CURRÍCULO irresistível

Motivatudy®

A AUTORA



MARIA ALVES

Maria Alves é uma estudante da Graduação em Saúde Pública Europeia na Universidade de Maastricht, Holanda e research assistant no Maastricht University Institute of Education Innovation (EDLAB). Em 2021, Maria foi selecionada entre os 80 melhores alunos da universidade para participar do programa de honra. Durante o vestibular, ela participou de diversos processos seletivos para entrar em universidades gringas e, por isso, tem experiência com candidaturas em mais de 5 países. Além disso, foi aprovada para vagas de pesquisa em instituições de ponta, como FioCruz, no Brasil, e no Summer Lab Internship Program, da Masaryk University, na República Tcheca. Em todos esses processos, o currículo foi o primeiro documento exigido. Reunindo toda sua experiência, conhecimento e estudo, resolveu dividi-las em seu instagram, por meio de workshops, mentorias e outros produtos. Dentre seus mais de 1.300 alunos, aprovações em vagas de estágio, empregos, mestrados, graduações e cursos de verão ao redor do mundo são comuns. Esse ebook é para você, que está cansado de não ser notado e quer se destacar no mundo acadêmico e mercado de trabalho.

SUMÁRIO

1. Currículo é Marketing 5

2. O que você vai aprender com este ebook? 6

3. Como utilizar este ebook? 8

4. Não existe apenas um currículo 10

5. Como ter uma estratégia de destaque 14

6. Mas posso colocar isso? 17

7. Selecionando atividades 20

SUMÁRIO

8.	Plano, ação e prioridade	23
9.	O storytelling do design	25
10.	O que não pode faltar no currículo?	30
11.	Seções secundárias	36
12.	Não tenho experiência profissional	42
13.	Amarrando as pontas	44
14.	Como enviar seu currículo por e-mail	47
15.	5 segundos de coragem	49

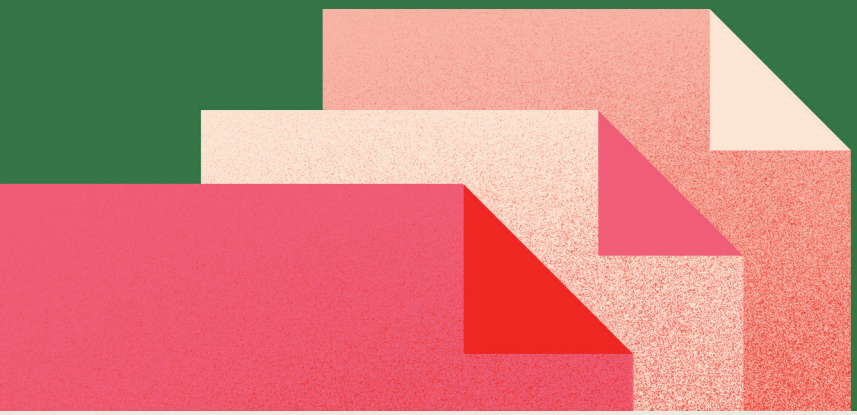
1. CURRÍCULO É MARKETING

Ao longo desse ebook, irei trazer diversas ferramentas de marketing para você aplicar no seu currículo. O motivo? O currículo é o seu marketing e o produto é você, a sua capacidade.

Parece algo bem ruim dizer isso, mas é verdade. No mundo de prestação de serviço capitalista, a sua competência intelectual é a mercadoria mais valiosa do mercado. Quanto mais rápido você entender as ferramentas de marketing, mais fácil você conseguirá se posicionar como o candidato perfeito. Por isso, irei trazer conceitos de pitch, storytelling e outros termos aqui neste eBook.

Além disso, iremos conversar desde a estratégia de começar a traçar habilidades para seu currículo até a execução final: a formatação do documento. Para você ter um currículo poderoso, você precisa ter feito atividades poderosas. Iremos tratar tudo sobre estratégia aqui.

Você está pronto para ter um currículo capaz de te destacar e te vender como candidato ideal?



2. O QUE VOCÊ VAI APRENDER COM ESTE EBOOK?

Neste eBook você vai aprender a ***como se destacar*** pelo currículo. Você sabia que seu currículo vai ser lido em 30 segundos? Pois é, uma passada de olhos te faz estar dentro ou fora. E você quer estar dentro. Você precisa estar dentro.

Eu vou te ensinar a como entender quais habilidades você precisa ter, a depender do seu objetivo, antes mesmo de montar um currículo.

Você vai aprender a ser estratégico, ao invés de fazer 1.000 habilidades que não te agrega em nada, e que no final, não serve para sua vaga dos sonhos.

Você vai aprender a formatar o design do seu currículo, para que ele conte a sua história de forma integral. O seu pdf não vai ser um a mais, porque todo o conteúdo que está ali faz sentido, você não apenas encheu linguiça.

Você vai aprender a ***se vender***, com uma página A4, e se posicionar como o candidato ideal, que bate todos os critérios de elegibilidade.

Você não vai aprender que quantidade é qualidade, na verdade, tem um capítulo aqui só para te ensinar a CORTAR atividades do seu currículo. SIM, você precisa editar e saber ***escolher as atividades ideais para cada vaga.***

Você não vai aprender a montar um portfólio, e sim o curriculum vitae.

Você não vai aprender a enviar um currículo comum, vulgar e medíocre.

Em conclusão, você vai aprender a ser um candidato destaque. Bem-vindo ao início do seu sonho.

3. COMO UTILIZAR ESTE EBOOK?

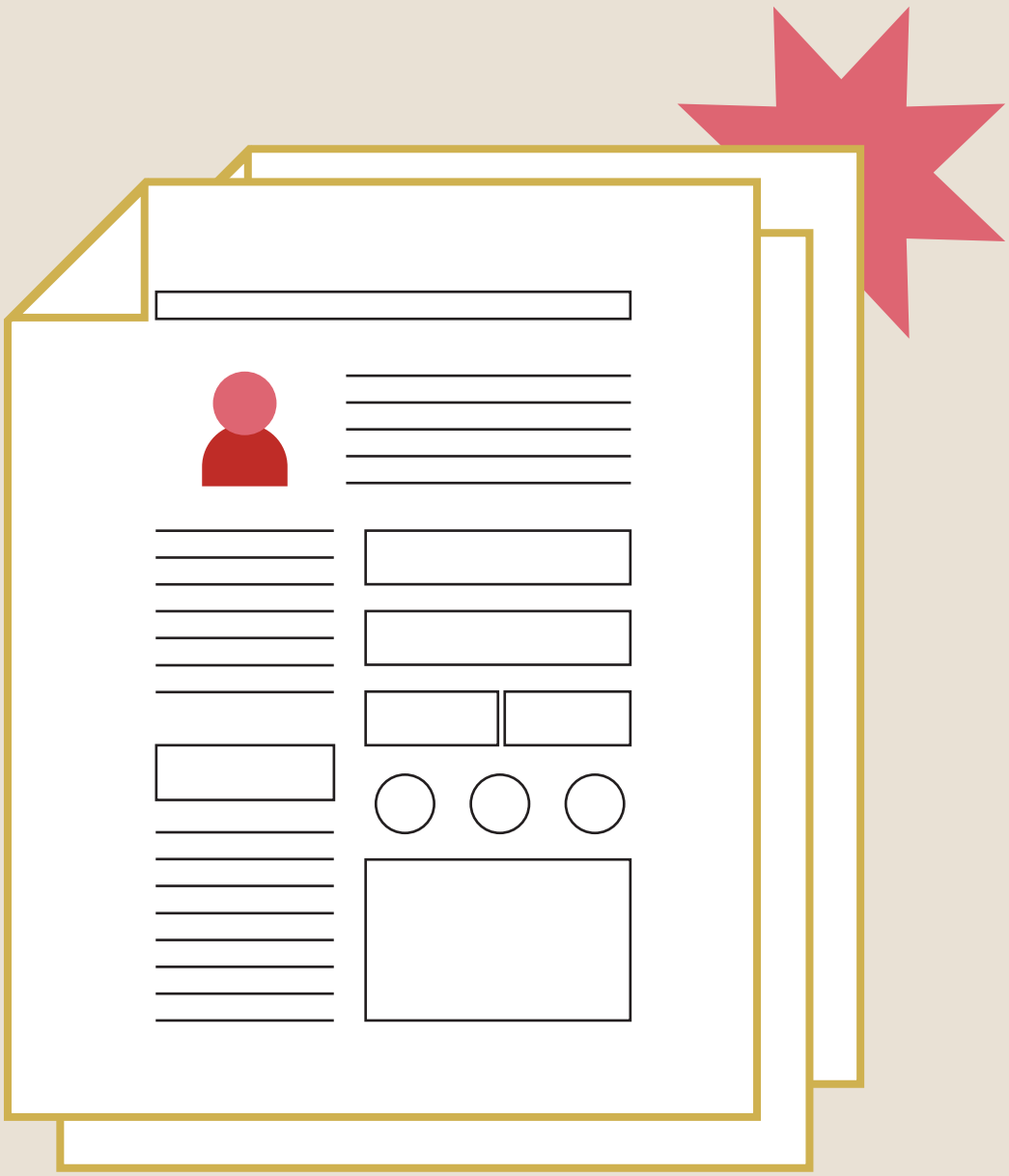
Este eBook foi designado para ser lido e relido, várias vezes, todas as vezes que você enviar um currículo. Ele chega a quase ser um manual. Ele é um documento para você consultar, sempre que estiver atualizando seu currículo.

