



## CURSO VIVENCIAL DE VOCAÇÕES E APTIDÕES



*“MOVIMENTO PASSANDO O BRASIL A LIMPO”*



## MEUS AGRADECIMENTOS

Primeiramente, quero agradecer a Deus por ter me dado saúde, coragem e força para enfrentar tantas descrenças, perseguições e animosidades, até chegar neste momento glorioso de ver triunfar um projeto que nasceu dentro do meu coração no dia 07/07/1990.

O motivo, que na época me inspirou a criar este projeto, até mesmo perdeu sua importância, ou na verdade, nunca teve mesmo qualquer importância, pois existem pessoas que passam por nossa vida apenas para nos mostrar novos caminhos que talvez jamais iríamos encontrar sozinhos. Eu, particularmente, prefiro vê-las como anjos enviados por Deus para nos mostrar algo muito melhor e maior.

Quero agradecer também o meu primeiro grupo de estudos, composto pelas pessoas que tenho a honra de relacionar, pois, sem elas, o projeto sequer teria iniciado: Dra. Ester de Fátima Corticeiro; Pastor Wilson A. Lima; Dr. Jorge do Nascimento; Dra. Marise Moreno Romero; Benedito José Maciel dos Santos; Dra. Sandra Soares; Evandite Soares de Oliveira Domingues; João Carlos Marchini; Rita de Cássia Zocatelli; Dr. Estefan Vogel Filho; Dra. Angelina Bernardina Aguiar Nascimento.

Rendo aqui, as minhas sinceras homenagens, estejam onde estiverem, e saibam que foram, são, e sempre serão integrantes desta revolução cultural e de cidadania que continua tendo os mesmos objetivos iniciais por nós criados, ou seja, “tornar o homem, bom filho, bom marido, bom pai e um bom profissional e a mulher, boa filha, boa esposa, boa mãe e uma boa profissional”.

Sou sabedor que cada um dos participantes deixou sua parcela de colaboração, e como já dizíamos na época, este era um projeto futurista, com previsão de ser concluído em no mínimo 100 anos.

O tempo foi generoso para com nossos anseios, e com 28 anos, graças a uma nova e fantástica equipe de profissionais de altíssimo nível que já estão referendados neste material, tornamos possível, no ano de 2019, aquele, que para nós, era apenas um sonho, e agora podemos considerar uma grande realização.

Mais uma vez, obrigado Senhor por todas as minhas conquistas, pois sem as suas bênçãos eu não poderia alcançá-las. Quero agradecer também por todas as pessoas que o Senhor me enviou, e que me ensinaram muito no decorrer desta grande jornada.

Agradeço por ter abençoado os meus ouvidos, para que eu pudesse ouvir tudo aquilo que foi importante na construção deste trabalho, e a minha boca, para que eu pudesse falar palavras de conforto e otimismo, para que a vida de muitas pessoas pudesse se encher de esperança e entusiasmo durante a implantação destes trabalhos sociais.

Jomatelino dos Santos Teixeira  
Idealizador do projeto de Cursos Vivenciais

## SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO .....	5
“PONTO DE EQUILÍBRIO VIVENCIAL” .....	5
MISSÃO DO ELO SOCIAL .....	5
APRESENTAÇÃO DA CESB - CONFEDERAÇÃO DO ELO SOCIAL BRASIL .....	6
OBJETIVO DO CURSO .....	7
<b>MODULO 1</b> .....	<b>8</b>
<b>1.1. OBJETIVO DO CURSO DE VOCAÇÕES</b> .....	<b>8</b>
1.2. CONCEITOS DE VOCAÇÃO E APTIDÃO.....	8
1.3. MUNDO DO TRABALHO .....	10
1.4. TRABALHO EM EQUIPE .....	11
1.5. LIDERANÇA .....	12
<b>MODULO 1.1</b> .....	<b>14</b>
<b>1.6. TENDÊNCIAS DO MERCADO E DAS PROFISSÕES</b> .....	<b>14</b>
1.7. ESCOLHAS .....	15
VAMOS EXERCITAR.....	17
<b>MODULO 2</b> .....	<b>19</b>
<b>2.1. ORIENTAÇÃO VOCACIONAL</b> .....	<b>19</b>
2.1.1. COMO É FEITA A ORIENTAÇÃO VOCACIONAL .....	19
<b>MODULO 2.2</b> .....	<b>20</b>
<b>2.2.1. AUTOCONHECIMENTO</b> .....	<b>20</b>
2.3. CONHECIMENTOS .....	20
2.4. HABILIDADES.....	21
2.5. TESTES DE HABILIDADES .....	22
2.6. ATITUDES.....	22
2.7. COMPETÊNCIAS.....	22
<b>MODULO 3</b> .....	<b>25</b>
<b>3.1. DESNÍVEL SOCIOCULTURAL</b> .....	<b>25</b>
3.2. CÍRCULO DE INFLUÊNCIA.....	26
3.3. EMPATIA .....	28
3.4. SIMPATIA.....	28
3.5. EMPATIA NA PSICOLOGIA .....	28
<b>MODULO 3.1</b> .....	<b>30</b>
<b>3.6. NOÇÕES COMERCIAIS E ADMINISTRATIVAS</b> .....	<b>30</b>

