

SEMANA DE **CONHECIMENTOS GERAIS**



Apresentação



Andréa Maruyama

Bacharel em Adm Pública (UNESP)

MBA Gestão Empresarial (FGV)

Pós Coaching Equipes (FIA/USP)

Mestrado em Liderança (PUC SP)

Psicanalista (IBCP)

Assessora de liderança paroquial e cofundadora do curso e mentorias de **“Liderança servidora”**.

+06 anos
Multiplicadora
Academia
Santander

+10 anos na
capacitação e
mentorias de
lideranças

17 anos no
Santander, atual líder sênior da
área de programas globais
Santander Open Academy

+20 anos
de gestão de
pessoas

Gestão da sua Carreira

Planejamento e Desenvolvimento Profissional

1. Como iniciar?

Identificando quem você é e por onde deve começar...

Um plano de ação é necessário para qualquer etapa da vida

*Pense sobre a sua vida. Você se lembra de histórias que são importantes para você?
Onde você as escutou pela primeira vez? Qual era o contexto?*

Uma história bem contada faz com que nosso cérebro produza oxitocina, o hormônio do amor, e nos faz ter melhores sentimentos em relação à história que estamos ouvindo e aos seus personagens.

Gestão de Carreira

Planejamento e Desenvolvimento Profissional

2. Como identificar minhas fortalezas e pontos a melhorar?

Conhecer a si mesmo é o passo inicial para qualquer planejamento, você já reservou um tempo com você para conseguir fazer uma lista do que mais gosta de fazer e o que é muito bom fazendo? O que verdadeiramente percebe que pode fazer melhor? O que precisa fazer para ser melhor?

Identifique suas habilidades, estabeleça planos e metas

Elenque prioridades e aja.

Gestão de Carreira

Planejamento e Desenvolvimento Profissional

3. Como contar minha narrativa?

Ao criar sua história, tenha em mente os seguintes pontos:

Quais são os objetivos de vida e carreira?

Que mensagens você quer que a história transmita para alcançar esses objetivos?

Uma vez decididos os objetivos, é importante analisar o

Pratique a ~~intercomunicação~~ ~~entre~~ ~~visador~~ ~~gestor~~ ~~objetivo~~

Aprenda como contar sua trajetória e objetivos de carreira por meio de storytelling

Gestão de Carreira

Planejamento e Desenvolvimento Profissional

3. Como contar minha narrativa?



Desafio

O desafio é o conflito presente na história. Ele ajuda a despertar o interesse e permite que o público se sinta envolvido com o que está para acontecer. O desafio cria uma situação em que o personagem busca algo difícil de conseguir. Em uma história convincente, o desafio fornece um impulso e um objetivo aos personagens que os encoraja a avançar e faz com que o público se identifique com eles.



Escolha

A escolha ajuda a revelar os valores dos personagens da história. Um enredo comum é o da missão, no qual o personagem precisa escolher entre o que lhe é familiar e um caminho desconhecido que representa um risco. A opção pelo desconhecido pode revelar que o personagem é corajoso e aventureiro. As escolhas indicam que os personagens têm autonomia e empoderam os espectadores a agir, pois demonstram que eles também podem tomar suas próprias decisões. As escolhas de seus personagens devem refletir os valores de sua empresa ou organização.



Desfecho

O desfecho é o resultado das escolhas feitas pelos personagens. Ele traz a recompensa que os personagens e o público estão esperando. É importante que o desfecho de sua história se baseie no objetivo que você deseja alcançar ao contá-la. Na maioria das vezes, a intenção é que o desfecho seja positivo e inspire uma ação, mudança ou motivação no público.

Fonte: Ilustração do curso Marketing Digital – Disponível na plataforma Santander Open Academy

Gestão de Carreira

Planejamento e Desenvolvimento Profissional

4. Escuta ativa

Como posso praticar a escuta ativa e melhorar minha experiência e presença no momento atual?

O que eu escuto quando silencio os ruídos internos e externos?

O que faço com o que eu escuto?

Esses passos podem ser aprendidos por meio de técnicas como mindfulness e colaboram para a “melhor comunicação entre indivíduos presentes” – Santander Open Academy

Gestão de Carreira

Planejamento e Desenvolvimento Profissional

5. Como colocar em prática?

- 1. Aprimore e exercite suas forças*
- 2. Seja gentil e honesto com suas habilidades “em desenvolvimento”*
- 3. Estabeleça prioridades e elenque prazos*
- 4. Tenha sempre em mente o “por quê” avançar na carreira é importante para você*
- 5. O que você aprendeu hoje que te levará a estes objetivos? Quem são as pessoas que você pode se inspirar, contar ou celebrar?*

Para te apoiar, conseguimos selecionar alguns conteúdos que podem te ajudar, confira a seguir!!

SEMANA DE
CONHECIMENTOS GERAIS

Gestão de Carreira

Planejamento e Desenvolvimento Profissional

Como podemos te apoiar?

*Alguns dos conteúdos foram inspirados e extraídos dos materiais dos cursos
Marketing Digital e Mindfulness disponíveis no Santander Open Academy.*

Confira os cursos e bolsas disponíveis.



Jornadas disponíveis

Excel

- Duração de 8 horas

- Acesso direto

Conteúdo:

- Principais fórmulas utilizadas para realizar cálculos rapidamente
- Tabelas dinâmicas para gerenciar grande quantidade de dados

Idiomas - Inglês

- Duração de 3

meses

- Vagas ilimitadas

Conteúdo:

- Escrita
- Conversação
- Leitura
- Com aulas síncronas e assíncronas

Mindfulness

- Duração de 8 horas

- Acesso direto

Conteúdo:

- Como enfrentar desafios com calma e resiliência
- Gerenciamento de estresse
- Alinhamento entre valores e objetivos

Marketing Digital

- Duração de 8 horas

- Acesso direto

Conteúdo:

- Fundamentos do storytelling
- Ética e narrativa
- Aplicação de KPI's em campanhas

SEMANA DE
CONHECIMENTOS GERAIS

Acesse nossos cursos e vagas



Acesso direto



Universia

SEMANA DE
CONHECIMENTOS GERAIS



Andréa
Maruyama



Andréa Maruyama, MSC

FAÇA POR
VOCÊ!

 **UniCesumar**
EDUCAÇÃO PRESENCIAL E A DISTÂNCIA