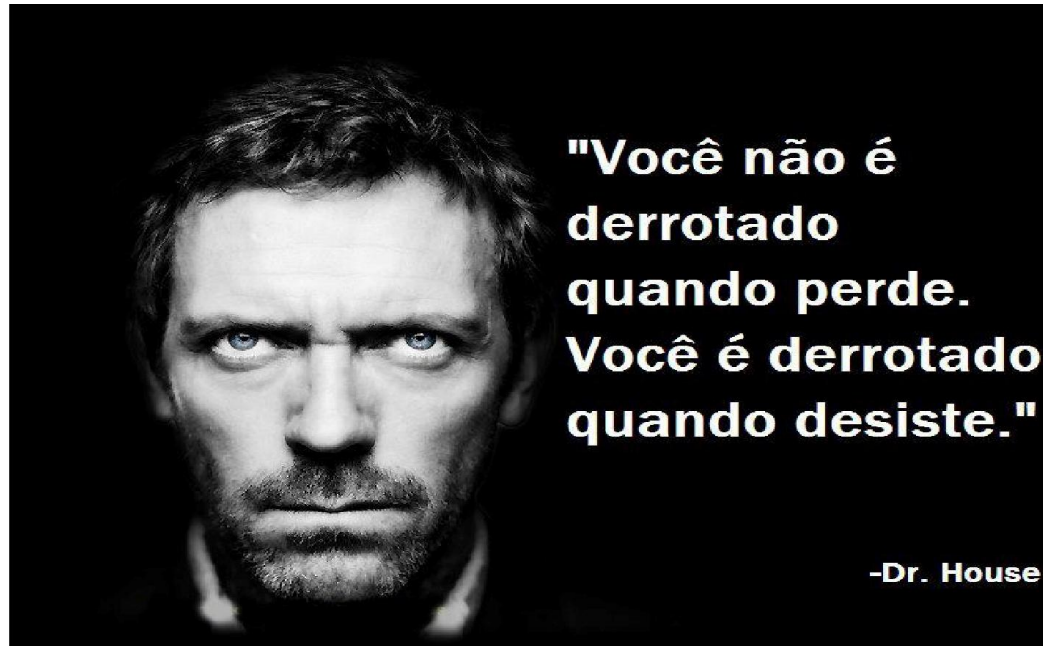


Desenvolvimento Pessoal e Empregabilidade.



Projeto de Vida:
Um jeito de estar no mundo.
Professor Douglas Pereira da Silva

Para Reflexão.



Viver é envelhecer, o que significa que todos nós podemos olhar para trás com satisfação ou pesar, e ir para a frente com esperança ou receio.

Myers, 1998

Para Fixar.

Capacidade de **Visualizar realidades futuras**



- Projeto de vida é uma visualização antecipada da vida que desejamos ter ou levar.

O que é um projeto de vida?



- Um projeto de vida é mais do que uma ferramenta, trata-se de uma forma de pensar e posicionar-se no mundo, integrando as diversas esferas que constituem o ser humano e que são indissociáveis, pois qualquer alteração em uma delas impacta a outra.
- Para dar mais clareza aos termos, vamos observá-los separadamente:
- O projeto é um plano, uma intenção que se tem para o futuro, esteja ele bem próximo ou não.
- Pode ser comparado a um mapa que nos orientará e nos conduzirá às situações que desejamos alcançar.
- A vida é o período de desenvolvimento, em termos físicos, mentais e sociais, que vai da concepção até a morte.



- Possuir um **projeto de vida** dá a quem o elabora a chance de fazer a diferença no mundo e a consciência de que este mundo não se limita ao ambiente de trabalho, mesmo que, para a maioria dos adultos, parte da resposta à pergunta “quem você é?” dependa de outra pergunta: “o que você faz?” (Myers, 1998).
- Vale destacar que a dimensão profissional é apenas uma das diversas esferas que compõem a vida de um adulto.
- Embora tenhamos papéis específicos para desempenhar em nossa profissão, não podemos esquecer que no desempenho das atividades profissionais estão em cena nossa identidade e personalidade, bem como nossa visão de mundo e o modo como nos relacionamos com as pessoas.