3.7. RADICALISMO.....	30
3.8. FLEXIBILIDADE .....	31
3.9. AUTOCONSCIÊNCIA E INTELIGÊNCIA EMOCIONAL .....	32
3.10. AUTOCONFIANÇA E AUTOESTIMA.....	33
3.11. COGNIÇÃO .....	34
3.12. CRIATIVIDADE .....	35
3.13. INICIATIVA.....	36
3.14. PERSUASÃO .....	37
<b>VAMOS EXERCITAR.....</b>	<b>38</b>
<b>MODULO 4.....</b>	<b>40</b>
<b>4. 1. ESTUDO PROFISSIONAL .....</b>	<b>40</b>
4.2. DESCREVER SEUS PONTOS FORTES E FRACOS .....	41
4.3. TORNAR SEUS PONTOS FRACOS EM PONTOS FORTES.....	41
4.4. ENTREVISTA BEM SUCEDIDA .....	42
4.5. DISCORRER SOBRE PERGUNTAS PARA CANDIDATOS .....	43
4.6. DINÂMICA DE ENTREVISTAS, SEJA UM ENTREVISTADOR.....	44
<b>MODULO 4.1.....</b>	<b>45</b>
<b>4.7. VENDER SUA IMAGEM .....</b>	<b>45</b>
4.8. COMERCIAL DE APRESENTAÇÃO.....	45
4.9. MEU COMERCIAL DE APRESENTAÇÃO .....	47
4.10. COMO CRIAR UM CURRÍCULO SIMPLIFICADO .....	47
4.11. SOCIALIZAÇÃO, ENTREGA DE CERTIFICADOS DE PARTICIPAÇÃO E ..	48
<b>AGRADECIMENTOS .....</b>	<b>49</b>
<b>EQUIPE TÉCNICA .....</b>	<b>Erro! Indicador não definido.</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>Erro! Indicador não definido.</b>
ANEXOS.....	50
ATIVIDADE EXTRA EM ANEXO.....	51

## **APRESENTAÇÃO**

### **“PONTO DE EQUILÍBRIO VIVENCIAL”**

Permitir a todos, independentemente de idade, grau de escolaridade e origem familiar, a chance de não desperdiçar as oportunidades que a vida lhes proporciona.

É muito comum no dia a dia, vermos pessoas perderem tudo o que tem, ou que poderiam ter tido, por falta de conhecimento vivencial.

É praticamente impossível viver em uma família na qual o pai é advogado e a mãe é médica, sem absorver naturalmente conhecimentos básicos destas duas matérias, no entanto, é humanamente impossível termos sob o mesmo teto durante nossa criação, dentre nossos familiares, treze profissionais de áreas diferentes para nos passar experiências vivenciais.

É triste vermos jovens de boa aparência que, por virem de famílias humildes, desperdiçam a juventude e também todas as oportunidades que a vida lhes deu, por não ter os mínimos conhecimentos de etiquetas e comportamentos, fatos que também, muitas vezes, os excluem do mercado de trabalho, já que procuram emprego com a roupa errada, não sabem se portar em uma entrevista e não tem também, equilíbrio emocional para transmitir segurança ao contratante.

Estes problemas afetam ambos os sexos e todas as idades, porém, nunca é tarde para se aprender, e infelizmente, a vida às vezes não nos proporciona uma nova oportunidade de causar uma primeira boa impressão.

Através destes cursos, damos aos participantes, conhecimentos básicos de treze matérias, melhor preparando-os, a nosso ver, para uma vida familiar harmoniosa, sucesso e reconhecimento em suas atividades profissionais, e assim, entendemos que os cursos poderão fazer toda a diferença e possibilitar uma vida mais feliz.

## **MISSÃO DO ELO SOCIAL**

Somos uma Organização Não Governamental (ONG), de iniciativa privada, com criminalidade, atuando também no combate a corrupção, omissão e inoperância

de nossos órgãos fiscalizadores. Oferecemos suporte de cidadania, independentemente de quem seja o cidadão, pois entendemos não existir governo ruim para povo politicamente organizado.

Preparamos através de cursos específicos os membros integrantes de nossas diretorias e também ministramos cursos e treinamentos para a capacitação e aperfeiçoamento de líderes comunitários.

Não aceitamos verbas públicas para manter nossos objetivos sociais, já que entendemos ser praticamente impossível manter independência do governo, combatendo a corrupção, omissão e negligência, tendo as atividades custeadas pelo mesmo. Apresentar de forma inovadora, soluções para problemas sociais até então insolúveis politicamente. Socializar as crianças e os jovens para que no futuro não tenhamos que ressocializar os adultos.

## **APRESENTAÇÃO DA CESB - CONFEDERAÇÃO DO ELO SOCIAL BRASIL**

O Elo Social visa, no geral, implantar um modelo padrão de comportamento em nosso país, substituindo tudo que não funcionou no passado e não funciona no presente, com técnicas vivenciais e profissionalizantes que hoje fazem sucesso no resto do mundo.

