

EXERCÍCIO

Levantamento de alternativas de trabalho

Objetivos

Em geral, quando imaginamos possibilidades de trabalho e carreira, criamos na nossa cabeça uma imagem genérica, pouco nítida. Temos dificuldade em distinguir o que é coisa da nossa imaginação e o que é a realidade daquela atuação profissional.

Assim, nossa mente passeia por muitas alternativas de trabalho que parecem, ao mesmo tempo, sedutoras por um lado, mas arriscadas por outro. Acabamos não conseguindo distinguir o que devemos considerar a respeito das escolhas profissionais que avaliamos e fica difícil identificar quais são as melhores opções a serem exploradas.

Este exercício vai te ajudar a avaliar de maneira mais embasada e concreta as opções profissionais que você está considerando. Ele também vai fornecer uma visão geral destas alternativas e facilitar a comparação entre elas.

Duração

De 30 minutos a 2 horas, dependendo do número de alternativas que você gostaria de avaliar.

Como fazer?

Preencha a tabela na próxima página conforme explicado a seguir:

1. Opções/alternativas: liste aqui todas as possíveis opções de carreira ou trabalho que você acha que valeriam a pena pensar um pouco mais a respeito, ou que despertam sua curiosidade. Tente ser o mais específico possível. Por exemplo, “Trabalhar como analista de endomarketing em uma multinacional” traz mais clareza do que escrever só *marketing*. “Passar em um concurso para trabalhar na área administrativa da Polícia Federal” é mais específico do que escrever “Concurso público”. “Montar uma loja online para vender cerâmica” é mais concreto do que “Artesanato”.

2. Ganhos: tente imaginar como seria sua vida realizando aquele trabalho. Pense tanto no que você precisaria fazer para dar vida a esta opção quanto o que aconteceria quando você estivesse desenvolvendo sua carreira naquilo. Por exemplo, para a alternativa de “Passar em um concurso para trabalhar na área administrativa da Polícia Federal”, considere que ela inclui tanto o trabalho dentro da Polícia Federal quanto o estudo e preparação que você vai precisar ter durante um tempo para conseguir passar no concurso. Liste aqui todos os pontos positivos, ou ganhos, que esta opção poderia trazer para você.

3. Perdas: assim como o item acima, imagine quais seriam os aspectos negativos, ou o que você perderia, se escolhesse essa como a sua opção de carreira.

Fique atento! Responda sobre os ganhos e perdas de acordo com o que seria positivo e negativo para **você!** Um mesmo fator pode ser desejável para uma pessoa e indesejável para outra. Por exemplo: algumas pessoas querem rotina, outras não se sentem bem com elas. Algumas pessoas querem se tornar líderes, outras preferem não precisar gerir outras pessoas.

Outro ponto importante é que nem sempre a gente sabe se certo ponto positivo vai estar presente ou não na carreira. Por exemplo, para montar uma loja online e vender cerâmica, será que é necessário um grande investimento? Se isso for verdade o investimento pode representar um ponto negativo (uma “perda”) nesta opção. Sinalize estes pontos de dúvida com um asterisco, para que você saiba que ali há um fator que você tem que investigar melhor para avaliar a opção.

4. Âncoras de Carreira: se você tiver respondido ao inventário de Âncoras de Carreira, inclua aqui as três âncoras que você sente serem as mais significativas para você, e avalie o quanto elas seriam atendidas em cada possibilidade de trabalho. Coloque um + para aquelas que seriam muito bem atendidas, +- para aquelas que não seriam bem atendidas e - para aquelas que não seriam atendidas.

5. Pontos fortes: identifique seus principais pontos fortes. O que você faz bem e com facilidade, e que quando você está fazendo nem percebe o tempo passar? Quais qualidades as pessoas destacam em você? Identifique três a cinco forças que você sente que estão na sua essência, que você mais sente prazer em usar e que são mais importantes na sua vida. Então, avalie as suas opções de acordo com elas. Coloque um + nas alternativas que mais precisarem dos seus pontos fortes, +- para aquelas que se beneficiariam ocasionalmente deles e - para aquelas que têm pouca ou nenhuma relação com seus pontos fortes.

6. Avaliação: em seguida, avalie quais das opções você deve manter, pois se mostraram mais interessantes e merecem ser mais bem estudadas, e quais delas poderiam ser deixadas de lado neste momento ou eliminadas para que você possa investir nas mais promissoras. Defina ações concretas para explorar e experimentar as alternativas prioritárias.

Veja um exemplo

Suponhamos que a pessoa que respondeu a este exemplo tenha as seguintes características:

Âncoras de carreira mais fortes: Desafio Puro (DP), Criatividade Empreendedora (CE) e Gerência Geral (GG).

Pontos fortes: criatividade, pensamento estratégico, empatia.

1. Opções / alternativas	2. Ganhos	3. Perdas	4. Âncoras de Carreira			5. Pontos fortes	6. Avaliação
			DP	CE	GG		
Trabalhar como analista de endomarketing em uma multinacional	<ul style="list-style-type: none"> - Trabalho desafiador, baixa rotina; - Possibilidade de crescimento na organização e de vir a gerenciar outras pessoas; - Possibilidade de viagens a trabalho e contato com diferentes culturas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ritmo muito acelerado de trabalho: possibilidade de muitas horas extras; - Início da carreira com baixo rendimento; - Necessidade de fazer uma pós em endomarketing: alto investimento. 	+	+-	+-	+	Manter
Passar em um concurso para trabalhar na área administrativa da Polícia Federal	<ul style="list-style-type: none"> - Estabilidade de trabalho e bom salário. 	<ul style="list-style-type: none"> - Risco de ter que mudar de cidade várias vezes; - Muito tempo e dinheiro investido no estudo até passar, teria que deixar de lado muitas atividades pessoais; - Trabalho provavelmente envolveria muita rotina (*verificar). 	+-	-	-	-	Eliminar
Montar uma loja online para vender cerâmica	<ul style="list-style-type: none"> - Trabalhar com uma habilidade para a qual tenho talento e de que gosto muito; - Trabalhar em casa, e no meu próprio ritmo; - Possibilidade de transformar a pequena loja em um negócio maior; - Possibilidade de conjugar com outros trabalhos que poderiam ajudar a compor o sustento. 	<ul style="list-style-type: none"> - Variação de rendimentos. Primeiros anos com baixo retorno financeiro; - Necessidade de tempo para desenvolvimento de muitas competências e conhecimentos que ainda não tenho sobre comércio <i>online</i>, comportamento do consumidor, etc. 	+	+	+-	+	Manter

Agora, liste e analise as alternativas que parecem mais interessantes para você:

1. Opções / alternativas	2. Ganhos	3. Perdas	4. Âncoras de Carreira			5. Pontos fortes	6. Avaliação
			DP	CE	GG		

1. Opções / alternativas	2. Ganhos	3. Perdas	4. Âncoras de Carreira			5. Pontos fortes	6. Avaliação
			DP	CE	GG		

1. Opções / alternativas	2. Ganhos	3. Perdas	4. Âncoras de Carreira			5. Pontos fortes	6. Avaliação
			DP	CE	GG		