- Em qualquer projeto é imprescindível estabelecer objetivos, metas, caminhos a seguir a curto, médio e longo prazos, e a isso chamamos de plano de ação.
- A elaboração de planos de ação é importante para evitar que nos percamos no caminho e com isso deixemos para trás sonhos, metas pessoais ou profissionais. Planejar (elaborar o plano de ação) ajuda a aumentar a segurança de que obteremos sucesso. Afinal, sem planos, sem direção a seguir, sem objetivos, de onde conseguiremos tirar motivação para realizar as coisas?
- O projeto de vida tem como finalidades o autoconhecimento, a transformação de nossos sonhos em objetivos e metas a serem alcançadas, bem como a possibilidade da consonância entre nossos valores e aquilo que vamos realizar na vida.

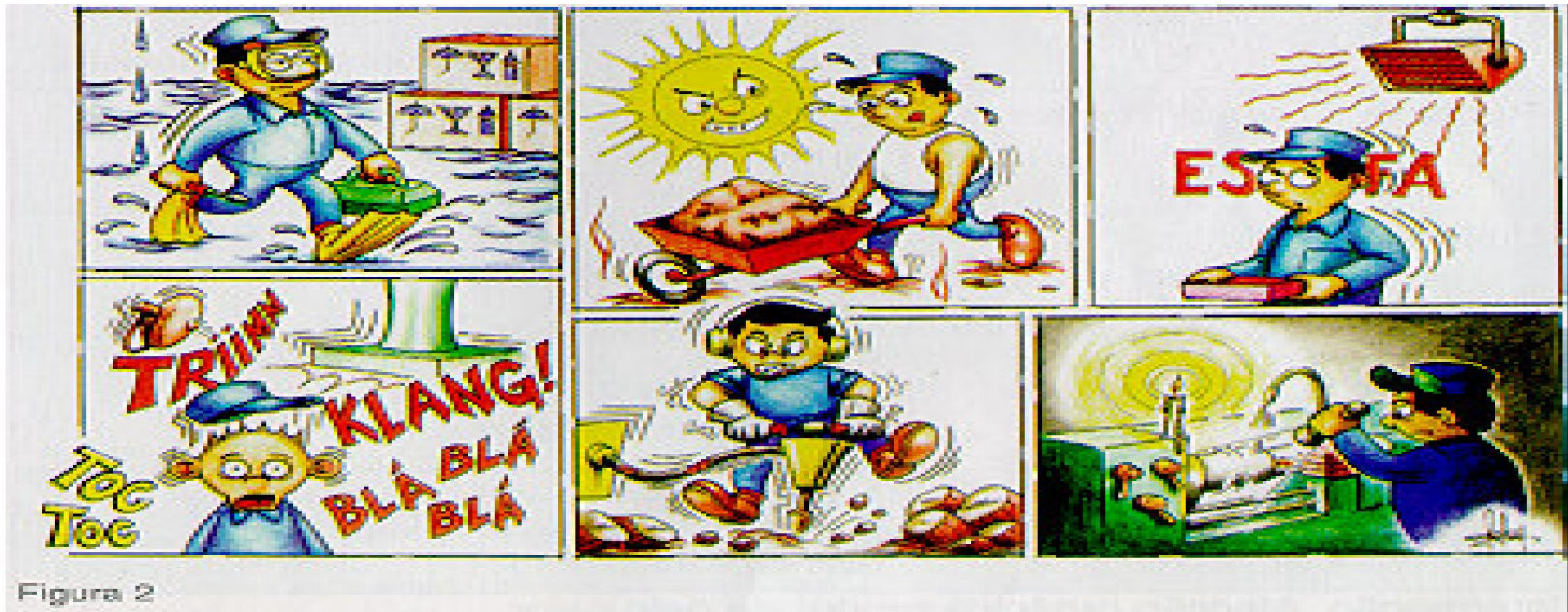


- Autoconhecimento significa nos conhecermos e sabermos se aquilo que queremos condiz com as coisas que estamos fazendo de verdade, conhecer e saber se aquele velho plano está se concretizando ou se está apenas no mundo dos sonhos... Conhecer e saber se o tempo e os recursos utilizados estão sendo empreendidos a nosso favor, tanto profissional como pessoalmente, são dados imprescindíveis para atingir o sucesso.