Não se engane em achar que uma lida por ele inteiro, uma vez, irá te trazer resultados instantâneos. ***Você precisa adotar os hábitos deste eBook, por inteiro.*** E é impossível fazer isso com apenas uma leitura.

Por isso, está modificando ou adicionando algo no currículo? Abra este eBook e verifique se está tudo dentro dos conformes.

Além disso, quando falamos em nos candidatarmos para vagas, estamos falando em **DISTRIBUIR** currículo. 'Eu não vou dar e sim distribuir' deve ser o seu lema. Se você quer um emprego, não deve enviar apenas para 2 empresas e considerar o trabalho como feito. Você precisa enviar 20, 30 vezes. ***E cada vez que enviar, o currículo precisa ser personalizado, com as dicas deste ebook.***

Com uma ***boa estratégia, perseverança e clareza***, você vai conseguir chegar muito longe. Não desista, respire fundo e vamos juntos nessa jornada.



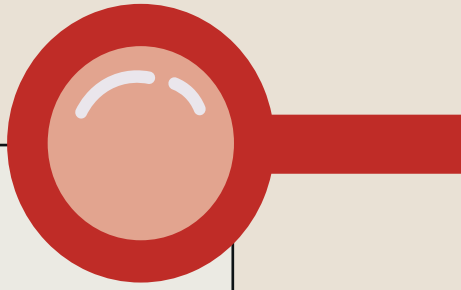
4. NÃO EXISTE APENAS UM CURRÍCULO

Quando a gente pensa no currículo, pensamos naquele documento pronto. Se eu te conheço, e acredito te conhecer um pouco, você tem 1 documento PDF para todos os empregos que já aplicou na vida. Estou errada?

Se essa for a verdade, preciso que pare de fazer isso agora. Cada vaga exige uma série de habilidades diferentes, pois cada vaga é única. Você é uma pessoa diferente com seus pais, seus amigos e no trabalho, certo? As histórias que você conta para essas pessoas também são diferentes. Por isso, você precisa entender que a Maria que está tentando ser contratada para uma vaga de pesquisa é diferente da Maria que está tentando ser contratada para uma vaga na Zara. Os empregos são diferentes, exigem habilidades diferentes.

Por isso, você também vai contar histórias diferentes para cada vaga e recrutador. Eu te disse que currículo é marketing, certo? Você está vendendo o seu peixe. Por isso, vamos agora nos aprofundar no conceito de “Storytelling”. Como o nome te diz, é literalmente a arte de contar histórias.

O seu currículo está contando a sua história profissional. Pense que você está colocando um texto corrido, de quem você é, profissionalmente, e o que já fez para chegar até aqui em tópicos. Eu começo e você continua, ok?



- Me chamo Maria;
- Me formei no Ensino Médio em 2017;
- Passei no vestibular;
- Estudei em Portugal durante 2019/2020;
- Fui Research Assistant;
- Estudo Saúde Pública na Universidade de Maastricht;
- Conquistei outro emprego de Research Assistant.

Tudo isso vai para meu currículo, caso eu queira ir para área acadêmica. No entanto, se eu for aplicar para um emprego na Zara, seria algo assim:

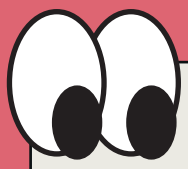
- Me chamo Maria;
- Me formei no Ensino Médio em 2017;
- Trabalhei como assistente no departamento de Marketing;
- Trabalhei como camareira.

Você consegue compreender que eu fiz TUDO isso, mas para eu selecionar quais histórias eu quero contar, depende da vaga? Eu consigo selecioná-las porque já tenho tudo isso na ponta da língua. Isso quer dizer que eu já contei a minha história várias vezes, para muitas outras pessoas e para o espelho muitas vezes.

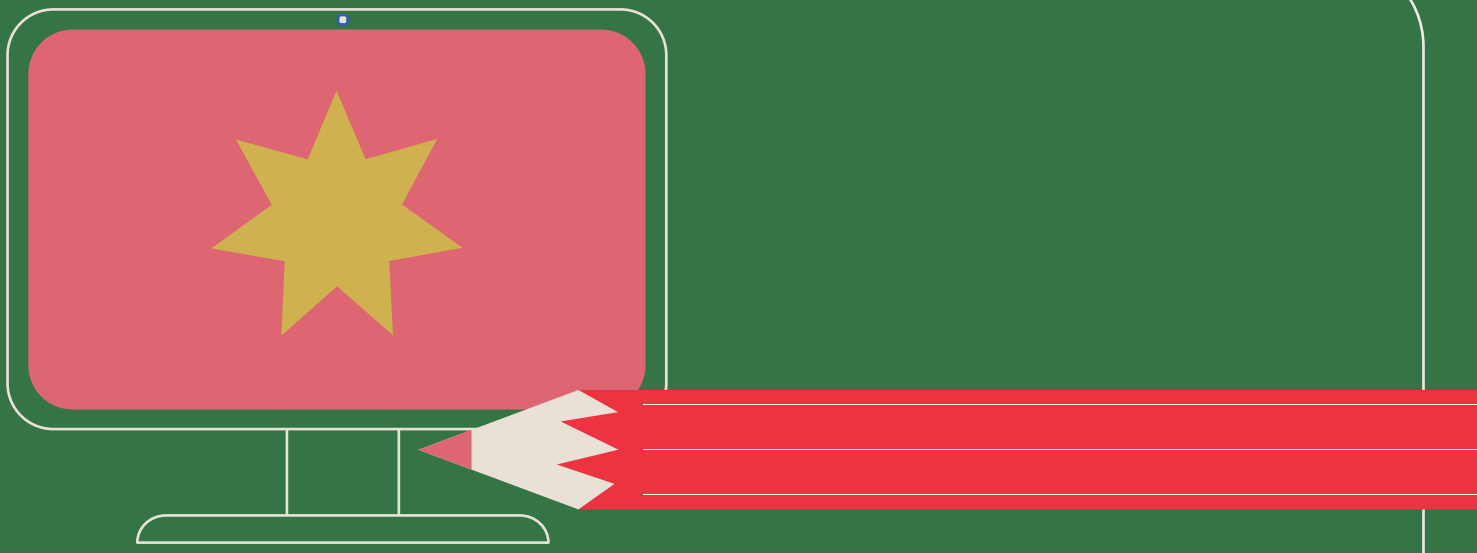
Nós vamos trabalhar no seu pitch e você irá conseguir contar sua história em 1 minuto, até porque temos apenas 30 segundos para prender a atenção das pessoas no seu currículo. Mas antes disso, precisamos saber TUDO que você fez, sem cortes, sem edições, todas as histórias juntas.

Escrever demais, te dá o direito de editar. Escrever pouco, te dá a obrigação de prezar por quantidade e não escrever nada com nada. Antes de tentarmos editar o seu currículo, precisamos listar essas atividades. Para isso, faça os exercícios abaixo e perceba quantas coisas você já fez. Muito mais do que o esperado, né?

ATENÇÃO!



Eu não quero que você edite agora. Não estou pedindo para você colocar apenas as coisas que você acha que são relevantes para seu currículo. ***Eu quero que você me conte tudo, até as que você não acha importante.*** Combinado?



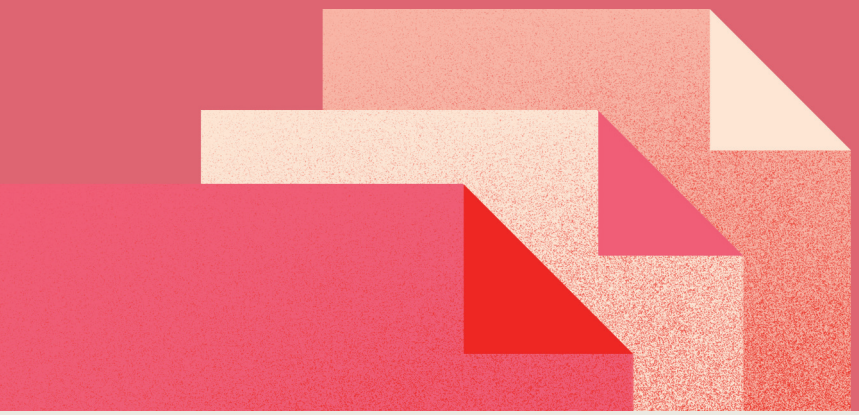
EXERCÍCIO

1. Liste todas as atividades que você já fez, desde o ensino médio:

2. Coloque em ordem cronológica:

DICA:
Uma boa ideia é pensar “e o que eu consegui com isso?”. Tente traçar retrospectivamente seus passos: onde você está hoje e como conseguiu chegar até aqui?





5. COMO TER UMA ESTRATÉGIA DE DESTAQUE

Muito antes de você começar a fazer o documento no Word e enviar por email, você precisa ter feito ***atividades que combinem com o perfil da sua vaga dos sonhos.*** Se você sabe que seu sonho é trabalhar na Unilever, ou que seu sonho é fazer mestrado na Itália, você deve construir um currículo durante meses, e até anos, para conseguir ter todos os requisitos necessários para se candidatar.

