E-Book

Meu job, meu jeito.



Por um
trabalho que
faça **total sentido.**

Senac

Apresentação

Em meu **Meu job**, **meu jeito** tem sempre alguma coisa acontecendo para transformar você no profissional que você quer ser. A primeira programação terminou, mas preparamos umas dicas de responsa para ajudar você a se aproximar dos seus objetivos profissionais. E aí, tá preparado? Então rola para baixo e vem aprender com a gente!

Sumário

Como elaborar um currículo 4

Vejamos, a seguir, a estrutura básica de um bom currículo 6

Formatação 7

Vídeo currículo. É verdade ou fake news? 8

Para elaborar um bom vídeo currículo 9

LinkedIn 11

Dicas para um perfil completo no LinkedIn 12

Entrevista 14

Dinâmica de grupo 16

Como elaborar um currículo

Antes de começar a elaborar o seu currículo, é necessário entender o que é e para o que serve! Apesar de óbvio, acredite que isso vai te ajudar a elaborar um currículo campeão.

Currículo é um documento que traz um resumo da sua carreira de vida e tornou-se indispensável para quem está em busca de uma oportunidade profissional.

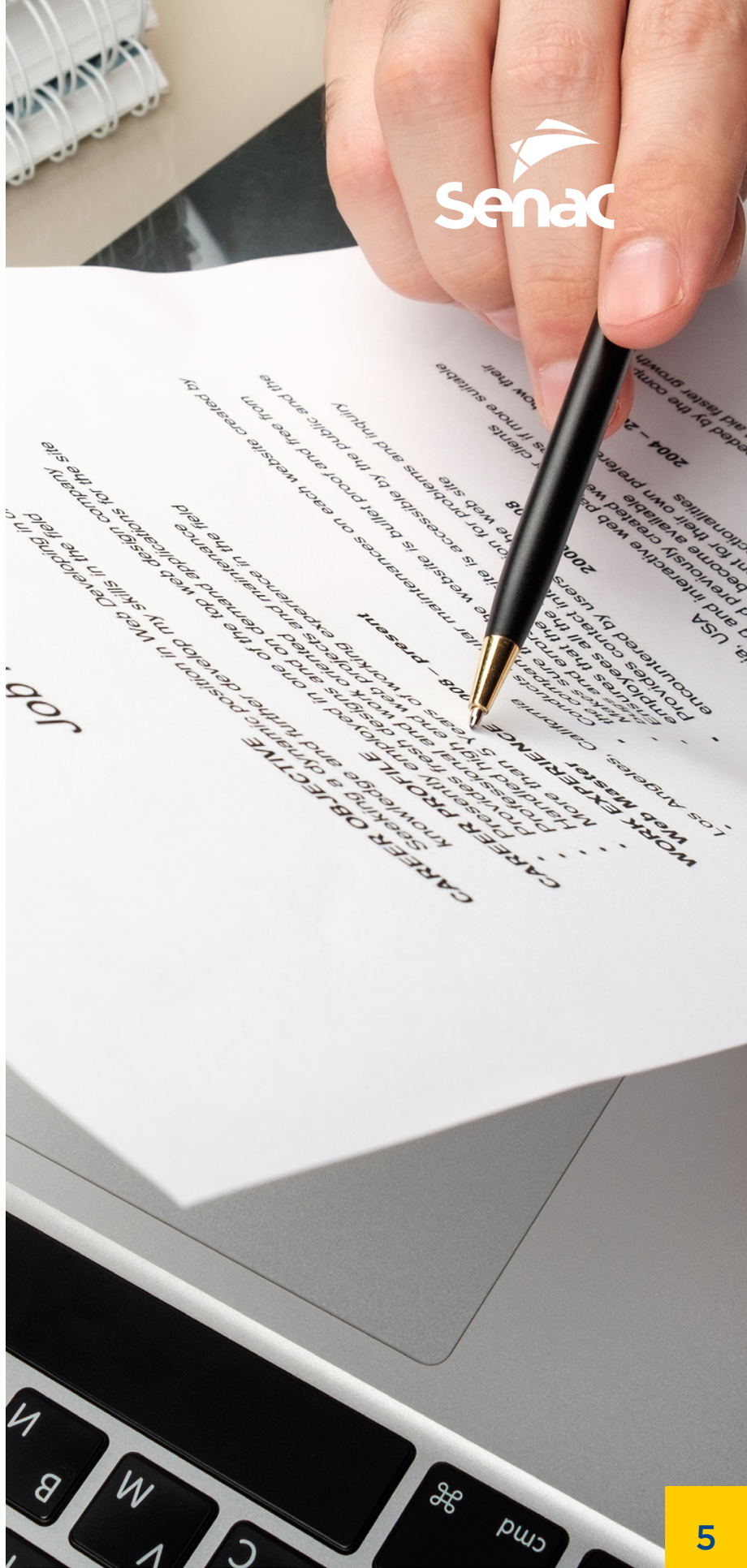
Neste documento você deve abordar os seus dados pessoais, o objetivo, o histórico profissional e a sua formação.