- Ser feliz no ambiente de trabalho agrega valor à organização, pois é fato que nossa produtividade aumenta quando nos sentimos satisfeitos no ambiente em que estamos inseridos, na realização de tarefas de que realmente gostamos de executar e quando estamos rodeados por equipes de trabalho que estimamos e das quais nos sentimos bem em fazer parte.
- Se alguém lhe perguntar o que você quer ou deseja, você está pronto ou já sabe o que responder?

Quem é o responsável por elaborar o projeto de vida?



- O responsável por elaborar um projeto de vida é, obviamente, um ser humano.
- Entretanto, esse ser humano é um indivíduo complexo, formado pela interação de processos que são biológicos, psicológicos e sociais.
- Sua identidade é constituída pela interação com outras pessoas que, juntas, transformam o meio em que vivem e também são transformadas por esse meio ao longo da história (Lane e Codo, 1994).



- Pode-se afirmar que o ser humano é integral, constituído de várias esferas ou dimensões. Nossa natureza é constituída dos aspectos social, emocional, espiritual e racional.
- Catanante (2002) define cada uma dessas esferas da seguinte forma:
- **Social:** alinhar ação com intenção;
- **Emocional:** dar consistência aos nossos relacionamentos;
- **Racional:** ampliar o poder de tomar decisões assertivas;
- **Espiritual:** ter mais clareza de nossa missão no mundo, na vida.



- Embora as diretrizes para a elaboração de um projeto de vida possam ser ensinadas, como veremos adiante, não se trata de uma tarefa puramente técnica e focada apenas no sucesso material ou profissional.
- Note que, mesmo quando falamos de um projeto de vida cuja necessidade de mudança está no aspecto profissional, o que está por trás é o ser humano, sua vida, sua existência, seu modo de pensar e relacionar-se com o mundo (crenças).
- Nesse caso, a empresa é apenas um dos ambientes nos quais o ser humano está inserido e desempenha seus papéis.



- Resumidamente, pode-se afirmar que nós, indivíduos, somos seres:
- 1. **Conscientes**, pois ao transformarmos o meio em que vivemos devemos fazer isso com senso de responsabilidade.
- 2. **Relacionais**, pois estamos sempre em interação e afetamos e somos afetados pelo outro e pelo ambiente. Daí a importância de um **comportamento ético**.
- 3. **De aprendizagem**, pois estamos sempre em processo de mudança, em desenvolvimento.
- 4. **De unicidade**, pois somos a integração de várias esferas indissociáveis.

Quando e por que elaborar um projeto de vida?



- Basicamente, elaboramos um projeto de vida porque somos seres em constante movimento, desenvolvimento, e precisamos de certa organização e participação ativa nesse processo.
- Dois aspectos já mencionados justificam tal afirmativa. Um deles diz respeito às definições sobre motivação que destacam a necessidade humana de dar sentido à vida individual e coletiva, de modo a alcançar metas. O outro aspecto salienta o fato de que, juntas, as pessoas transformam o meio em que vivem e também são transformadas por esse meio.
- Em nossas diversas fases de desenvolvimento, da infância à vida adulta, somos impulsionados às mudanças, seja por questões pessoais (crenças, idade, gêneros e outras), seja por demandas sociais. Resumidamente, nosso desenvolvimento não se dá apenas naturalmente, por amadurecimento biológico, mas também pelas situações de tensão e conflito que demandam uma tomada de decisão.



- O projeto deve servir para orientar na busca de um equilíbrio entre:
- Aquilo que desejamos, idealizamos;
- Aquilo que já somos capazes de realizar mais imediatamente;
- Aquilo que precisamos desenvolver para poder realizar mais a médio e longo prazos.

