

## Procurando(-se) Emprego

*Mariá Giuliese\**

Todos nós passamos, em algum momento da vida, por experiências de mudança. Estas podem ocorrer por vontade própria, por determinação de outros ou por ambos. Qualquer que seja a mudança ela pressupõe um período de transição que começa quando sentimos uma intensa necessidade de mudar, mas não sabemos o que: se nós mesmos, o outro ou o contexto em que estamos inseridos. O primeiro impulso é buscar algo novo para rapidamente preencher o vazio, mas nos confrontamos como a dúvida: o que precisa ser feito e como?

No caso da transição que envolve a perda do emprego, é preciso aprender a olhar os sentimentos que emergem e compreendê-los para poder não apenas trocar de emprego, mas realizar uma efetiva mudança para algo que valha à pena, que gere realização e dê sentido à vida.

No entanto, a aflição que emerge no momento da separação costuma obscurecer a percepção e dificultar a caminhada. Para buscar uma nova oportunidade de trabalho é importante “pré-parar-se” para o futuro. Isso significa que primeiro é necessário parar, depois se preparar, para em seguida agir.

Realizar a viagem de transição requer que um destino seja definido e uma rota estabelecida, o que é, por si só, bastante complexo e exige que o autoconhecimento preceda a ação. Partir imediatamente em busca de uma vaga é muito arriscado, pois você pode acreditar que está fazendo a escolha certa. Ao contrário disso, acaba dando início a uma nova atividade que não está alinhada com seu perfil e planos de futuro e poderá durar pouco ou levar você a fazer mais do mesmo, sem perspectivas de maior realização.

Os profissionais que se encontram em transição sempre me perguntam: “Como está o mercado?” O mercado está como sempre esteve, ou seja, ora mais ora menos movimentado. O importante é saber como você está! Olhar para si próprio é uma tarefa árdua, embora recompensadora, porém nem sempre é possível realizá-la sozinho. Lembre-se que você pode se dar a oportunidade de buscar um interlocutor experiente que conheça o mundo do trabalho e o ser humano para ajudá-lo a entender a si próprio, ao mercado e como fazer para aproximar um do outro.

Com ou sem acompanhamento defina o destino da sua viagem e o caminho para chegar lá. Feito isso conte para as pessoas que te conhecem o que está procurando. É adequado ter sempre bons argumentos sobre sua experiência, o que pode e o que quer oferecer. Assim o outro sentirá segurança e confiança na sua busca e nas suas competências. Em seguida construa um currículo simples, sintético e objetivo que efetivamente reflita que profissional você é. Depois monte uma estratégia para abordar o mercado, tanto quanto possível, pessoalmente. Retome contatos com amigos, conhecidos, ex-colegas de trabalho, participe de congressos, palestras, seminários, feiras e eventos da sua área de atuação.

Pesquise os sites de busca de oportunidades, tendo em mente que o importante é saber das posições e só coloque seu currículo naqueles que você realmente conhece e confia. Atualmente existem muitas comunidades com bancos de currículos e de vagas. Avalie criteriosamente de quais delas você deve participar. Escolha aquelas mais afinadas com você.

Em hipótese alguma deixe de responder a um convite para uma entrevista ainda que ele pareça pouco adequado ao seu perfil. Será sempre uma oportunidade de se fazer conhecer e de conhecer alguém que possa ter interesse na sua experiência. É importante também ter clareza sobre os motivos pelos quais você saiu do último emprego. Prepare-se para as entrevistas e para as negociações, saiba como o mercado está pagando e como ele compra sua experiência. Lembre-se que sempre há uma margem para negociação. Não feche a porta se a primeira proposta for insatisfatória.

Quanto mais conhecimento você tiver a seu próprio respeito, quanto mais souber o que quer e se empenhar para desenhar o caminho, quanto mais claro seu desejo de realização, tanto mais fácil e eficiente será o caminhar.

**(\*) Mariá Giuliese é Diretora Executiva da Lens & Minarelli, empresa especializada em Outplacement e Aconselhamento de Carreira.**