O Brasil não é mais o País do Futuro como se falava há muitos anos é o país do presente e o presente é agora.

Vamos “Passar o Brasil a Limpo” já... pois este é o nosso lema.

Se podemos, por que não fazemos? Porque não nos espelhamos nos melhores, ao invés de ficarmos o tempo todo nos reportando aos piores?

Ser melhor não é mérito para ninguém, o mérito está em caminhar em direção ao melhor.

*“O mal sempre teve e sempre terá mais força do que o bem, só não tem mais é resultados” (Dr. Leno 18/03/1993).*

O Elo Social foi idealizado pelo Dr. Leno dos Santos Teixeira em 27 de fevereiro de 1993, resultado da reunião de um grupo formado por Médicos,

Psicólogos, Economistas, Advogados, Oficiais do Corpo de Bombeiros, Esteticistas, Nutricionistas, Teólogos, Sexólogos, Administradores e Empresários.

A partir de então, através de reuniões semanais, passou a desenvolver o perfil do projeto, que inicialmente enveredou pelo campo vivencial, basicamente enfocando a queda alarmante da qualidade do ser humano e a falência da família como um todo. Desta forma, priorizou seus objetivos na transformação: “o homem em um bom filho, bom marido e bom pai; e a mulher em boa filha, boa esposa e boa mãe”. Desta feita, todas as forças do projeto estavam voltadas para a área vivencial.

Com a evolução do trabalho, constatou-se a necessidade de desenvolver, além das técnicas vivenciais, um trabalho voltado ao resgate da cidadania, despidido de pretensões políticas partidárias e assim, criando-se o curso de AMS – Agente do Mérito Social.

*“Para que o mal triunfe, basta que os homens bons cruzem os braços”  
(Edmund Burke).*

## **OBJETIVO DO CURSO**

O objetivo deste curso é levar informações ao público alvo para que todos possam fazer escolhas mais assertivas para suas vidas, trazendo luz às suas consciências, e para um bem-estar melhor.

O conhecimento e o autoconhecimento são ferramentas poderosas para nos tornarmos pessoas melhores e para não cairmos nas emboscadas da vida.

A vida nos oferece muitas oportunidades e precisamos estar atentos, de olhos bem abertos para desfrutarmos dela com responsabilidade, respeito, amor, carinho, cumplicidade, lealdade e saúde.

As oportunidades são para todos, porém, somente alguns tem discernimento para ver e ouvir, e assim, acordar para aproveitá-las.

## MODULO 1

### **EXPLANAÇÃO DE 01h50min**

#### **1.1. OBJETIVO DO CURSO DE VOCAÇÕES**

Este curso foi elaborado para auxiliar os alunos a compreenderem que nada se conquista sem esforços, e que é necessária uma busca de melhorias constantes de conhecimento, através de cursos como este, ou cursos profissionalizantes, para incentivá-los a concluir a formação básica ou seguir adiante com cursos de graduação como Tecnólogos, Licenciaturas ou Bacharelados.

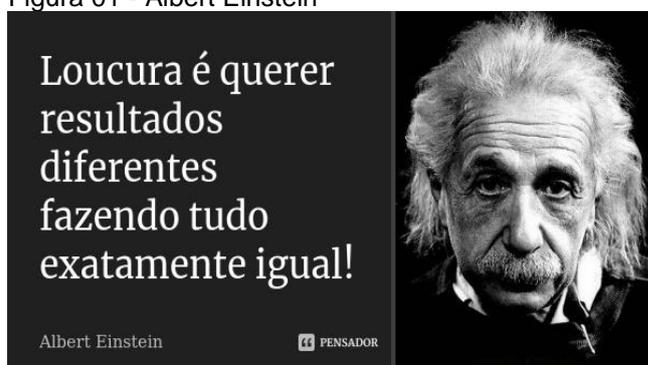
Ajudar a compreender que o autoconhecimento é um processo contínuo, fundamental para a construção da identidade e para orientar escolhas pessoais, autônomas e conscientes.

Perceber a construção da identidade individual como processo resultante das características pessoais e das referências sociais.

Identificar o estilo individual num exercício contínuo de conhecimento pessoal, profissional, social e ético, trazendo mudanças em sua postura, atitudes e objetivos.

O importante é fazer o participante compreender a necessidade de mudanças. Se eu quero ter uma vida melhor daqui para frente, preciso fazer coisas diferentes das que fazia antes, senão nada mudou.

Figura 01 - Albert Einstein



Fonte: PENSADOR, 2019.

#### **1.2. CONCEITOS DE VOCAÇÃO E APTIDÃO**

Trabalhando o Conceito:

Sempre que falamos de **VOCAÇÃO** as pessoas confundem com **APTIDÃO**.

**Vocação**, não é exatamente um termo técnico e os dicionários definem como chamamento, predestinação, vem do verbo do latim “vocare” que significa “chamar”, pode-se definir como uma inclinação ou tendência para determinado estado, carreira ou profissão, termo esse, muito utilizado na área religiosa.