Como elaborar um projeto de vida?



- Elaborar um projeto de vida envolve estar preparado para a mudança, seja adaptando-se a ela, quando não está em nosso controle nem em nossa previsão, seja participando dela, promovendo-a.
- O projeto de vida deve ser elaborado passo a passo, estabelecendo objetivos claros e metas a serem atingidas, depende de fazer escolhas, de auto conhecimento, de decidir o que é melhor para si mesmo.

ÁREA	OBJETIVO	PORQUE	ETAPAS	PREVISÃO	CONCLUSÃO
ESPIRITUAL					
FAMILIAR					
FINANCEIRA					
FÍSICA					
LAZER					
PESSOAL					
PROFISSIONAL					
RELACIONAMENTO					
SOCIAL					

Elaborando o projeto de vida passo a passo: questões fundamentais.

- Qual é a sua missão pessoal?
- Quais são seus objetivos?
- Quais são suas crenças e seus valores?
- Qual é o seu estilo?
- No que diz respeito ao planejamento de carreira:

Projeto de vida.

- **Exercícios:**

- Quem é você?
- Quais são seus valores? quais são seus pontos fortes?
- Quais são os pontos em que precisa melhorar?
- O que ameaça seus planos?
- Quanto do seu tempo você vive do passado?
- Quanto do seu tempo você dedica a pensar no futuro?
- Quanto do seu tempo você dedica ao presente, transformando os sonhos em planos de ação ou projetos?
- Qual é a sua missão?
- Qual o propósito da sua vida, o significado dela?
- O que pretende ser e atingir na sua vida (metas)?
- Estabeleça metas em que pretende atingir e em quanto tempo, definindo como fazer em cada uma delas.
- Faça as contas para identificar de quanto dinheiro precisa dispor para atingir seus objetivos.
- Analise tudo o que pode ameaçar seu projeto e tome uma ação preventiva.
- De tempos em tempos, verifique em que fase do projeto está (cronograma) e se são necessários ajustes.

A forma de cada indivíduo estar no mundo e percebê-lo, de relacionar-se, de aprender, de fazer coisas, é marcada por sua identidade.	É importante haver uma intersecção entre valores pessoais e valores e ética praticados pela empresa em que atua.
O ser humano é um indivíduo constituído pela interação de processos que são biológicos, psicológicos e sociais.	Auto-eficácia: julgamento que fazemos a respeito da nossa própria capacidade de manifestar um comportamento de êxito em determinada situação.
Identidade é aquilo que diferencia uma pessoa da outra e ao mesmo tempo as torna iguais.	Precisamos ter um projeto de vida para dar sentido a ela, para buscar realizações e sucesso nas suas diversas esferas.
O ser humano é constituído de várias esferas indissociáveis.	Em qualquer projeto é imprescindível estabelecermos objetivos, metas, caminhos a seguir a curto, médio e longo prazos, e a isso chamamos de plano de ação.

A empresa é apenas um dos ambientes nos quais o SER humano ESTÁ inserido e desempenha seus papéis.	A vida é um período de existência humana, impulsionada por uma força e direcionada por tomadas de decisão.
Somos seres conscientes, relacionais, de aprendizagem e de unicidade	O projeto de vida deve ser elaborado passo a passo e colocado no papel. Depende de decidir o que é melhor para si e como chegar lá, respondendo a perguntas fundamentais.
A motivação é a necessidade humana de dar sentido à vida individual e coletiva, de modo a alcançar metas.	
Situações de tensão e conflito ajudam no desenvolvimento.	
Somos seres que precisam de certa organização na vida.	

Exercícios.

Marque um X como você avalia as dimensões de sua vida atualmente e verifique a qual delas você precisa dedicar mais atenção para que suas metas sejam alcançadas.

Dimensões	Ótimo	Bom	Regular	Ruim
Financeira				
Saúde física				
Amigos				
Espiritualidade				

Exercícios.

Marque um X como você avalia as dimensões de sua vida atualmente e verifique a qual delas você precisa dedicar mais atenção para que suas metas sejam alcançadas.

