



GUIA DE EMPREGABILIDADE
CARREIRA CERTA, CARREIRA FELIZ
POR MARCELA BUTTAZZI

Marcela Buttazzi
carreira & recolocação
Jobhunter - Coach de Carreira - Headhunter

BOAS VINDAS

O lema do seu trabalho é estimular a criatividade, ouvir o coração e pensar fora da caixa. Após 9 anos de trabalho, idealizou um projeto de atendimento chamado CARREIRA CERTA, CARREIRA FELIZ, pois além da Recolocação, devemos refletir sobre nosso nível de empregabilidade atual e do futuro próximo, que será alterado a cada década pois trabalharemos dos 18 aos 80 anos.

Marcela Buttazzi, especialista em Carreira, vivência de 15 anos em Recursos Humanos, com experiência em recrutamento, hunting e outplacement. Na docência, professora de RH e Coaching em disciplinas de pós-graduação e tutoria online em conceituadas universidades em SP capital. Desde 2010 atua com Coaching de carreira, especificamente no ingresso, transição e recolocação no mercado ou abrindo seu próprio negócio. Seu job em Coaching é um trabalho racional, focado em objetivos a curto ou médio prazo para sua carreira. Atua com FOCO, prioridades, além do autoconhecimento e consciência.

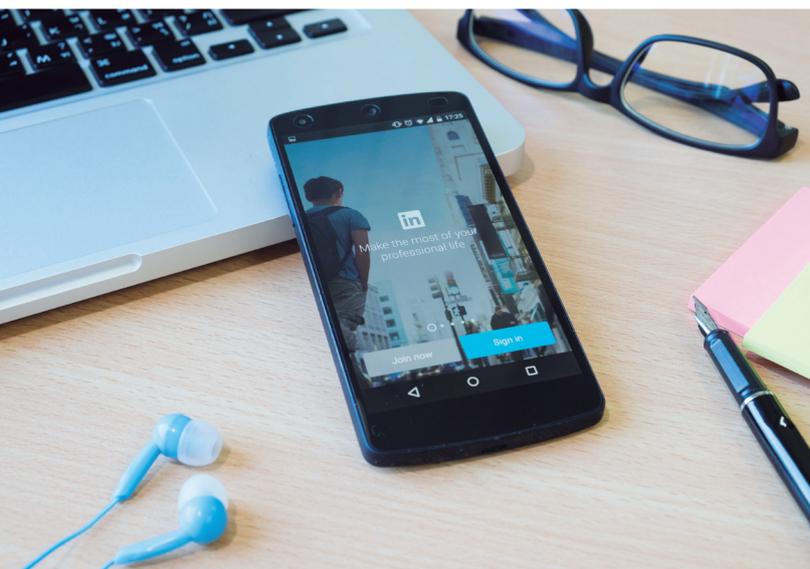


15 PASSOS PARA UMA RECOLOCAÇÃO PROFISSIONAL MAIS ASSERTIVA (CURTO PRAZO) E FELIZ



1. Tenha um Currículo TOP que retrate bem a sua experiência em um único objetivo profissional. Caso você tenha mais de 10 anos de experiência ou uma trajetória que ultrapasse mais de 3 empresas é possível elaborar currículo que ultrapasse duas páginas e não há problema nenhum nisto.

2. Mantenha o otimismo e siga em frente de cabeça erguida. Estimule a fé que existe dentro de você de acordo com sua crença, ela lhe fortalecerá. Utilize a resiliência no seu dia a dia, não dê ouvidos a pessoas negativas, fique mais reservado e foque no seu momento de se recolocar no mercado de trabalho.



3. Use o LinkedIn como seu aliado, monte um perfil na maior rede social profissional do mundo. Aprenda a utilizar, preencha a maioria dos campos, coloque uma foto adequada e tenha muitas conexões. Faça networking através do LinkedIn e cadastre-se nas vagas.

4. Não tenha medo de dizer aos amigos, parentes e conhecidos que você está em transição de carreira. Somente não dispare os currículos como um SPAM, selecione os amigos e marque um café com ex chefes, colegas de trabalho e amigos mais próximos. Se puder se organizar financeiramente e planejar a contratação de um coach ou jobhunter focado em CARREIRA, é a melhor opção.



5. Gaste seu tempo para se reinventar. Muitos profissionais que estão desempregados não aproveitam o tempo livre e ficam esperando a oportunidade chegar, isso não existe mais. Vá para a ação, mostre que você está atualizado e sabe fazer a gestão do tempo.

6. Faça exercícios físicos e comece a meditar. Vale correr no parque, fazer ginástica em casa ou aproveitar eventos gratuitos como yoga, caminhadas, entretanto pratique uma atividade para contribuir com seu estado mental e estimular a criatividade. Será benéfico pode apostar.



7. Simplesmente agradeça a vida.

8. Evite comparações. O que pode fazer para ser ainda melhor? O que você fez no passado para contribuir para o seu estado atual?



9. Cuidado com o seu comportamento nas redes sociais. A vida virtual diz quem você é. Tenha cuidado com suas fotos nas redes sociais e o conteúdo das suas postagens. Os profissionais de RH odeiam ver um possível candidato com comportamentos de “mimimi” nas redes. Transborde elegância, simpatia e disponibilidade.

10. Prepare-se para a entrevista de emprego. Conte para o seu espelho quem você é, quais são seus talentos, resultados positivos em cada experiência profissional, ou grave uma simulação de entrevista do seu celular e assista depois. Caso tenha contratado um coach, converse com ele para ajudá-lo com uma sessão de entrevista por competência.