Vocação profissional é a disposição natural que o indivíduo apresenta observando suas habilidades, preferências, desejos, estilo de vida, etc., fatores estes que vão direcionar na busca da profissão mais adequada para seu futuro. A vocação profissional é o caminho mais indicado para a escolha da carreira que se deseja seguir.

**Aptidão** seria a capacidade que o indivíduo apresenta para aprender novos conhecimentos e habilidades, portanto ainda não é a habilidade instalada, pode ser uma disposição inata ou adquirida para determinada coisa.

A aptidão é sempre o resultado da interação entre a hereditariedade e o meio, podendo estar relacionada a diversas áreas, entre elas, o raciocínio lógico, o abstrato, o verbal, a habilidade numérica, a artística, a resistência física, etc.

A aptidão está também relacionada à habilidade, considerando a agilidade, o equilíbrio, a coordenação, a competência e o tempo de reação a um estímulo. Habilidades que você já possui fazem a diferença, e são conhecidas como talentos naturais.

O que você gosta de fazer?

O que você sabe fazer?

O que você faz bem?

Quais os seus melhores resultados?

Neste quadro abaixo podemos chamar a Profissão de Aptidão.

Figura 02: Vocação e Profissão

Vocação	Profissão
Não escolho.	Escolho.
Tenho facilidade.	Trabalho todo dia.
Realizo com excelência.	Realizo de qualquer forma.
Fonte de prazer e alegria.	Nem sempre é prazeroso.
Satisfação.	Nem sempre satisfaz.
Reconhecimento	Nem sempre

Fonte: MEDIA. AGORAMT.

### 1.3. MUNDO DO TRABALHO

No mundo do trabalho, as mudanças são constantes, pois a cada nova tecnologia que surge, vem junto a necessidade de profissionais capacitados, e é neste ambiente que o trabalhador precisa se enquadrar. Neste mundo do trabalho é onde se desenvolvem as forças produtivas que movimentam o país e o mundo.

Escolher uma profissão parece uma missão quase impossível. Se você acorda querendo tocar em uma banda, almoça pensando em ser um nerd da informática e, ao deitar, já acha que o negócio é ser funcionário público, saiba que você não é o único, aliás, isso é bem comum.

Na verdade, escolher uma carreira é entrar naquilo que imaginamos ser o mundo dos profissionais. Para compreendermos melhor o mundo do trabalho, precisamos entender qual nosso papel na sociedade, em que podemos contribuir para o crescimento da cidade ou região em que moramos e com isso sustentar nossa família, realizar sonhos, trabalhar a realização pessoal, etc.

Desde épocas antigas, o homem percebeu que para comer tinha que caçar, plantar, pescar, colher e isso despence esforços, o qual chamamos de trabalho. Normalmente aprendemos desde pequenos que precisamos nos esforçar para obtermos as coisas por meio do trabalho, aprendemos com o exemplo de nossos pais, que trabalhar torna o homem digno de seu salário, pois somos remunerados de acordo com nossos conhecimentos, cargas horárias e dedicação em cumprir o que é proposto por nossa profissão.

Mercado de trabalho é a relação entre a oferta de trabalho e a procura de trabalhadores, e o conjunto de pessoas e/ou empresas que em época e lugares determinados, provocam o surgimento e as condições dessa relação. Ficar atento ao mercado de trabalho é fundamental para quem está pretendendo investir em uma profissão, em uma carreira.

Entender o que se busca num profissional atualmente, as novas regras de trabalho, as relações de competição, as exigências da globalização, tudo isso faz parte da compreensão global da expressão “mercado de trabalho”. A rapidez com que o mundo caminha é tal que parece impossível acompanhar todas as mudanças no mercado.

Independentemente da profissão que você escolher, é importante que saiba que hoje em dia o profissional com chance de se sobressair é aquele que se

mantém atualizado através de leitura de livros, jornais e revistas (cultura geral), que saiba informática, estude línguas inglesa e espanhola, seja uma pessoa dinâmica e aberta ao aprendizado. Esta é a base para um futuro promissor.

#### 1.4. TRABALHO EM EQUIPE

Trabalho em equipe é quando um grupo ou uma sociedade resolve criar um esforço coletivo para resolver determinado problema. O trabalho em equipe pode ser descrito como um conjunto ou grupo de pessoas que se dedica a realizar uma tarefa ou determinado trabalho, por obrigação, ou não.

A denominação trabalho em equipe ou trabalho de grupo surgiu após a Primeira Guerra Mundial, e é um método muitas vezes usado no âmbito político e econômico como um sistema para resolver problemas.

O trabalho em equipe possibilita a troca de conhecimento e agilidade no cumprimento de metas e objetivos compartilhados, uma vez que otimiza o tempo de cada pessoa e ainda contribui para conhecer outros indivíduos e aprender novas tarefas.

Um bom exemplo de uma atuação de trabalho em equipe são os esportes, onde os atletas precisam uns dos outros para conseguirem fazer gols ou pontos.