Muita gente me pergunta o que eles devem fazer assim que começam a faculdade. Existe apenas uma resposta para mim: ***atividades extracurriculares.*** Tudo que você faz fora da grade curricular é uma atividade extracurricular. No entanto, as mais poderosas dependem da sua área e onde você quer chegar.

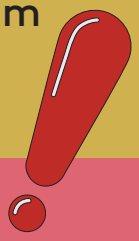
Vou te dar um exemplo pessoal meu. Quando eu entrei na faculdade, meu sonho era fazer meu mestrado na Suécia. Todas as atividades que eu escolhi fazer ao longo do meu curso foram para um objetivo final: meu mestrado de Saúde Global na Suécia. Assim, eu fui no site da universidade e olhei os critérios de

elegibilidade. Destes critérios, criei uma checklist. Todas as habilidades que eles pediam no formulário de inscrição estariam no meu currículo ao final dos 3 anos de graduação.

Por isso, você precisa ter estratégia. Imagina se você fizer mil coisas na sua graduação e no final, nenhuma das atividades que você fez correspondem ao seu emprego ideal. Dá vontade de matar alguém, né?

Então eu não quero escutar nada do tipo: “ah, eu não sabia”, “agora não dá mais jeito”, “não tenho tempo”...

Você precisa ser ***dono da sua própria história*** e, por isso, precisa ser estratégico para moldar esta história aos seus interesses. Chega de navegar sem bússola e mapa. Construa um currículo que faça sentido com aonde você quer chegar.



Ah, e está tudo bem você mudar de ideia da universidade ou da empresa que você quer trabalhar. Provavelmente, poucos detalhes vão mudar, mas a essência da vaga continua. Eu, por exemplo, não tenho mais meu objetivo final de me candidatar à vaga sueca, mas eu só descobri isso porque fiz coisas voltadas 100% para ela. Hoje, eu acredito ter ultrapassado essa vaga e, por isso, quero ir mais longe ainda.

Você pode ainda, querer mudar totalmente de carreira, mas as habilidades que você adquiriu continuam. O importante é ter um ponto de partida. Claro que, ao longo do caminho, você pode ir mudando a direção do barco.

EXERCÍCIO

1. Pense no que você gostaria de fazer no futuro. Escolha 1 coisa, mesmo se estiver na dúvida se é isso que você fará. Pode ser também uma vaga bem longe, que vai conseguir com 50 anos, tipo trabalhar em uma vaga sênior na ONU;

2. Vá nos sites de instituições que tenham essa vaga e procure pelos critérios de elegibilidade, seleção e quais responsabilidades você vai ter;

3. Monte uma checklist de todas as atividades exigidas nesta vaga.

Agora você tem um ponto de partida para construir um CV poderoso.





6. MAS POSSO COLOCAR ISSO?

- “Maria, eu posso colocar curso de idioma no meu currículo?” - ***SIM***
- “Maria, eu posso colocar que toco instrumentos no meu currículo?” - ***SIM***

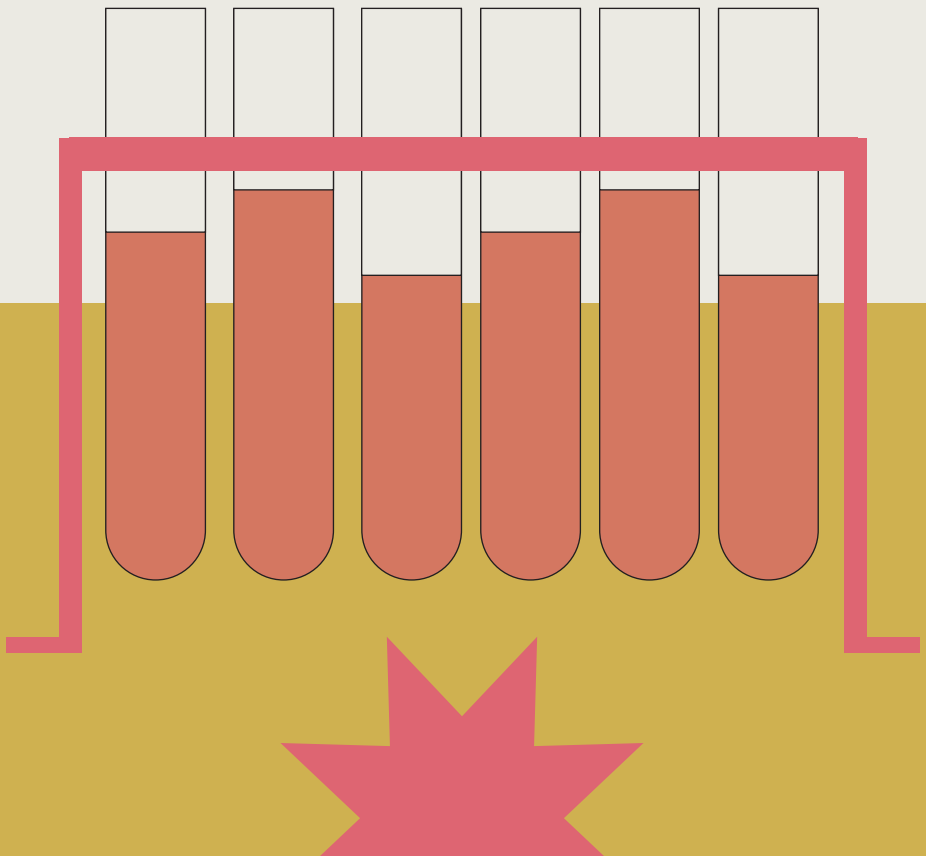
Eu posso continuar listando todas as coisas que você pode colocar no seu currículo, mas a lista nunca acabaria. Não existe NADA que você não possa colocar. Sabe por que? P***orque você está contando a sua história profissional através deste documento, então não existe certo e errado.*** O que existe é: ***“faz sentido com a vaga?”***

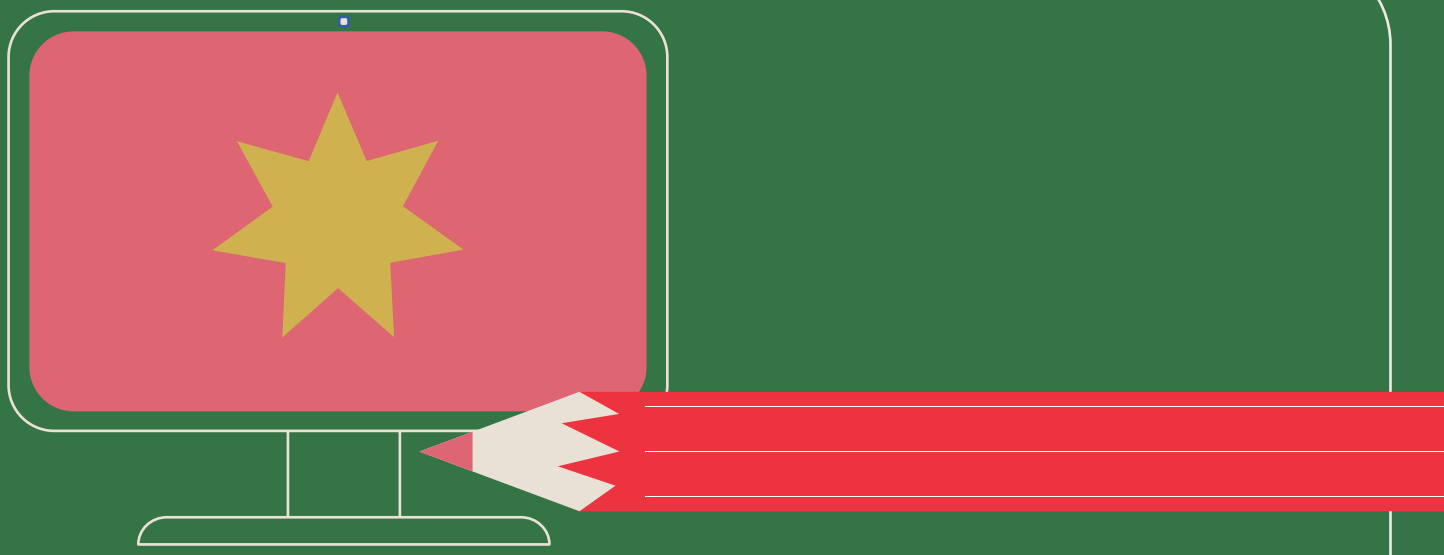
De novo voltamos ao ***storytelling:*** se você começar a contar a história do rei de Roma, que lutou várias batalhas, faria sentido dizer que ele fez crochet quando criança? Não seria relevante para a história, ao menos que: fazer crochet o ajudou a lutar com a espada. A história só faz sentido quando você relaciona uma ação com a habilidade que aquilo te trouxe.

Meu namorado já colocou no currículo que trabalhava em uma padaria, para uma vaga em um laboratório. O motivo? Ele não tinha experiência na área. Mesmo assim, ele relacionou essa habilidade com trabalhar em grupo e trabalhar sob pressão. A pesquisadora adorou e hoje já fazem 5 meses que ele tem essa vaga.

Uma seguidora me mandou uma mensagem falando que ajudou o amigo a escrever uma carta de motivação com as minhas dicas. O amigo dela colocou no currículo que fazia vôlei para uma vaga de pesquisa. Ele relacionou o esporte com a posição de liderança. Não acredita? Está nos meus destaques 'alunas' no instagram @motivatudy.

