12 meses:

Meta	Prazo	Ações Específicas	Recursos Necessários	Indicadores de Sucesso
Curto Prazo (3 meses)				
Médio Prazo (6 meses)				
Longo Prazo (12 meses)				

3. Reflexões e Discussões

Dinâmica em Grupo: Mesa Redonda de Carreiras

Organize uma discussão estruturada onde cada participante apresenta uma profissão pesquisada, discutindo oportunidades, desafios e caminhos de acesso. Esta atividade promove networking interno e amplia a visão sobre possibilidades profissionais.

4. Recursos Complementares

4.1 Ferramentas de Autoavaliação Online

- 16Personalities (teste de personalidade gratuito)
- O*NET Interest Profiler (exploração de interesses profissionais)
- LinkedIn Skill Assessments (avaliação de competências técnicas)
- Catho - Teste Vocacional (orientação de carreira)

4.2 Plataformas de Pesquisa Profissional

- LinkedIn (perfis profissionais e networking)
- Glassdoor (salários e avaliações de empresas)
- Love Mondays (cultura organizacional e salários)

→ Sites de emprego (Catho, Indeed, InfoJobs)

4.3 Literatura Recomendada

→ "Que cor é seu pára-quedas?" - Richard N. Bolles

→ "Desperte o seu Eu Interior" - John C. Maxwell

→ "O Monge e o Executivo" - James C. Hunter

→ "Inteligência Emocional" - Daniel Goleman

5. Avaliação e Acompanhamento

Critérios de Avaliação:

- Participação ativa nas discussões e atividades práticas
 - Qualidade e profundidade das reflexões pessoais
 - Completude e detalhamento das pesquisas de carreira
 - Clareza e estrutura da narrativa pessoal desenvolvida
 - Viabilidade e especificidade do plano de desenvolvimento
-

Próximos Passos:

Após completar este módulo, os participantes estarão preparados para avançar ao Módulo 02 - Gestão Financeira Pessoal, onde aplicarão o planejamento desenvolvido aqui para estruturar suas finanças e objetivos materiais.