Lembre-se que se trata de um documento sobre a sua trajetória profissional, logo, evite incluir informações irrelevantes.

Os dados devem ser apresentados de modo inteligente, levando em consideração as necessidades da empresa à qual será apresentado.

Suas chances serão maiores se o seu currículo for claro, objeto e organizado!



Vejamos, a seguir, a estrutura básica de um bom currículo

Substitua o título CURRICULO VITAE pelo seu nome e sobrenome.

Nome e sobrenome

1. Dados pessoais
   - Endereço
   - Idade
   - Estado civil
   - Contatos (telefone, e-mail e sua rede social profissional – *LinkedIn*)

Fique atento com o login de e-mail que irá utilizar. Lembre-se de que você está elaborando um currículo. Evite login com expressões sem relação formal: lulugatafile, deia_afrontosa, dudu_gatinho.

Indique o cargo e a área que pretende atuar e lembre-se de que você deve apresentar um objetivo profissional de acordo com as suas experiências e/ou capacitações.

2. Objetivo

3. Formação acadêmica

É o seu grau de ensino nas três instâncias considerado pelo MEC (Ministério da Educação) que são formação básica, formação técnica e formação superior.

Informe o curso, nome da instituição formadora e ano de conclusão. Deve ser informado em ordem.

Cite a empresa, cargo, período e as principais atividades profissionais desempenhadas.

Ex.: Empresa XPTO S.A.

Analista de Recursos Humanos – maio/13 a novembro/15.

Responsável pelo processo admissional e de ambientação dos novos funcionários.

4. Experiência profissional

5. Cursos de aperfeiçoamento

Informe os cursos relevantes ao cargo pretendido e siga a mesma regra da formação acadêmica.

As informações de formação acadêmica, experiências profissionais e cursos de aperfeiçoamento devem iniciar pelo mais recente.



Assista ao vídeo

Monte o seu Currículo

https://www.youtube.com/watch?v=9VWvO5x_Gdg

Formatação

- Use folha de papel A4 na cor branca.
- Formate seu currículo com margens superior e inferior (2,5 cm), esquerda e direita (3 cm).
- Faça uso do corretor ortográfico mas, mesmo assim, verifique antes de enviar.
- Foto somente se solicitado pela empresa e tenha cuidado! Escolha uma foto formal, não use as que estão nas suas redes sociais.
- Salve o currículo em PDF. Caso a empresa solicite, envie em formato Word ou no corpo do e-mail.
- Não utilize margens personalizadas e figuras (corações, estrelinhas etc.).