O que eu quero dizer com isso é que você pode colocar absolutamente tudo, mesmo! Mas a pergunta continua sendo a mesma: "faz sentido?". ***E quando eu pergunto se faz sentido, eu te pergunto se essa atividade te deu uma habilidade que a vaga considera importante.*** Por isso, vamos aos exercícios?



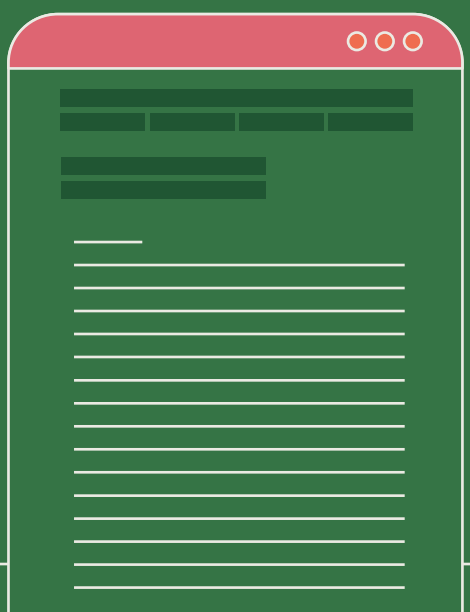


EXERCÍCIO

1. Pegue a sua lista de atividades que você fez no capítulo 4 e escreva 2 habilidades adquiridas para cada uma delas;

2. Volte na sua checklist de atividades pedidas pela vaga que você fez no capítulo 5 e escreva 2 habilidades para cada uma delas;

3. Veja quais você já tem e quais faltam.



7. SELECIONANDO ATIVIDADES

A gente acabou de conversar sobre TUDO poder estar no currículo, mas você vai ver que é super difícil continuar com 1 página PDF ao passar do tempo. Você vai ter coisas demais para pouco espaço. Como saber editar?

Simples, ***tente sair da redundância.*** Ou seja, você fez um curso de inglês quando tinha 18 anos, mas também tem a nota da prova de proficiência TOEFL. É redundante você colocar as duas atividades, já que elas te dão as mesmas habilidades: falar inglês.

Quando isso acontecer, coloque sempre a com o maior 'tchan', aquela que impressiona mais. Nesse caso, é o TOEFL. A seguir, vou te dar alguns exemplos para testar se você consegue distinguir a mais 'bam-bam-bam'.

EXEMPLO 1:
1. Curso de metodologia científica;
2. Iniciação científica por 1 ano.

Resposta: é redundante falar que você fez o curso de metodologia, se você tem uma IC no currículo. Para você fazer pesquisa é óbvio que você tem conhecimento metodológico.

EXEMPLO 2:
1. Curso de oratória;
2. Apresentação em congresso.

Resposta: é óbvio que se você se apresentou em um congresso, você tem a capacidade de oratória.

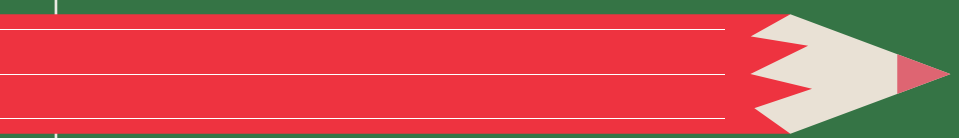
O segredo aqui é saber ***diferenciar o que é teórico com prático***. Preze por substituir atividades teóricas, como cursos, por atividades práticas. Se você fez na prática, é óbvio que sabe a teoria.

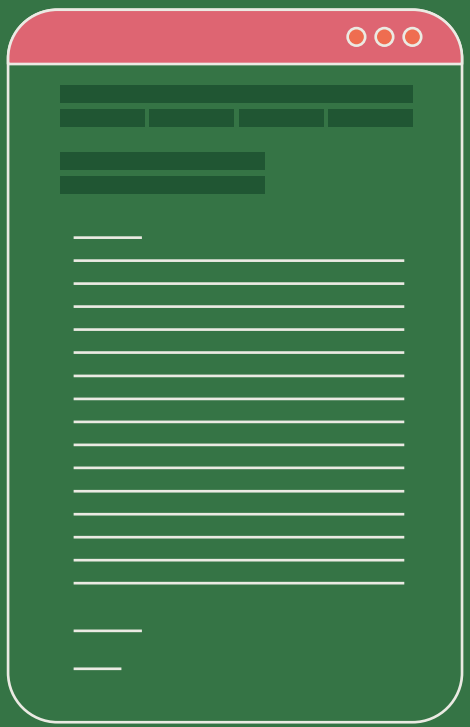
EXERCÍCIO

1. Agora é a sua vez de identificar o que é prático e o que é teórico dentre as suas atividades;

2. Dentre as teóricas, você tem alguma prática com as mesmas habilidades?

3. Se não, como você poderia ter essa teoria na prática?





8. PLANO, AÇÃO E PRIORIDADE

Agora você tem sua checklist e encontrou um monte de atividades que ainda precisam ser feitas. Não se assuste, você consegue fazer tudo, mas precisa ter prioridade. E se, no final do curso não conseguir, não se desespere. Vou te contar um segredo: os critérios de elegibilidade são um ***teste de compatibilidade.***

O que eu quero te dizer com isso é que você não precisa ter ***TUDO***, na verdade, é assim que homens se candidatam para vagas que eles não são qualificados. De acordo com pesquisas, ***mulheres apenas se candidatam quando possuem 90% dos critérios de elegibilidade***. Isso não acontece com homens, que se candidatam quando possuem 60% dos critérios.

Claro que eles têm favoritismo no mercado de trabalho, mas a questão que quero salientar para você é que a lista de critérios é uma 'pontuação'. Candidatos com todos os pontos têm mais chance de passar, mas não ter um ponto não te faz ser ***DESQUALIFICADO. Por isso, se candidate mesmo com pontos faltando.***

É importante que da sua checklist, você desenvolva um plano de ação: qual mês você vai fazer qual atividade? Qual sua prioridade? O que você já tem?

EXERCÍCIO

1. Desenvolva um plano de ação, com a data final que você vai se candidatar para essa vaga (recomendo colocar o ano de graduação, por exemplo);

2. Trace metas mensais para começar/finalizar cada atividade.



9. O STORYTELLING DO DESIGN

Eu sei que você tem um desejo de fazer o currículo mais lindo do mundo, não é verdade? Você acha que tendo um PDF todo enfeitado vai ser o diferencial entre você estar dentro ou fora. Certo? Errado.

Um bom design está relacionado com storytelling que você quer comunicar. Algo muito extravagante pode, em alguns casos, ser um ruído na profissionalidade que algumas empresas pedem. Além disso, um design diferentão pode ser, ainda, um empecilho para leitura. Lembre que ***você só tem 30 segundos para impressionar.*** Ninguém vai parar para entender aquela fonte toda desenhada.

É importante eu ainda mencionar que em alguns países, como UK, é proibido o CV ser diferente de preto e branco. Isso porque o time de RH gasta muita tinta com a impressora. ***Se atente a esses cuidados.***

Vamos analisar um currículo, juntas?

Analise esse currículo:

https://www.behance.net/gallery/98624487/CV-2020-Francesca?tracking_source=search_projects%7Cresume