Dimensões	Ótimo	Bom	Regular	Ruim
Família				
Profissional				
Lazer				
Relacionamento				

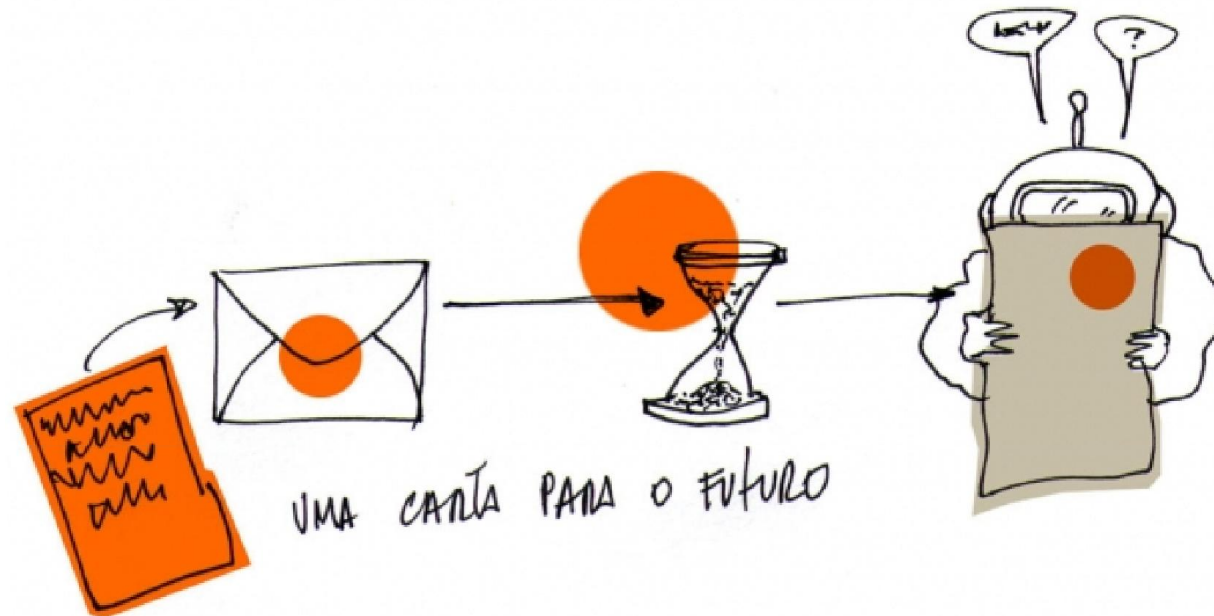
EXERCÍCIOS.

- **Autoconhecimento.**
- 1. O que você gosta de fazer?
- 2. Quais são as atividades que você se destaca por saber fazer bem?
- 3. Quais foram os grandes desafios que você superou na vida pessoal ou profissional?
- 4. Que características pessoais foram utilizadas na superação desses desafios?
- 5. Que características e limites existentes hoje você gostaria de abandonar?

EXERCÍCIOS.

- **Posicionamento profissional.**
- 6. Qual é o conhecimento específico que sua carreira solicita? Você está atualizado?
- 7. O atual ambiente social, político e econômico pode influenciar a empresa em que trabalha? De que maneira?
- 8. Quais são suas fontes de informação (jornais, revistas, livros etc.)?
- 9. Quais foram os últimos cursos, palestras e workshops dos quais participou?
- 10. Você tem conhecimento de tecnologia? Quais?
- 11. Qual é o seu plano de atualização profissional (além do curso superior)?

Tema Para Reflexão E Produção De Texto.



- Escreva uma carta para si mesmo como se ela fosse ser lida daqui a quatro anos.
- Nessa carta, você deve escrever como está sua vida nos dias atuais nos aspectos pessoal e profissional e como você pretende estar daqui a quatro anos.

Trabalho Emprego e Empregabilidade.