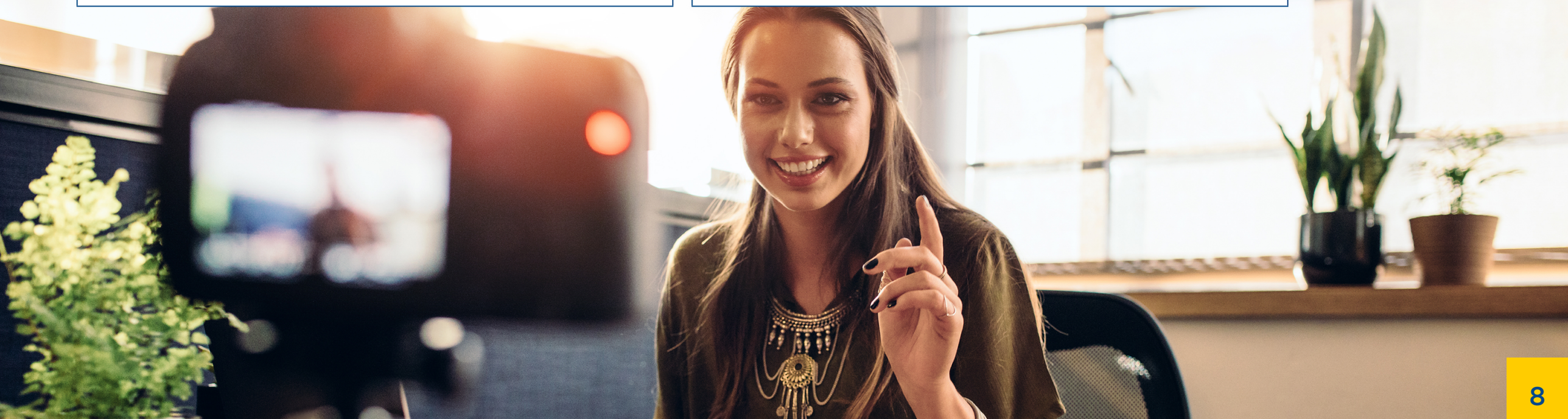


Toda regra tem sua exceção. Hoje em dia, dependendo da empresa e do cargo, há alguns formatos de currículos que se tornam atrativos e diferenciais. Esses modelos são denominados infográficos.

Vídeo currículo.
É verdade ou fake news?

Esse novo formato de currículo tem ganhado cada vez mais espaço, pois apresenta algumas vantagens para as empresas e para os candidatos. São elas:

Empresas	Candidato
• Facilita e acelera o processo seletivo. • Permite conhecer melhor o candidato.	• Grande chance para falar sobre suas experiências profissionais. • Você falando sobre você e não uma folha de papel. • Você se preparar e mostrar o melhor de você.



Para elaborar um bom vídeo currículo

- Roteirize a sua ideia.
- Foque nas experiências de acordo com a vaga.
- Cuidado com a sua apresentação pessoal (roupas, maquiagem e acessórios).
- Cuidado com o seu “cenário”.
- O tempo de duração ideal é de 1 minuto e 30 segundos até 2 minutos.
- Evite lugares barulhentos.
- Escolha o melhor recurso de gravação (celular ou *webcam*).
- Use tripé ou apoio para evitar comprometer a gravação.
- Não esqueça do olho no olho, ou melhor, olho na lente!



Quando escolher o cenário, lembre-se de que o mesmo falará muito sobre você, então escolha um ambiente organizado, tranquilo e com boa luminosidade. Quando estiver falando, foque na lente! Pense que do outro lado está o recrutador e você precisa transmitir segurança no seu discurso.

Caso não tenha muita habilidade com a câmera, peça ajuda para alguém gravar para você ou use um tripé para câmera ou celular. A qualidade do vídeo e a sua apresentação serão primordiais para a decisão do recrutador.



Algumas empresas utilizam o vídeo currículo como etapa de seleção e costumam encaminhar para os candidatos aprovados nas demais etapas algumas perguntas a serem respondidas no vídeo. Então, encare isso como uma excelente oportunidade de você valorizar bastante a sua apresentação.

LinkedIn



Um feed organizado ou um LinkedIn atualizado?