A maioria dos esportes são formados por equipes, onde cada um desempenha um papel, para atingir o todo. Muitas pessoas dizem que trabalhar em equipe é mais divertido e fácil do que trabalhar individualmente, pois contribui muito para melhorar o desempenho de todos. Outro bom exemplo de trabalho em equipe é o das formigas e gafanhotos, que se dividem para pegar alimentos e se um não faz a sua parte, o todo fica comprometido. Isso é um modelo de união e força.

Saber trabalhar em equipe é outro fator importante, e uma característica essencial para profissionais e estudantes. As empresas valorizam muito as pessoas que não pensam apenas na sua própria tarefa, e sim naqueles que pensam nos colegas e na empresa em si.

O trabalho em equipe é essencial no contexto empresarial. Quase todos os projetos apresentam melhores resultados quando são desenvolvidos por uma equipe, e não apenas por um indivíduo.

Pessoas diferentes pensam de formas diferentes, o que é essencial para estabelecer diferentes soluções para os problemas. Algumas técnicas como o

*brainstorming* (tempestade cerebral, ou tempestade de ideias), são muito usuais no âmbito do trabalho em equipe. Além disso, as empresas aplicam diferentes dinâmicas de grupo para potencializar o trabalho em equipe.

O bom funcionamento de uma equipe vai depender da personalidade de cada elemento da equipe e do relacionamento entre eles. Alguns tipos de personalidade são mais compatíveis que outros, e quando trabalham juntos, a equipe sai beneficiada.

Um ambiente saudável e agradável é também essencial para o trabalho em equipe. Desta forma, cada elemento deve colocar a equipe em primeiro lugar e não procurar os seus próprios interesses. Além disso, é importante haver empatia para que o trabalho exercido seja o mais eficaz e prazeroso possível. Trabalhar em equipe requer muitas horas de convivência, e por isso, a harmonia e respeito devem ser cultivados em todas as ocasiões.

## 1.5. LIDERANÇA

Sempre que pessoas se reúnem em grupos, alguém se destaca mais que outros na hora de tomar decisões. Essa pessoa tem o que chamamos de espírito de liderança, e isso acaba influenciando o grupo. Mas isso é nato em apenas alguns seres humanos?

A resposta é não! Um líder pode ser desenvolvido, dependendo da necessidade e de seu conhecimento sobre determinado assunto.

A liderança pode ser resumida na habilidade de conduzir um grupo e motivá-lo a colaborar de maneira voluntária. Um bom líder consegue despertar nas pessoas a vontade de produzir mais e melhor, de fazer a diferença.

Você consegue imaginar uma empresa sem nenhum líder? Um local em que todo mundo possa fazer as coisas como quiser, e que não haja ninguém capaz de solucionar os problemas, ou orientar a equipe?

Parece meio caótico, não? Pois é justamente esse o papel da liderança: tornar o ambiente organizacional mais saudável e agradável para todos, além, claro, de apontar os caminhos para o sucesso e para que as pessoas consigam obter melhores resultados corporativos.

Há vários tipos de líderes, tais como:

Líder Autoritário: toma as decisões por conta própria.

Líder Democrático: aquele que abre a decisões com o grupo.

Líder Liberal: praticamente não participa das decisões.

Líder Carismático: traz um certo encanto sobre seu grupo e motiva-os no dia a dia.

Líder Especialista: aquele que chega a tal posição por seu conhecimento de determinado assunto, e assim, pode ajudar a equipe instruindo-os.

Em resumo, para se adquirir o espírito de liderança, a primeira atitude a se tomar, é adquirir conhecimento de tudo o que se relaciona com a sua profissão, conhecer-se como pessoa e profissional, ter objetivos claros, aprender a sair de sua zona de conforto, se propor a mudar e transformar suas metas em ações.

***INTERVALO DE 20 MINUTOS***

## MODULO 1.1

### **EXPLANAÇÃO DE 01h50min**

#### **1.6. TENDÊNCIAS DO MERCADO E DAS PROFISSÕES**

Os próximos anos para o Brasil prometem ser uma época de crescimento e investimentos, após um longo período de recesso, onde as empresas procuram investir em seus projetos, antes arquivados, e buscam profissionais para colocar em prática novos recursos. Para tanto precisamos nos preparar para esses novos tempos.

Cursos técnicos são uma boa opção para encontrarmos um lugar no mercado de trabalho. As profissões que estarão em alta nos próximos anos, de acordo com pesquisas, são de oito áreas: engenharias, finanças e contabilidade, área jurídica, mercado financeiro, recursos humanos, seguros, tecnologia da informação, vendas e marketing.

Devido à alta tecnologia com que vem crescendo o mundo atual, há a necessidade de aprimoramento constante, por isso não podemos nos acomodar em relação ao mercado de trabalho, pois este está cada vez mais competitiva. A busca por especialistas tem se acirrado nas empresas, e até mesmo quem já está empregado corre o risco de ficar obsoleto e ser cortado por falta de conhecimento das novas tecnologias.

