

CURRÍCULO Conseguir uma vaga não é um processo fácil, trazendo sensações entre a ansiedade e a preocupação. Ana Paula Prado, CEO do Infojobs, recomenda transparência e fit cultural aos que buscam um novo emprego

10 dicas para se recolocar no mercado de trabalho



De acordo com o Caged, demissões voluntárias aumentaram 70% nos primeiros meses deste ano

Ana Paula Prado alerta para "a grande renúncia"

» MARIANA ANDRADE*

O Brasil tem, hoje, cerca de 10,6 milhões de pessoas desocupadas, de acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Em comparação ao trimestre anterior, são 1,4 milhão de trabalhadores a menos, representando um recuo percentual de 11,5%. Um grupo considerável de desempregados se demitiu voluntariamente.

O Cadastro Geral de Empregados e Desempregados (Caged) mostra que, em março deste ano, o país registrou um marca recorde de demissões em um único mês, perfazendo um total de 603 mil pedidos voluntários. A marca é a maior desde janeiro de 2020, e aponta a dificuldade que os trabalhadores enfrentam para retornar ao mercado de trabalho.

Mesmo com o cenário gritante de crise econômica, muitos buscam novas oportunidades de realização profissional. Para a CEO do Infojobs, empresa de soluções tecnológicas para RH, Ana Paula Prado, essa tentativa "torna-se um desafio ainda maior e, sem dúvida, uma ação importante

para as pessoas que, atualmente, não estão trabalhando e não conseguem obter um meio de renda".

Ela não atribui um perfil específico para as demissões voluntárias, devido aos aspectos individuais de cada profissional. "Pode ser uma saída para cuidar da saúde, da família, ou um caminho para conseguir outra oportunidade. Além disso, embora o desemprego seja alto, também observamos um grande número de pessoas pedindo demissão voluntariamente. É a chamada 'grande renúncia'", diz Ana Paula.

Segundo dados do Caged, as demissões voluntárias aumentaram 70% nos primeiros meses do ano. Para Ana Paula, trata-se de reflexo de diversos fatores, principalmente de um novo comportamento dos profissionais, que estão prezando por qualidade de vida, avaliando mais as empresas que atuam e mudando suas prioridades.

Ao analisar esses dados, Ana Paula, elencou 10 dicas para profissionais que desejam se recolocar no mercado de trabalho.

*Estagiária sob a supervisão de Ana Sá

Siga essas orientações

Mantenha seu currículo sempre atualizado.

É essencial, já que essa prática pode ser a porta de entrada para uma boa oportunidade. Descreva suas experiências em ordem cronológica, da mais recente à mais antiga. Aproveite o documento para detalhar suas últimas experiências e contar sobre os projetos em que esteve envolvido.



Busque oportunidades em sites de recrutamento.

Hoje em dia, a maioria das empresas pedem que os candidatos preencham um formulário em seus sistemas ou sites de recrutamento. Por isso, além de atualizar o currículo, é imprescindível buscar oportunidades nas principais plataformas de vagas. Dessa forma, será mais fácil os recrutadores encontrarem seu perfil.



Faça um mapeamento de vagas.

Com o currículo atualizado e formulários preenchidos em sites de recrutamento, é recomendável buscar uma inscrição mais assertiva. É recomendável checar o site das empresas mais atrativas, assim como perfis nas redes sociais, como LinkedIn.



Procure qualificação profissional.

Cada vez mais, cursos e atividades extracurriculares estão ganhando força no mercado de trabalho. Durante a pandemia, por exemplo, muitas faculdades abriram sua grade de cursos para possibilitar que as pessoas tivessem mais acesso. Se você teve a oportunidade de realizar algum deles, não hesite em colocá-los no seu currículo.



Pense sobre seus objetivos de carreira.

Este pode ser o momento ideal para refletir sobre sua trajetória profissional e seus objetivos. Comece listando as principais conquistas e aprendizados que teve até o momento e ordene o que espera da sua carreira nos próximos meses e anos.



Defina metas profissionais.

Depois de avaliar seus objetivos, ficará mais fácil identificar quais caminhos buscar e quais oportunidades fazem mais sentido para seu momento de carreira. Com isso em mente, defina suas metas a curto e longo prazo, e esteja sempre atento a elas.



Considere o fit cultural.

O fit cultural nada mais é do que o alinhamento entre os valores do candidato e da empresa. Por isso, antes de aceitar um novo desafio, é interessante verificar o histórico da empresa, avaliações de funcionários e ex-colaboradores, além de suas principais missões. Ao se identificar com esses pontos, você, provavelmente, terá mais segurança e ânimo para encarar a nova oportunidade.



Pesquise sobre a empresa.

Estude sobre a firma e a vaga oferecida para alinhar seu objetivo com o propósito do lugar. Assim, também é possível ordenar quais competências destacar na hora de preencher o currículo on-line e focar no momento da entrevista. Muitas vezes, durante as entrevistas, os recrutadores deixam em aberto um espaço para os candidatos fazerem perguntas sobre a empresa e sobre a vaga. É neste momento que eles medem o interesse do candidato.



Prepare-se para a entrevista de emprego.

Apesar das entrevistas nunca serem iguais, o objetivo é sempre o mesmo: conhecer melhor o candidato e entender de que forma ele pode colaborar com a posição oferecida. Dessa forma, prepare-se antecipadamente para a conversa, estude perguntas e suas possíveis respostas; quanto mais alinhado estiver com a mensagem que quer passar, mais confiança passará. As empresas não contratam currículos, mas sim, pessoas. Logo, no momento da entrevista, é importante, além de citar suas experiências profissionais, inserir e detalhar vivências, contar o que de fato fez em seus últimos empregos, o que aprendeu, de que forma a oportunidade complementou e de que maneira você acrescentou para a empresa.



Seja transparente.

Essa pode parecer uma dica óbvia, mas acredite, muitas pessoas ainda aumentam ou até mesmo omitem informações na tentativa de impressionar os recrutadores. Não tem nada melhor do que ser 100% sincero. Foi demitido do último emprego por corte de gastos? Não fique constrangido. Não é fluente em uma língua estrangeira? Fale. Ainda não domina uma certa ferramenta, mas está estudando para isso? Conte a verdade. Mais importante do que você sabe fazer, é sua vontade de aprender.