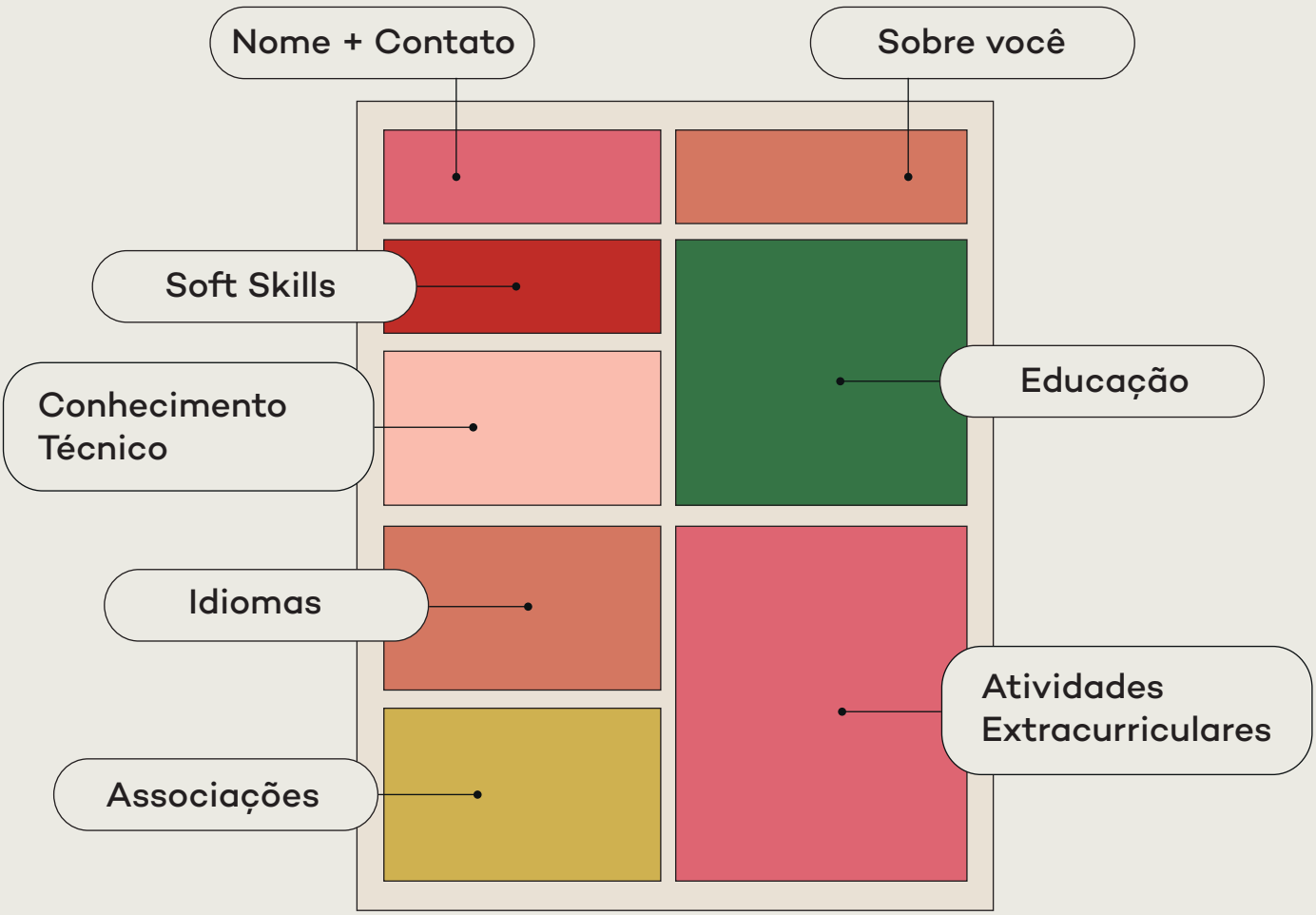
Ele tem uns elementos bem femininos, com ondas e plantinhas ao lado. Além disso, ele é rosa e azul, todo ilustrado, com desenhos similares à browser de internet. Correto?

Bom, faz super sentido para uma ilustradora e webdesigner, eu acho. Mas faz sentido para você que quer ser advogada, médica? A resposta é não.

Eu ainda vou além e provar para você que às vezes nos perdemos no design. Há 2 informações no currículo mencionado: quais softwares a pessoa consegue usar e onde ela fez a sua educação. Ouso a dizer que os elementos ilustrados do software a prejudicaram, tomaram muito espaço. Por isso, eu não sei se essa pessoa tem alguma experiência profissional.

Veja bem, a educação é um pouco difícil de ser achada. Essa deveria ser uma das primeiras coisas que você vê, porque é o que separa um amador de um expert. Quando a gente fala de jornada do usuário, precisamos pensar ***como as pessoas leem um currículo***. E isso é importante para você saber onde colocar as principais informações.

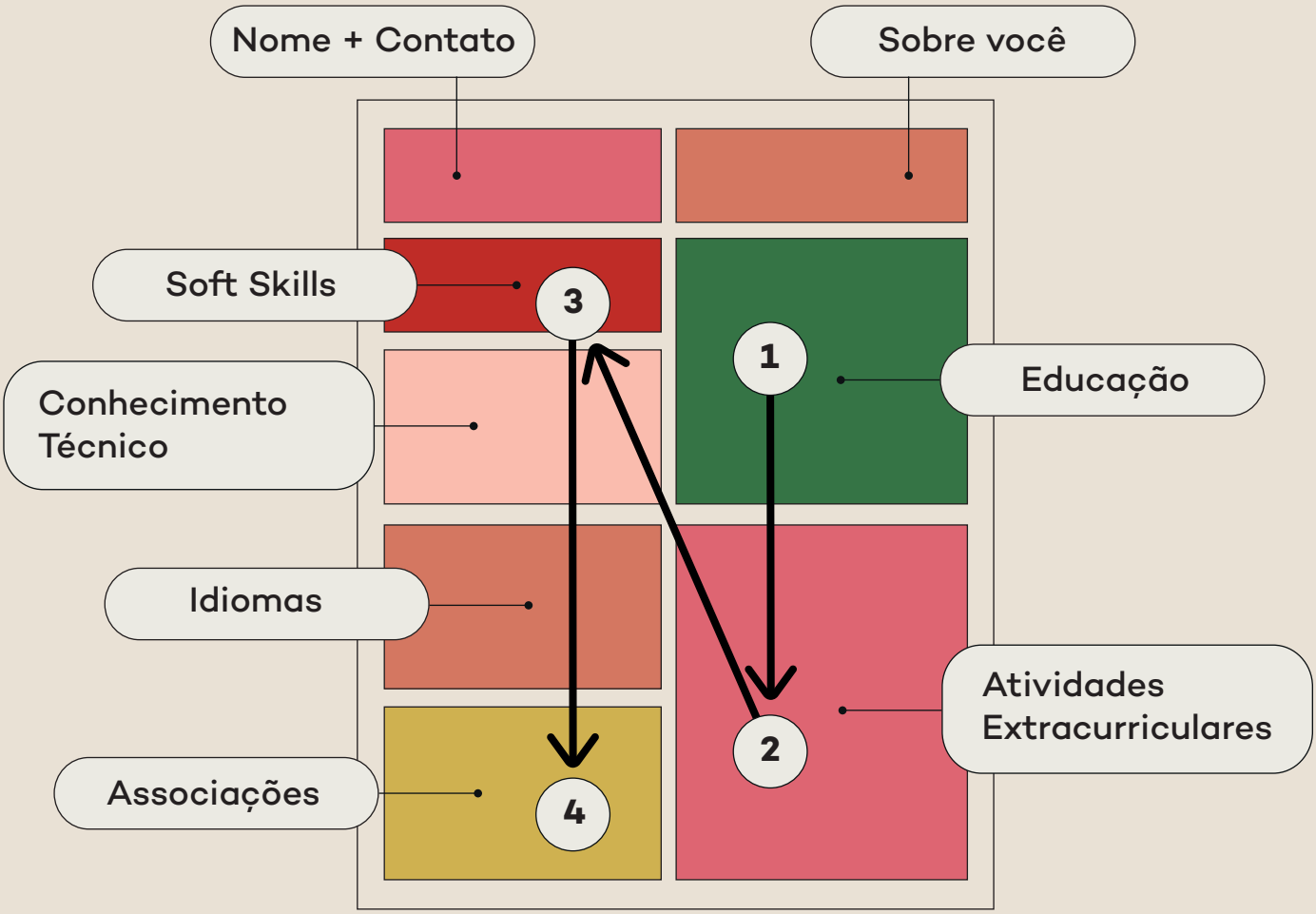
Preste atenção nesta imagem:

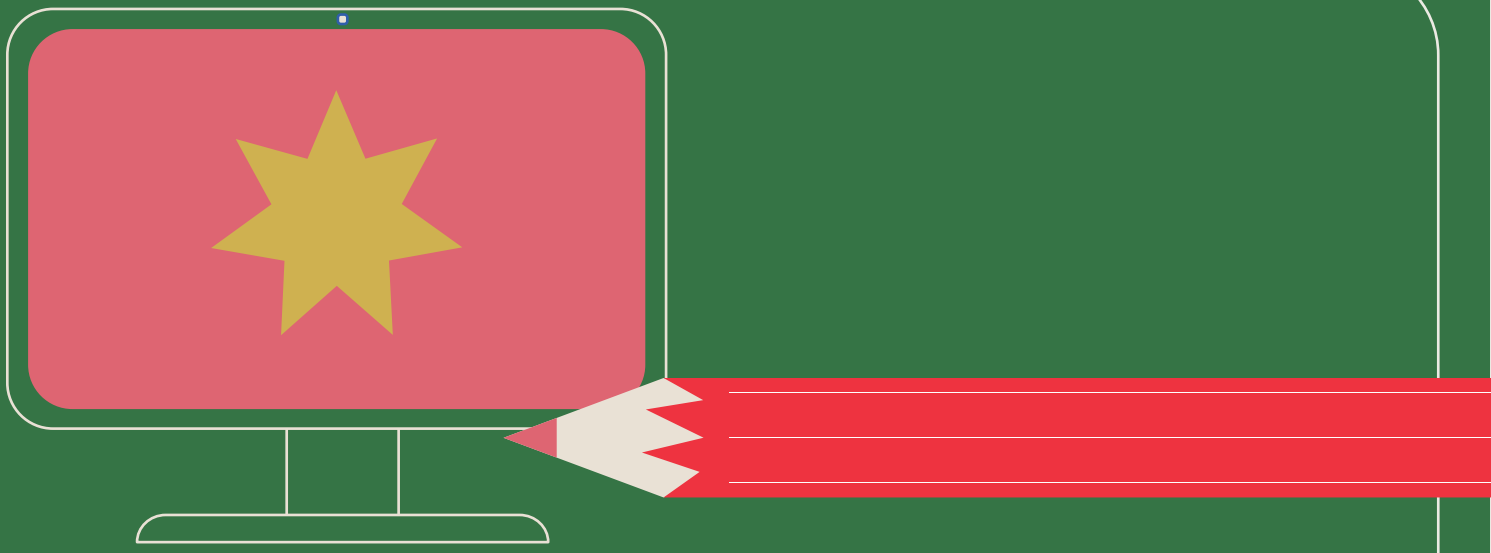


Essa é uma imagem de um padrão comum de email. Por experiência própria, de uma pessoa que já analisou vários currículos para fazer esse eBook e contratar pessoas, a primeira coisa que vemos são os grandes blocos: ***'Educação'*** e ***'Atividades Extracurriculares'***, nesta ordem.