Ex.: Vamos fazer uma relação das áreas profissionais mais atuantes da atualidade em nossa região:

<b>Tabela 1- Áreas profissionais em minha cidade.</b>	
Ex.: Construção	Engenheiro, Compras, Mestre de Obras, Arquiteto...

Fonte: Adaptado por: NEIDSON.




Fonte: Adaptado por: NEIDSON. “**ESCOLHAS DEFINEM DESTINOS**”.

Figura 03 – Escolhas.



Fonte: ST. DEPOSITPHOTOS.

Nossas escolhas definem o sucesso ou o fracasso da vida, e afetam nosso entorno, nossa família, nossos amigos e definem quem nós somos. Neste caso, fazer boas escolhas é o melhor norte que temos. Cada escolha vem acompanhada de suas consequências pré-determinadas. Para as realizações acontecerem é necessário tomarmos alguns passos que nos levem a ela.

Se considero que minhas decisões atuais são ruins, esse é o momento de decidir quais mudanças devem ser feitas. Posso decidir hoje mesmo, cessar as atitudes negativas e recomeçar, com apoio, alavancar novas conquistas para minha vida. Eu posso sim, ser uma pessoa melhor daqui em diante, tomando como exemplo, grandes homens que começaram com humildade, até atingirem suas maiores conquistas.

Precisamos cuidar com a procrastinação, pois as decisões e as escolhas são

as coisas que mais afetam nosso crescimento material, profissional e espiritual.

Ao decidirmos que tipo de trabalho desejamos realizar, necessitamos listar as capacidades que precisamos adquirir para a realização das tarefas atreladas a essa escolha. Para isso, temos que buscar uma formação constante dos atributos necessários à função e isso também é uma decisão, uma escolha.

Como já dissemos, decisões têm consequências, mas indecisões mais ainda! A famosa frase do escritor Hamilton Werneck: **“Quem decide pode errar, quem não decide já errou”**, retrata muito bem essa questão.

### VAMOS EXERCITAR!

1 - De acordo com o nosso aprendizado, qual a diferença entre Vocação e Aptidão?

---

---

---

2 – Defina Mercado de Trabalho!

---

---

---

3 – Se as pessoas pensam diferente de nós, como podemos trabalhar em equipe?

---

---

---

4 – Como é um Líder Carismático?

---

---

---

5 – Qual a importância de nos qualificarmos constantemente para o mercado de trabalho?

---

---

---

6 – Cite 5 escolhas que você considera como negativas?

---

---

---

7 – Como uma escolha acertada pode auxiliar tua vida?

---

---

---

8 – Uma decisão errada pode prejudicar sua vida. Como as indecisões podem afetá-la?

---

---

---

## MODULO 2

### ***EXPLANAÇÃO DE 01h50min***

#### **2.1. ORIENTAÇÃO VOCACIONAL**

**CONCEITO:** Em linhas gerais, orientação vocacional reúne o conjunto de técnicas e orientações que auxiliam, de forma individual ou coletiva, determinadas escolhas.

Tema bastante presente na fase escolar, principalmente nos anos do Ensino Médio, que antecedem escolhas importantes como, por exemplo, o Vestibular.

##### **2.1.1. COMO É FEITA A ORIENTAÇÃO VOCACIONAL**

Realizadas por psicólogos e *coachs*, essas metodologias focam em uma série de análises sobre diversos aspectos do indivíduo.

Entre elas, são ouvidas as aptidões, observada a personalidade e os interesses do candidato. Isso é feito de maneiras distintas, entre elas estão as entrevistas, em que as conversas são responsáveis pela identificação dos interesses.

Existe também a possibilidade de uma grande avaliação. Um formulário amplo com diversas perguntas que podem, por meio dos resultados apresentados, traçar um perfil desse candidato.

A orientação vocacional é uma forte ferramenta para o autoconhecimento. É uma chance de saber quais habilidades a pessoa mais valoriza, e qual o tipo de atividade que mais a agrada na rotina diária.

## MODULO 2.2

### ***EXPLANAÇÃO DE 01h50min***

#### **2.2.1. AUTOCONHECIMENTO**

“O Autoconhecimento, sem dúvida, é determinante para a escolha da profissão, pois é onde se descobre quais são as habilidades, competências, interesses, a real personalidade, e por consequência, quais são as possíveis áreas nas quais se poderá atuar e ser bem-sucedido”, salienta Talita Martins, *coach* formada pela Sociedade Brasileira de Coaching.

#### ***Conhecimento de si***

Figura 06 – Autoconhecimento.



Fonte: SBIE.

#### ***Reflexão: CUIDADO!***

*Nem sempre somos o que parecemos ser.*

O autoconhecimento ou conhecimento de si é a investigação de si mesmo. Também pode ser um projeto ético, quando o que se busca é a realização de algo.

#### **2.3. CONHECIMENTOS**

O conhecimento é o saber fazer. É o que as pessoas aprendem nas escolas, nas universidades, nos livros, no trabalho e, especificamente, em suas vidas.

O ser humano sabe muitas coisas e aprende cada vez mais no decorrer dos

dias, porém, raramente usa o que sabe.