O LinkedIn é uma rede social profissional que te permite fazer diversas conexões profissionais, receber e conceder recomendações e, principalmente, manter-se atualizado sobre o mercado de trabalho.

Como é mais extenso que um currículo, essa ferramenta permite que você inclua artigos, projetos que você participou, trabalhos voluntários dentre outras opções ou seja, você tem mais espaço para contar a sua trajetória profissional!

Dicas para um perfil completo no LinkedIn

Quanto mais completo for o seu perfil, mais chances você terá de fazer boas conexões e conseguir a tão sonhada vaga.
Se liga nessas dicas:

- Ao editar o seu perfil, na opção Título, inclua o seu cargo atual ou palavras-chaves relacionadas a sua área de interesse.
- Use o campo RESUMO para resumir, de maneira clara e objetiva, a sua trajetória profissional. Essa será a sua vitrine.
- Escolha uma boa foto de perfil. Nada de aproveitar as fotos das suas redes sociais.
- Inclua uma foto de capa. Escolha uma que tenha relação com a sua área de atuação, isso profissionaliza o seu perfil.
- Inclua as suas formações e capacitações.

- Profissionais engajados em trabalhos voluntários são bem conceituados pelas empresas. Se fez ou faz um trabalho legal, informe!
- Pesquise, leia e compartilhe informações relevantes a sua área de atuação.
- Participe de grupos relacionados a sua formação e/ou área de atuação.
- Faça conexões, principalmente com bons colegas de trabalho e profissionais da área de interesse.
- Recomende suas conexões de acordo com as competências que elas têm. Esse é o segredo para ser recomendado. Recomende!
- “Siga” as empresas que você considera relevante e que podem ofertar vagas de seu interesse.
- Mantenha o seu perfil sempre atualizado.

Entrevista

Quando você for convocado para uma entrevista, comemore e se prepare!

- Cuide não somente da apresentação pessoal, mas também em conhecer a empresa.
- Faça uma pesquisa na internet sobre a empresa, visite o seu site e redes sociais e, se conhecer algum funcionário, pergunte sobre a mesma.
- Quando você é convocado para uma entrevista, isso é um indício de que a empresa quer te conhecer melhor, mas ela também quer saber o que você conhece sobre ela.



A sua pesquisa deve responder aos seguintes tópicos:

- Qual é a missão, a visão e os valores da empresa?
- Quais são os principais concorrentes da empresa?
- Como é o ambiente dessa empresa?
- A empresa tem um dress code mais formal ou informal?

Se já tem todas as respostas, agora é a hora de se preparar para o grande momento!

- Treine as suas respostas e, quando não souber pronunciar ou não tiver certeza do uso de determinada palavra, substitua.
- Prepare a sua roupa de acordo com a pesquisa que você fez. Evite uso excessivo de maquiagem e perfume, bem como decotes, roupas desconfortáveis e acessórios que chamam muito a atenção.
- Os rapazes devem estar com a sua barba feita, cabelos penteados e devem evitar camisas de time e bonés.
- Pesquise o endereço antes e, se não souber como chegar, faça uso dos aplicativos disponíveis.
- Saia cedo de casa, pois pode acontecer algum imprevisto.
- Seja pontual. Programe-se para chegar com, pelo menos, quinze minutos de antecedência;



Dinâmica de Grupo

Fique atento às regras da dinâmica e seja você. Quanto mais natural, melhor.

Entenda o que será avaliado. Assim, o processo ficará mais fácil.

Não fique parado esperando ser chamado. Seja proativo e participe das atividades.

Busque interagir com os demais participantes, demonstre que você gosta e se sente bem trabalhando em equipe e estabelecendo bons relacionamentos.



Assista ao vídeo

Dicas de Processo Seletivo:

https://www.youtube.com/watch?time_continue=9&v=x854U5yiYCc



Gostou do material?

Compartilhe esse e-book nas suas redes sociais!

Senac

https://www.rj.senac.br/