- Histórico sobre Trabalho.
- O homem deixou de ser andarilho, nômade, cujas atividades eram a caça, a pesca e a extração de alimentos da natureza, como frutos, raízes e sementes, para formar pequenos aglomerados sociais que permitiram desenvolver a agricultura e outras formas de sobrevivências por meio do manuseio e da domesticação de animais, tanto para o auxílio nas atividades diárias, como para a produção de alimento.

Empregabilidade.

A empregabilidade é a capacidade do indivíduo de conseguir novas oportunidades de emprego, manter-se empregado e também de conseguir promoções.

É definido por Rueda, Martins e Campos (2004) como as ações empreendidas pelas pessoas para desenvolver habilidades e buscar conhecimentos favoráveis, com vistas a conseguir uma colocação no mercado de trabalho, seja ele formal ou informal.

E quais são as necessidades de trabalho?

As empresas desejam aumentar a competitividade e, para isso, precisam que as pessoas tenham elevada produtividade e desempenho.

Mais do que nunca, um diploma de ensino superior é importante, mas somente ele não garante permanência e sucesso no emprego.

As empresas tem muito interesse naquelas pessoas que não se fixam na função, desejam aquelas que são versáteis e componentes para desempenhar todas as tarefas e funções necessárias no ambiente de trabalho.

Componentes da Empregabilidade.

1. Como está o mercado de trabalho na área em que você atua?	6. Como é sua rede de relacionamento, sua network?
2. Há necessidade de formação no seu ramo de atividade?	7. Quais são suas características de personalidade?
3. Você tem experiência de mercado?	8. Como estão sua aparência e sua postura?
4. Seu ramo de atividade está em evidência?	9. Como anda sua motivação?
5. Como andam suas competências gerais e específicas?	10. Você se adapta facilmente as novas situações?

Empresariedade.



- Já é sabido que o profissional, para melhorar suas chances de sucesso num mercado cada vez mais competitivo, deve expandir seus conhecimentos (além de mantê-los sempre atualizados), e suas habilidades e lapidar seu comportamento.
- A medida que a empregabilidade de um individuo aumenta, aumentam também os riscos para a empresa.
- Você já deve ter ouvido falar em empresas que não investem nos seus funcionários com medo de perdê-los para a concorrência. Isso ocorre,mas essa é apenas parte da verdade.
- Essas empresas possuem uma visão muito simplista dos fatos, e acabam imputando toda a culpa da perda apenas na capacitação ou no treinamento que deram ao seu pessoal, esquecendo-se do ser humano, muitas vezes maltratado diariamente por um clima organizacional desfavorável, chefias despreparadas para assumir o papel de líderes e incentivadores, políticas de recursos humanos partidárias, ambiente físico inadequado, entre outras mazelas.



- Essencialmente, empresariedade é a capacidade que uma empresa tem de reter seus talentos por meio de aspectos como:
 1. ambiente incentivador;
 2. ambiente saudável
 3. salário competitivo;
 4. benefícios iguais ou acima do mercado;
 5. excelente clima organizacional
 6. política de recursos humanos clara, objetiva e voltada para o desenvolvimento do indivíduo;
 7. objetivos e metas que permitam o crescimento do indivíduo alinhado ao crescimento da empresa;
 8. lideranças proativas e voltadas para os resultados globais, sem esquecer os individuais;
 9. feedback que aponte as soluções, e não apenas os problemas;
 10. reconhecimento;
 11. respeito às diferenças.