## 2.4. HABILIDADES

A habilidade é o saber fazer. É tudo o que de fato é aprendido e utilizado no decorrer da vida. É colocar em prática o que se tem de teoria.

São, basicamente, os arquivos pessoais do dia a dia de cada um.

Uma habilidade é uma capacidade aprendida, por meio de treinamento ou experiências, para obter um resultado desejado ou realizar funções de trabalho.

A habilidade é adquirida através de um esforço. Isto para realizar atividades ou funções envolvendo ideias (habilidades cognitivas), objetos (habilidades técnicas) ou pessoas (habilidades interpessoais).

<b>Tabela 4- Relacione habilidades que você já possui!</b>	
1 -	2 -
3 -	4 -
5 -	6 -
7 -	8 -
9 -	10-

Fonte: Adaptado por: NEIDSON.

<b>Tabela 5- Relacione habilidades que você gostaria de ter!</b>	
1 -	2 -
3 -	4 -
5 -	6 -
7 -	8-
9-	10-

Fonte: Adaptado por: NEIDSON.

## 2.5. TESTES DE HABILIDADES

Uma habilidade é uma capacidade aprendida, por meio de treinamento ou experiências, para obter um resultado desejado ou realizar funções de trabalho.

Quando se fala em habilidades, logo pensamos que não possuímos muitas, mas nos enganamos, pois, elas são todas as coisas que já aprendemos a dominar.

Por exemplo, já sei usar um celular para realizar ligações, então já possuo essa habilidade, consigo dirigir um carro ou moto, então sou habilitado, posso preparar minha própria comida, tomar banho sozinho, escrever, ler, colocar um quadro na parede, lavar uma roupa, realizar tarefas simples que não necessitam de muita prática. Nem todas as profissões exigem tarefas complexas, algumas são coisas simples do dia a dia.

Quando são complexas, precisamos aprender, e somente adquirimos tal habilidade com o passar do tempo, pois são coisas que se desenvolvem com a prática.

## 2.6. ATITUDES

A atitude, por sua vez, é o que leva as pessoas a decidirem se irão ou não exercitar as habilidades de determinados conhecimentos.

Ou melhor, dizendo, é o querer fazer.

As atitudes precisam ainda de foco para que os conhecimentos e habilidades entreguem resultados para os objetivos esperados.

## 2.7. COMPETÊNCIAS

Competências são um conjunto de habilidades e conhecimentos relacionados que permitem que uma pessoa atue efetivamente em um trabalho ou situação.

Uma competência é mais do que apenas conhecimento e habilidades. Envolve a capacidade de atender demandas complexas, recorrendo e mobilizando recursos, em contexto particular. As competências, portanto, podem incorporar uma habilidade, mas são mais do que apenas ela.

O que é isso para você?

---

---

---



---

**Competência Profissional:**

- Capacidade de decisão
- Empatia
- Liderança
- Controle emocional
- Antecipação
- Automotivação

Faça uma avaliação para checar se possui todas essas aptidões, e mapeie seus pontos positivos e aqueles que precisam ser melhorados. Assim, você pode tornar-se um profissional melhor e conquistar uma boa posição no mercado.

1. Nome da competência - porque essa competência é importante?

**Tabela 6- Competência x importância.**

Nome da competência	Porque é importante?

Fonte: Adaptado por: NEIDSON.

2. Quais competências você tem para atuar no trabalho?

**Tabela 7 – Minhas competências.**

1-
2-
3-

4-
5-
6-
7-

Fonte: Adaptado por: NEIDSON.

## **MODULO 3**

### ***EXPLANAÇÃO DE 01h50min***

#### **3.1. DESNÍVEL SOCIOCULTURAL**

Analise a situação geral de todos participantes do curso, com relação em qual nível social eles se encontram, e busque ver soluções práticas para a melhoria da situação, mas de forma sutil.

Para entender melhor este assunto, vamos iniciar comentando o quanto é bom ouvir uma pessoa discursando ou conversando com sobriedade sobre determinado assunto. É muito bom ouvir alguém com conhecimento, que domina um determinado assunto, se pronunciar!

Na verdade, é agradável ouvir alguém falando com um vocabulário adequado, pronunciando palavras e tempos verbais corretamente, não fazendo uso de gírias, nem de palavras e expressões inconvenientes.

Pessoas assim se fazem compreender e prendem nossa atenção, damos mais importância para o que elas dizem.

Para isso, devemos adquirir mais conhecimento, pois isso aumenta nosso nível sociocultural. No entanto, precisamos incentivar as pessoas ao nosso redor, a também fazer o mesmo, pois o desnível sociocultural pode afetar um relacionamento entre as pessoas de nosso convívio. Entre uma pessoa mais culta e outra que não tem estudos, a diferença é visível na hora de conversar, pois enquanto uma discorre sobre política, história, notícias do mundo, artes ou música, a outra só conversa sobre novelas, futebol e nada mais. Com o tempo o relacionamento pode se desgastar, por isso o ideal é que ambos cresçam juntos.