11. AGENDA DO PROFISSIONAL DISPONÍVEL NO MERCADO

Sim, utilize minhas dicas para um dia mais produtivo!

Entre 7h- 8h– Acordar cedo é necessário

Praticar uma atividade física, seja ela qual for, no mínimo 30-45 minutos.

Parte da manhã – Redes Sociais para checagem de vagas, navegar no LinkedIn, se candidatar nos sites das vagas em aberto (sim é chato, trabalhoso, mas necessário), no mínimo 2 horas de dedicação a tarefa da manhã.

Pausa para o almoço, prefira alimentos mais saudáveis para contribuir com seu estado físico e mental.

Na parte da tarde, dedique-se ao WhatsApp, grupos, conexões com amigos, ex-colegas de trabalho para marcar um café, almoço para um bate papo. Rever as pessoas, ouvi-las, faz bem e nos concede novas ideias.

Dica MB: Nesses encontros, tenha um cartão de visita bem elaborado (com a sua cara) e também se puder leve um MIMO ao colega, desde um chocolate ou algo mais pessoal, ele dedicou alguns minutos ou horas da sua agenda para você!

À noite, reserve em alguns dias da semana para eventos gratuitos, palestras, workshops, happy hours (Mas...Marcela, eu não bebo bebida alcoólica, não tem problema, vamos de suco, água e bora socializar).

Dormir bem também é um conselho, pois quando pensamos em recolocação, meu olhar é global (mental, emocional e físico) ok, os 3 precisam estar em sintonia para TUDO ACONTECER.

12. EM QUANTAS VAGAS PRECISO ME CANDIDATAR PARA OS CONTATOS E ENTREVISTAS COMEÇAREM A ACONTECER?

No mínimo 20 por semana, totalizando 80-100 vagas mês. Essas 20 vagas podem ser anúncios formalizados pelos sites de recrutamento e LinkedIn, indicação de amigos, trabalhos freelancer etc.



13. Buscar um novo desafio ou emprego é similar como se estivesse trabalhando numa empresa 8 horas por dia, só que neste caso para você. Caso empurre com a barriga essa situação, mais dias serão desperdiçados para você alcançar sua nova meta profissional.

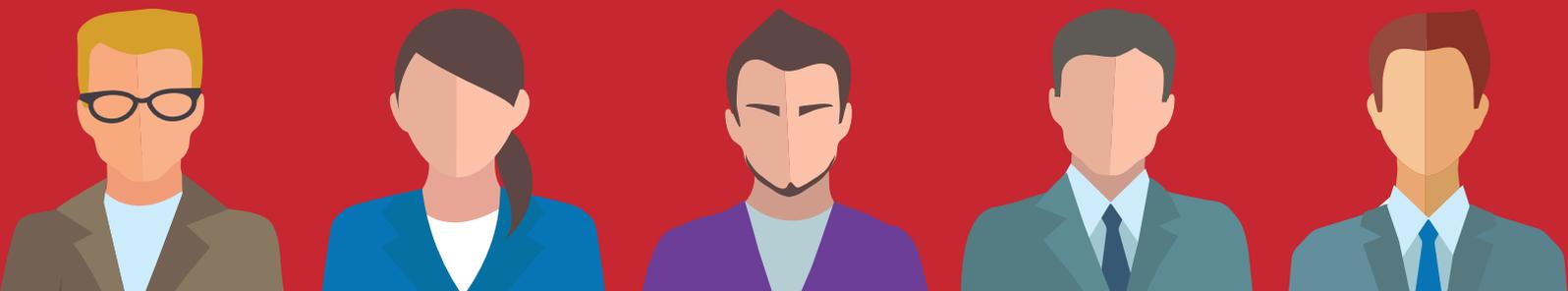
14. Converse com sua família e amigos sobre esse novo momento e como será sua agenda de “trabalho”, solicite respeito ou imponha você mesmo. Fuja das pessoas pessimistas e reclamações sobre o mundo, governo, mercado de trabalho, falta de grana, problemas todos nós temos e no final das contas, precisamos administrá-los com eficácia.



1. Ao procurar um coach de carreira ou jobhunter para ajudá-lo, tome cuidado com os pontos abaixo:

- ✓ Exija seu diploma de Coaching.
- ✓ Certifique-se que a pessoa se formou numa escola reconhecida internacionalmente e quais cursos ela fez (Formação para atender pessoas físicas, jurídica, liderança etc.).
- ✓ O profissional que lhe ajudará na **CARREIRA** precisa ter experiência em RH, Gestão ou possuir vivência em Mercado Corporativo ou Carreira Mista (ter sido empreendedor ao longo da Carreira).
- ✓ Conecte-se com o profissional via LinkedIn. Solicite uma proposta, visite seu site, canal do Youtube e conteúdos gratuitos.

Se você gostou deste e-book, continue me acompanhando nas redes sociais, inscreva-se no meu canal e faça parte da minha lista VIP. Será um prazer ajudá-lo a seguir com entusiasmo seu CAMINHO CERTO. #carreiracerta #carreirafeliz



Marcela Buttazzi
carreira & recolocação
Jobhunter - Coach de Carreira - Headhunter

 Marcela Buttazzi

 Marcela Buttazzi

 @mbuttazzi @coachmarcelabuttazzi @checkuodecarreira

 11 9 9201-7997

Mantenha contato comigo 7 DIAS POR SEMANA: Faça parte da lista VIP! -