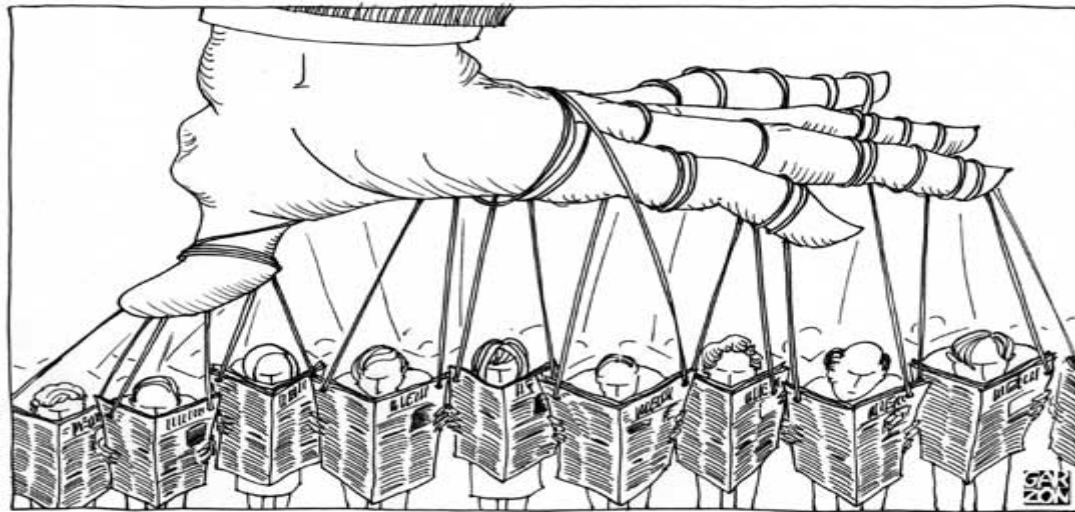


- Podemos comparar o profissional com alta ou baixa empregabilidade a empresas que possuem alta ou baixa empresariedade.
- O resultado dessa comparação gera o que chamamos de **índice de retenção de talentos**, que varia em quatro graus:
- Retenção, baixa retenção, dispensa e migração.

Neoliberalismo no Mundo de Trabalho.



- Podemos entender que o neoliberalismo aponta para um futuro em que as competências múltiplas serão a forma mais eficiente e segura de competir.
- O diferencial competitivo entre os jogadores desse cenário será o domínio de uma vasta gama de conhecimentos, em múltiplas áreas, de modo que o grau de aprofundamento desse conhecimento impactará no tempo de tomada de decisão entre uma ação e outra, além da obtenção de resultados mais condizentes com as necessidades tanto do indivíduo quanto da empresa que ela representa.



- Podemos identificar as ideias neoliberais no mundo atual do trabalho como:
- Aparecimento de novas necessidades de consumo em menor tempo;
- Criação constante de novos mercados;
- Aparecimento de novas necessidades de formação acadêmica;
- Aumento da intelectualização dos povos;
- Quebra e criação constante de paradigmas;
- Adequação rápida a novas culturas;
- Miscigenação (mistura de raças, povos e culturas) de culturas para abranger mercados mais amplos;
- Costumes globalizados;
- Necessidade de desenvolver várias atividades;
- Mudanças nas características do padrão de vida social;
- Polarização de classes sociais etc.

ESTUDO DE CASO 1

- **Superprofissional.**
- Esta é para você que está achando a vida dura:
- Para impressionar um headhunter daqui a 50 anos, seu neto terá que ser sensível como um artista e exato como um engenheiro. Além disso, precisará ser muito bom em alguma sem deixar de entender um pouco de tudo.
- Em 1986, depois de atuar por 11 anos como especialista em cirurgia pediatria, Fábio Gandour achou que sabia menos do que desejava.
- Já havia trabalhado em vários hospitais e participado em pesquisas que revelaram a causa de diversas deformidades congênitas.
- Mesmo assim, percebeu que seus conhecimentos de medicina seriam melhor aproveitados se aprendesse outra coisa: computação. Loucura? Gandour especializou-se em informática médica – uma formação que, na época, soava absolutamente exótica. “Eu era considerado louco por ser médico e me dedicar ao estudo dos computadores”, diz Gandour.

- Hoje, obviamente, os computadores são ferramentas banais no dia-a-dia de qualquer médico que se preze.
- Gandour, por exemplo, na posição de diretor executivo da IBM para a indústria de saúde na América Latina, , recebe de todo o mundo diagnósticos de tumores apoiados em animações, som, links e outros badulaques digitais que transformaram para sempre sua profissão.
- A história de Gandour é exemplar: dentro de 30 ou 40 anos, as carreiras isoladas deixarão definitivamente de existir, e os cargos realmente quentes serão ocupados por profissionais que dominem áreas tão distantes entre si quanto o direito e a biologia, as artes plásticas e a matemática. “Os profissionais de sucesso num futuro muito próximo serão aqueles que conseguirem reunir em si as habilidades de um equipe inteira”, diz Oscar Motomura, diretor geral da Amana-Key, consultoria especializada em gestão empresarial baseada em São Paulo.

