

DESENVOLVIMENTO

Especialistas explicam como o planejamento e a proatividade podem ser o segredo para evitar períodos de paralisação

Conheça estratégias para crescer na carreira

» MARIA EDUARDA LAVOCAT*

Muito se discute sobre as dificuldades de ingressar no mercado de trabalho, mas o que acontece depois ainda é pouco explorado. Apesar de conseguir um emprego ser um passo importante na carreira, é necessário pensar além dele, afinal, todos desejam evoluir para cargos mais altos, com salários maiores, e sentir realização no ofício.

Uma pesquisa feita pelo LinkedIn, a maior rede social profissional do mundo, afirmou que, no Brasil, 75% dos trabalhadores pesquisados estão considerando mudar de emprego em 2024. Outro ponto ressaltado no relatório é que os profissionais brasileiros consideram três principais motivadores para seguir outro rumo profissional: a busca por salários mais altos (44%), o desejo de alcançar um melhor equilíbrio entre vida profissional e pessoal (29%) e a confiança em suas próprias habilidades (21%).

Nesse sentido, cabe ao profissional trilhar sua carreira dos sonhos e, para isso, é preciso medir e definir objetivos para ter uma evolução constante, sem períodos de estagnação.

Sem plano

Segundo a mentora de carreiras Leila Arruda, a primeira década de trabalho é a mais agitada. “Normalmente, nesses primeiros 10 anos, ocorrem várias mudanças de emprego, começando, muitas vezes, como estagiário, depois se formando na faculdade, sendo efetivado e, possivelmente, iniciando cursos complementares”, disse.

Portanto, é nessa época em que há o maior crescimento proporcional para o trabalhador,

Arquivo pessoal



A estagnação acontece por falta de perspectiva de crescimento, desconexão com o cargo ou com a empresa atual"

Cláudia Abel, especialista em gestão de pessoas

visto que é nesse momento que ocorre uma constante busca de novos conhecimentos, realizando pós-graduação, mestrado, cursos profissionalizantes e aprendendo novos idiomas. Isso se reflete na carreira, com promoções e um crescimento exponencial. Porém, depois dessa época, as coisas tendem a esfriar.

Após os primeiros 10 anos de carreira, muitos profissionais

tendem a entrar em uma fase de estagnação. De acordo com a especialista em gestão de pessoas Cláudia Abel, a estagnação corresponde a um momento em que o profissional não se movimenta, está parado na carreira, sem plano de ação. Geralmente, acontece por falta de perspectiva de crescimento, falta de motivação, desconexão com o cargo ou com a empresa atual.

Divulgação



Sem buscar novos conhecimentos, habilidades e certificações, é difícil avançar para posições mais elevadas na carreira"

Leila Arruda, mentora de carreiras

Outro fator é a falta de proatividade. Alguns profissionais simplesmente se acomodam após alcançar um certo nível hierárquico e passam a esperar que a empresa os promova para cargos mais altos sem buscar uma especialização adicional. Leila Arruda afirma que essa é uma armadilha comum: “Sem buscar novos conhecimentos, habilidades e certificações, é

difícil avançar para posições mais elevadas na carreira”.

Para evitar essa situação, as especialistas afirmam que o segredo é sempre se profissionalizar, manter-se atualizado, se desafiar e não ficar na zona de conforto, apenas fazendo mais do mesmo. Além disso, também podem ser adotadas algumas estratégias de gestão de pessoas para guiar os profissionais.