Por que isso? Porque é o que chama atenção. Depois vamos para o lado esquerdo desse modelo, lendo de cima para baixo. Apenas se esse currículo chamar a atenção é que as seções ***'Nome'*** e ***'Sobre Você'*** são lidas.

Essa é a jornada do leitor em um currículo, por isso, ***educação, experiência profissional e atividades extracurriculares precisam sempre estar em blocos grandes.*** Você quer que isso seja enfatizado, é a coisa mais importante no seu currículo. O restante, é secundário.





EXERCÍCIO

1. Agora é a sua vez, pense na trajetória do leitor e quais seções você vai usar no seu currículo;

2. Pense o que faz sentido com a sua área: algo mais desenhado ou algo mais minimalista;

3. Desenhe tudo à mão antes, não precisa ser um grande desenho, apenas os blocos, que nem o exemplo anterior;

4. Encontre um template que goste e personalize as seções de acordo com seu plano.



10. O QUE NÃO PODE FALTAR NO CURRÍCULO?

Algumas seções são essenciais, outras, você pode cortar do seu vocabulário. Aquelas 'clichês' existem por serem as mais importantes. São elas: 'educação', 'experiência profissional', 'atividades extracurriculares' e 'sobre você'. Iremos falar de todas elas nesse capítulo.



EDUCAÇÃO

Aqui, você vai escrever as suas formações. Se você está no mestrado e graduação, pode cortar o Ensino Médio. Se você está no Ensino Médio, pode cortar o Ensino Fundamental. Se você estiver no doutorado, é recomendado colocar tanto a graduação quanto o mestrado.

Você precisa escrever de uma forma que diz algumas coisas sobre esse curso. Exemplo:

Bacharelado em Letras Português/Inglês
Universidade de São Paulo - 2013 - 2017
CR: 9.7. TCC em “NOME DO TCC AQUI”

Perceba que você precisa colocar o título do diploma, onde foi feito, e o ano de formação. Neste exemplo, eu adicionei também o CR e TCC. Essa é uma ótima maneira de se destacar, caso o CR seja alto e o TCC for interessante para a vaga que você está aplicando.

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

Esta seção é onde a maioria dos candidatos pecam. Aposto que você já escreveu o título do trabalho, sem nenhuma descrição das suas responsabilidades antes. Isso está proibido a partir de hoje.



Uma boa descrição seria algo nesse formato:

Estagiária - Johnson & Johnson - Maio a Junho/2022
Estágio sobre a lei de proteção de dados, em relação com a área da saúde. Responsável por mais de 15 relatórios sobre a lei na União Europeia. Integrante de um time de 7 pessoas.

- Produção de planilhas
- Desenvolvimento de relatórios
- Expertise em Proteção de dados

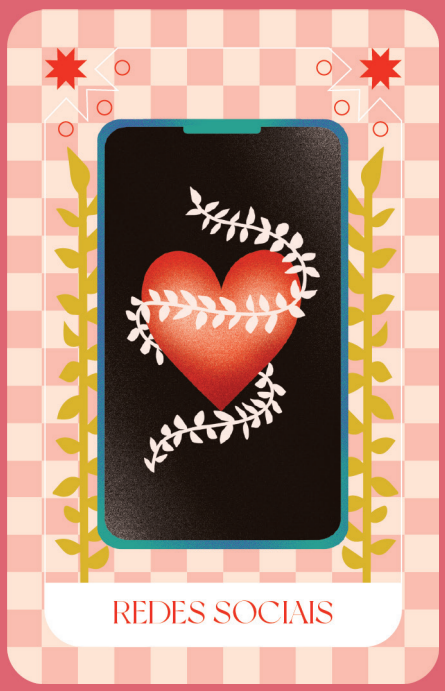
Perceba que não colocaremos apenas 'estagiária em tal lugar'. A partir de hoje você vai começar a descrever o que você fez, quais habilidades foram retiradas e o que você aprendeu. Para ficar ainda mais charmoso, sempre coloque números, '15 relatórios', 'time de 7', isso são números. É importante você conseguir mostrar a dimensão do seu trabalho.

ATIVIDADES EXTRACURRICULARES

Todas as atividades que você fez fora da sala de aula contam aqui. Para você ter ideias de atividades extracurriculares, eu recomendo você acessar as nossas 'Cartas Extraordinárias'. Elas consistem em um baralho com 24 cartas, cada uma com

um diferente tipo de atividade extracurricular, onde encontrar/ como participar e quais habilidades essa atividade te dá.

Vou ilustrar nosso exemplo com uma delas:



Essa é a nossa carta de rede social. Imagine que você tem um instagram profissional. Esse instagram entra em atividade extracurricular. Vou usar o exemplo do Motivatudy.

CEO MOTIVATUDY - 2018/presente
Mais de 120K seguidores ao redor das redes sociais, democratizando o acesso à educação e incentivando o ingresso de mulheres na ciência.

- Expertise em marketing digital
- Foco em ciência para mulheres
- Liderança

SOBRE VOCÊ

Essa seção é seu ***pitch pessoal***. Em 3, 4 linhas, você precisa falar quem é você, onde você está, onde você quer chegar, por que você e seus maiores números. A ideia é que seja uma breve apresentação, mostrando que você não veio à passeio.

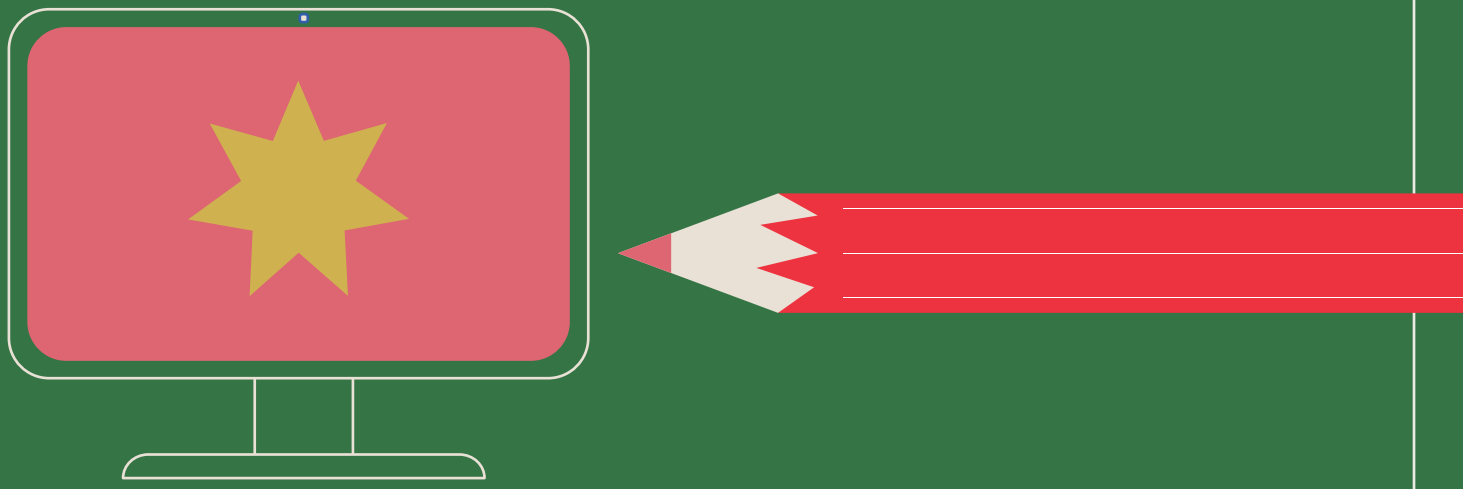
Aluna do 3º ano de Saúde Pública, estudando para trabalhar na área de saúde econômica e defendendo saúde e educação para todos. Sede de aprender e curiosidade, combinada com trabalho duro, me autoriza a ser uma dedicada pesquisadora jovem. Tenho experiência de 3 anos com pesquisa e 2 artigos publicados.

Vamos destrinchar essa apresentação:

1. Quem é você? Aluna do 3º ano de Saúde Pública
2. Onde você quer chegar? Estudando para trabalhar na área de saúde econômica e defendendo saúde e educação para todos
3. Por que você? Sede de aprender e curiosidade, combinada com trabalho duro, me autoriza a ser uma dedicada pesquisadora jovem.
4. Maiores números: Tenho experiência de 3 anos com pesquisa e 2 artigos publicados.

Não preciso nem dizer que esse sobre você precisa fazer sentido com a vaga que está aplicando, né? Esse exemplo acima é perfeito para uma vaga de pesquisa.