- “O motivo é que as tecnologias vão incorporar os mais variados tipos de conhecimento”, diz, em consonância, Ted Selker, professor do Medialab do Instituto de Tecnologia de Massachusets (o famoso MIT), Estados Unidos.
- “Haverá uma demanda enorme por gente eclética, que saiba o suficiente de cada área para orientar especialistas reunidos em grandes equipes de trabalho”. A fusão de campos de conhecimento e a mistura de tecnologias, responsáveis por essa revolução, já estão, segundo Selker [...] nas lojas.
- Que nome terão os superprofissionais que tomarão a Terra daqui a duas gerações? Analistas de biomecânica? Farmaquiadores estatísticos? Psicoengenheiros?
- Seja qual for, a receita do seu êxito será simples: bastará reunir as informações que julgarem relevantes, chacoalhá-las na cabeça e relacioná-las de forma criativa. ‘Não será tão difícil, quanto parece, porque redes inteligentíssimas de computador falicitarão incrivelmente o acesso a todos os dados necessários”, diz Randy Bryant, diretor da Faculdade de Ciências da Computação de Carnegie Mellon, em Nova Jersey, Estados Unidos.

Marketing Pessoal: Sua Imagem no Mundo.



- **Introdução:**
- O tema **marketing pessoal** já foi bastante explorado por diversos autores e de várias formas, inclusive de uma maneira pejorativa, na qual o recurso é visto como uma solução milagrosa para os problemas profissionais, bastando o simples cuidado com a aparência para a obtenção do sucesso.
- Como marketing pessoal, do nosso ponto de vista, não pode ser feito de forma padronizada, de acordo com instruções descritas em manuais, abordaremos o tema como um processo integrado e que deve ser continuamente desenvolvido, revisado e repensado.



- Ajustar a **visão de mundo** auxilia-nos a perceber os aspectos relevantes que tornam nossa imagem pessoal uma ferramenta indispensável para um bom posicionamento e destaque no mundo e, mais especificamente, no mercado de trabalho.
- Diante de um panorama de grandes mudanças, é fato que o homem precisa não apenas se ajustar a elas, mas também promovê-las.
- É importante desenvolver competências, que são essenciais as pessoas, e duas delas são: o cuidado com o projeto de vida e a construção de uma imagem pessoal fortalecida.



Fonte: André Dametto

- Vimos que o mundo mudou em decorrência de alguns fatores, dentre os quais a globalização e a tecnologia e que para sobreviver a essas mudanças é necessário o desenvolvimento de competências que nos preparem para os desafios.
- O entendimento sobre o que se deve fazer para ter sucesso é bem claro, visivelmente marcado na literatura de auto-ajuda, que delega a responsabilidade do sucesso a cada indivíduo, bastando para isso um esforço pessoal;
- As mudanças ocorrem o tempo todo, o que abre espaço para cada pessoa ser agente de transformação da própria história e da sociedade em que vive para o bem-estar individual e coletivo.
- Existem escolhas a serem feitas. As regras do jogo estão dadas. Cabe a você decidir como as usará, baseando-se sempre em seus valores, crenças, ética e marca pessoal, mas com a consciência de que, para alcançar o sucesso, seja lá o que isso signifique para você em seu projeto de vida, algumas coisas dependem inteiramente de cada pessoa, outras não.

Marketing e Marketing Pessoal: Conceitos.



Alguns especialistas definem o marketing como estratégias para conquistar e fidelizar clientes; outros, como uma maneira de otimizar vendas e resultados.

Há ainda aqueles que entendem o marketing como modelo de fazer com que a marca do produto seja sempre a mais lembrada pelos consumidores.