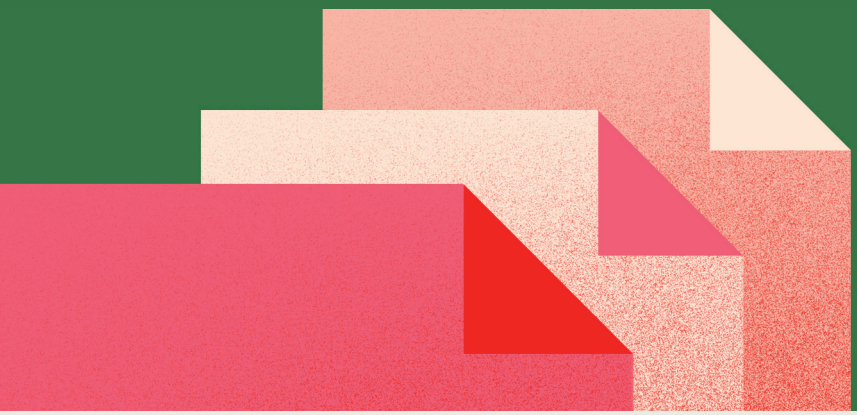
Essas são as 4 principais seções do seu currículo e que você não pode deixar de escrever de jeito nenhum!



EXERCÍCIO

1. Estruture as suas 4 seções, de acordo com os exemplos dados.





11. SEÇÕES SECUNDÁRIAS

Algumas seções são essenciais, outras, você pode cortar do seu vocabulário. De verdade, ninguém quer saber seus hobbies, e sim sua competência profissional. Não perca suas chances gastando espaço com coisas que não mostram 100% do seu profissionalismo.

Como você viu na imagem do capítulo 9, eu coloquei algumas seções no meu currículo, como ‘soft skills’, ‘conhecimento técnico’, ‘idiomas’ e ‘associações’. Essas escolhas foram feitas à dedo. Vou te contar exatamente o que são cada uma delas:

SOFT SKILLS

Essa seção é apenas para resumir o que já foi dito na ‘experiência profissional’, ‘educação’ e ‘atividade extracurriculares’. Fica mais fácil para a pessoa encontrar o que ela quer saber.

Uma excelente maneira de escrever as suas soft skills, como 'trabalho em equipe' é pensar na teoria/prática, que já comentei em alguns capítulos anteriores. Lembra desse exemplo?

Estagiária - Johnson & Johnson - Maio a Junho/2022
Estágio sobre a lei de proteção de dados, em relação com a área da saúde. Responsável por mais de 15 relatórios sobre a lei na União Europeia. Integrante de um time de 7 pessoas.

- Produção de planilhas
- Desenvolvimento de relatórios
- Expertise em Proteção de dados

Pois é, uma das soft skills que está provada por meio dessa atividade é ***'trabalho em time'***. Ou seja, todas as soft skills que você colocar precisam estar 'provadas' de alguma forma, através das atividades que você colocou nas seções primárias. Faz sentido?

É importante ainda você olhar a vaga que está aplicando. Geralmente, eles falam que precisam de uma pessoa "assim, assim e assim". Essas características precisam estar no seu perfil. Imagine uma vaga de emprego que diz:

"Estamos buscando pessoas altamente interessadas, com valores voltados à empresa e que trabalham bem em grupo".

Quais ***soft skills*** você precisa ter?

Interesse;
Valor da empresa;
Trabalho em grupo.

Ou seja, você precisa colocar esses soft skills e provar com as atividades escolhidas. Um valor da empresa pode ser sustentabilidade, você prova isso com uma atividade extracurricular nesta área, por exemplo.

CONHECIMENTO TÉCNICO

A mesma explicação do soft skills serve para conhecimento técnico. A diferença é que aqui não são 'habilidades sociais', por exemplo, mas sim os programas que você sabe usar. O clássico é Excel, certo? Ao invés de só falar que você usa Excel nesta parte, ***prove isso descrevendo que você usou isso no seu estágio***, na seção "experiência profissional".

IDIOMAS

Os idiomas fazem sentido se for uma vaga que pede preferência a idiomas, como vendedor em multinacional, por exem-

plo. Eu recomendo você colocar a que você apenas possui nível B1 para cima. Falar que você sabe 'básico' de alguma língua é a mesma coisa que não saber. Ocupa espaço no seu currículo que poderia ser melhor aproveitado.

ASSOCIAÇÕES

As associações são uma maneira excelente de mostrar que você está ***conectado com sua área***. Para ser membro da associação da sua área geralmente custa um valor irrisório, como 30 reais ao ano. Contudo, é uma ótima maneira de fazer networking, participar de congressos e mostrar que você está antenado às novidades do mercado.

Além dessas 4, tem outras seções que podem ser adicionadas. São elas:

PRÊMIOS

Prêmios como bolsas, medalhas, DEVEM ser adicionadas no currículo. Se você ganhou um prêmio, tem um reconhecimento naquela área. É algo importante e que abre os olhos de muitos recrutadores.

ENGAJAMENTO

Engajamentos com instituições, como vice-presidente do diretório acadêmico são uma ótima maneira de dizer que você se preocupa e é líder na sua área.

PUBLICAÇÕES

As publicações devem vir no seu currículo, já que marca autoridade no seu posicionamento.

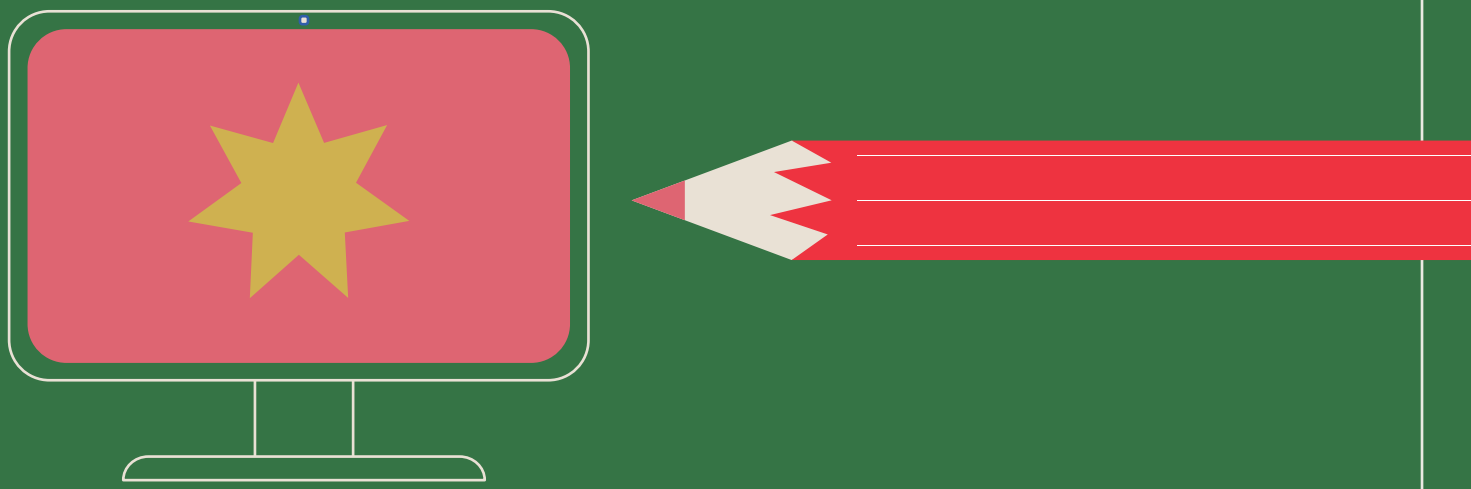
PALESTRAS

Uma outra maneira de mostrar autoridade é colocar as suas palestras relevantes no currículo. Ou seja, situações em que você palestrou. Imagina ter um TedTalk? Não mostra autoridade no assunto?

CONGRESSOS

Muitos alunos colocam participações no congresso, mesmo se forem apenas visitantes. Isso mostra que eles estão dispostos a aprender e estão por dentro da área.

Essas são algumas seções secundárias, mas é claro que você pode ter outras além das citadas acima. Cada currículo é único e personalizado. Você vai saber onde melhor colocar suas atividades.



EXERCÍCIO

1. Desenhe as seções secundárias;

2. Tente 'provar' as suas soft skills e conhecimento técnico com as atividades em outras seções.



12. NÃO TENHO EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

Bom, vamos falar de algo que assombra a todos. Não tenho experiência profissional Maria, e agora? Aposto que seu maior medo é se candidatar para uma vaga, já que falta essa experiência. Como posso conseguir um emprego se nunca tive um emprego?

Bom, a primeira coisa que eu devo te contar é que: ***apenas se candidate.*** Lembra aquilo de que um currículo é baseado em pontos? Não ter um critério de elegibilidade não vai te fazer ser DESQUALIFICADO, apenas receber uma pontuação menor.

A primeira coisa que eu pergunto quando alguém me manda mensagem desesperado é: “mas quantas vezes você mandou um currículo?”. Geralmente essa resposta é 0 ou menos de 4 vezes. Realmente, assim fica difícil mesmo conseguir um emprego, até mesmo para quem tem experiência.

Contudo, eu entendo a sua dúvida. “Uma seção importante vai ficar vazia?”. Absolutamente não, ***você vai expandir a seção educação, apenas.***

Ao invés de você apenas colocar o título da graduação, você vai especificar quais matérias você fez que são ***importantes para a vaga.***



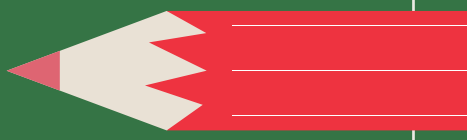
EXEMPLO:

Bacharelado em Letras Português/Inglês - Universidade de São Paulo - 2013 - 2017

- CR: 9.7. TCC em “NOME DO TCC AQUI”
- Introdução à metodologia científica 01/2013. Nota: 9
- Clássicos literários 03/2014. Nota: 8.4

E por aí vai. Você vai expandir a seção de educação e atividades extracurriculares e dar a atenção devida à essas seções. Não é sobre ter tudo, é sobre encontrar as suas ‘falhas’ e acertá-las. O nome disso é estratégia.

EXERCÍCIO

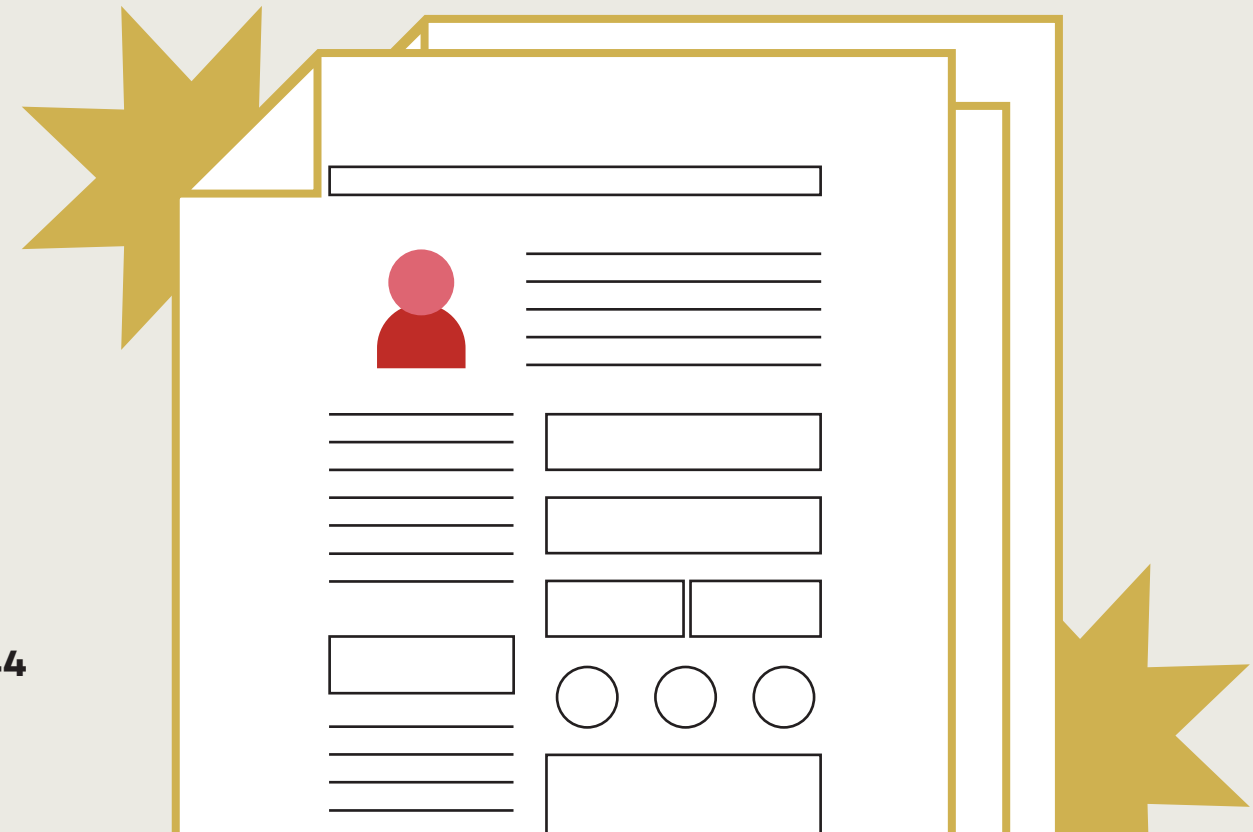


1. Olhar a sua grade curricular e listar as classes que fazem sentido com a vaga. Escrever a nota se for acima de 7.5.

13. AMARRANDO AS PONTAS

Eu acredito que agora você já tem um currículo pronto. Pelo menos a versão número 1 dele, não é mesmo? Temos as seções primárias, secundárias e o design em si. Contudo, vamos amarrar as pontas e realmente ver se esse currículo cabe com a vaga que você está aplicando?

Para isso, pegue este seu currículo e o analise com a checklist a seguir.



FAÇA

1. Analise novamente o edital da vaga.
2. Compare os critérios de elegibilidade, competências e responsabilidades com seu currículo finalizado.
3. Prove todas as suas habilidades com as atividades adicionadas.
4. Todas as frases são simples.
5. Coloque o máximo possível em tópicos.
6. Pergunte a outra pessoa se está difícil de encontrar as informações importantes.
7. Pergunte a outra pessoas se existe erro gramatical.
8. Escreva apenas uma página A4.
9. Coloque seu número de telefone e email.
10. Preze por qualidade e não quantidade.
11. O currículo é personalizado para a vaga.

NÃO FAÇA

1. Não coloque sua foto no currículo.
2. Não coloque seu endereço.
3. Não tenha um email vergonhoso.
4. Evite palavras difíceis.
5. Evite frases longas.
6. Evite mentir no currículo.
7. Evite um design nada a ver com a sua área.
8. Mandar o mesmo currículo para 20 vagas.

O seu currículo passou na checklist? Parabéns! Pode enviá-lo. Mas antes, vou te dar algumas dicas de como fazer isso acontecer!

124. COMO ENVIAR SEU CURRÍCULO POR EMAIL

Claro que não poderia deixar de te contar como você deve enviar esse currículo irresistível por email, né? Um currículo deste nível não merece ter apenas "Envio o currículo em anexo para a vaga. Att, Maria". ***Você precisa brilhar em todos os sentidos!***

Por isso, você vai fazer uma carta de motivação aqui. Eu não vou te explicar por detalhes como fazer uma, até porque eu poderia escrever mais 60 páginas sobre isso (e já escrevi haha), mas eu vou te dar um modelo estratégico. Siga esses passos e faça com que eles tenham interesse em ler o seu currículo mais ainda.



Prezada XXX,

Meu nome é XXXXXX, estudante/profissional na XXXXXX. Eu estou no momento trabalhando/cursando XXXXX. Estou entrando em contato, pois gostaria de XXXX.

COMO VOCÊ ENCONTROU ESSA VAGA? É o seu professor? Indicação de alguém? No site da própria universidade? Na plataforma de emprego? Escreva aqui.

POR QUE ESSA ÁREA TE CHAMA ATENÇÃO? Quero que você também fale como que você confirmou esse interesse. Gostar por gostar não pode! Gostar por ter lido um livro, um artigo, assistido um documentário, assistido uma aula... Precisa comprovar que esse interesse não foi apenas sentido mas testado!

SUAS HABILIDADES! Hora de colocar nessa carta porque você é um bom candidato! Coloque algumas coisas que você já fez e quais foram as habilidades que você tirou disso. Lembre-se das responsabilidades da vaga que está se candidatando! Por exemplo: fiz o curso Arte Contemporânea I, o que seria adequado para o XX.

POR QUE ESSA EMPRESA/VAGA? É por causa dos valores? É por que você é fã? O que diferencia essa instituição/empresa de todas as outras?

COMO ESSA VAGA VAI TE AJUDAR NO SEU PLANO DE CARREIRA? Você quer seguir carreira nessa área? Como essa vaga faz parte do seu plano daqui 10 anos?

POR QUE VOCÊ? Use as mesmas palavras usadas no edital da vaga. Se eles procuram uma pessoa competente, fale que você é competente. Aqui você precisa provar que é! Ilustre com exemplos.

Por essas razões, eu envio meu currículo em anexo neste email. Estou disponível para esclarecer quaisquer dúvidas sobre como posso ser um ativo valioso para a empresa/vaga.

Muito obrigada pela disponibilidade e aguardo a sua resposta.
XXXXX

15. CINCO SEGUNDOS DE CORAGEM

Eu vi um TedTalk da Mel Robbins que se chama ***"5 second rule"***. Eu vou te contar o que é. Toda vez que você hesitar, conte 5, 4, 3, 2, 1. Quando chegar no 1, você faz o que precisa ser feito.

Você precisa de 5 segundos de coragem para enviar o seu currículo. O não faz parte do processo. Eu te garanto uma coisa: você vai receber não. Eu já recebi vários, inclusive de lugares que eu mais sonhava em estudar/trabalhar. Eu já recebi tantos nãos de vaga de vendedor em shopping, sério. Me candidatei 2 vezes para trabalhar na Puket. Eu não precisei dessa vaga, hoje eu moro na Holanda, tenho minha empresa e trabalho como pesquisadora.

O que eu quero te dizer é: monte seu currículo com esse ebook, faça sua apresentação que nem eu te ensinei do capítulo 14, tenha 5 segundos de coragem e ***envie a PORRA DO EMAIL!*** Perdão o palavreado, mas é essa intensidade que você precisa sentir.

O não você já tem, vamos correr atrás do sim? E quando você recebê-lo, promete contar na nossa plataforma?

Estou torcendo por você!

5,4,3,2,1... Se candidate!

Beijos,
Maria
@motivatudy