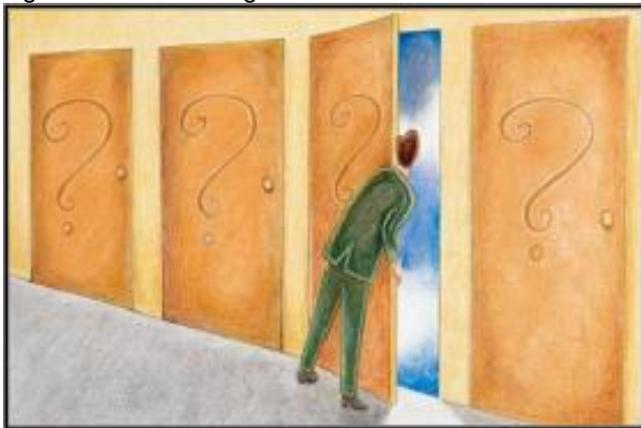
Quando ocorrer um debate sobre algo polêmico, devemos agir com inteligência, sobriedade e neutralidade na abordagem desses assuntos, tendo o cuidado de não ofender ou prejudicar as pessoas com as quais estamos interagindo.

Assuntos como alcoolismo, AIDS, vulnerabilidade infantil, uso de drogas, homossexualismo, gênero, entre outros, são extremamente polêmicos e delicados.

### 3.2. CÍRCULO DE INFLUÊNCIA

Personagens que podem orientar na escolha das profissões:

Figura 04 – Personagens.



Fonte: CADERNODOENEM.

#### **Professores:**

Pela proximidade das provas de vestibular, é durante o Ensino Médio que a pressão para a escolha da profissão se torna maior. Mas a ajuda pode estar dentro da própria sala de aula.

#### **Profissionais:**

Ninguém melhor do que um profissional atuante no mercado de trabalho para falar sobre sua área pretendida. Converse com algum deles e procure saber como é o dia a dia da profissão e suas dificuldades, qual a faixa salarial, quais características pessoais são cobradas e as futuras tendências do mercado.

#### **Familiares:**

Os pais têm papel fundamental na escolha da profissão do filho. Compartilhe com eles seus desejos e dúvidas, lembre-se que um dia, provavelmente eles passaram por esse mesmo momento. Porém, não é recomendado escolher uma profissão só para agradar os pais ou seguir tendências na família.

#### **Amigos e Personalidades:**

Procure pensar em amigos e personalidades, figuras históricas ou mesmo pessoas próximas que você admira. As qualidades que você valoriza nessas pessoas podem

ajudar a entender o que é mais importante para você. Pense sobre o que você gosta nelas ou em suas trajetórias, quais qualidades você acredita que também possui e que gostaria de desenvolver.

### **Orientador Vocacional:**

O orientador vocacional é um profissional treinado para ajudar você a identificar seu perfil, e deverá orientá-lo a escolher a melhor opção de acordo com sua personalidade. Para ter certeza que está fazendo a escolha certa, toda ajuda é bem-vinda. Faça um teste vocacional, procure orientação de psicólogos. Conheça a si próprio e você saberá qual a melhor decisão.

Figura 5- Nosso círculo de influências.



Fonte: Adaptado por: NEIDSON.

**Tabela 8- Lista do meu círculo de influências.**

Nome	Telefone

Fonte: Adaptado por: NEIDSON.

### 3.3. EMPATIA

Podemos definir empatia, como a capacidade psicológica para sentir o que sentiria uma outra pessoa caso estivesse na mesma situação vivenciada por ela. Consiste em tentar compreender sentimentos e emoções, procurando experimentar de forma objetiva e racional o que sente o outro indivíduo.

A capacidade de se colocar no lugar do outro, que se desenvolve através da empatia, ajuda a compreender melhor o comportamento alheio em determinadas circunstâncias e a forma como outra pessoa toma as decisões.

Ser empático é se identificar com outra pessoa ou com a situação vivida por ela. É saber ouvir os outros e se esforçar para compreender os seus problemas, suas dificuldades e as suas emoções.

Quando alguém diz “houve uma empatia imediata entre nós”, isso significa que houve um grande envolvimento, uma identificação instantânea. O contato com a outra pessoa gerou prazer, alegria e satisfação. Houve compatibilidade. Nesse contexto, a empatia pode ser considerada o oposto de antipatia.

Para ser empático é preciso conseguir ultrapassar as barreiras do egoísmo, do preconceito ou do medo do que é desconhecido ou diferente.

### 3.4. SIMPATIA

A simpatia, por exemplo, costuma unir as pessoas através das afinidades, ou seja, do que elas possuem em comum. Já a empatia não costuma acontecer necessariamente por afinidade, já que ela ocorre por um processo de compreensão da situação vivida pela outra pessoa.

Faça uma avaliação para checar se possui todas essas aptidões e mapear seus pontos positivos e aqueles que precisam ser melhorados. Assim, você pode tornar-se um profissional melhor e conquistar uma boa posição no mercado.

### 3.5. EMPATIA NA PSICOLOGIA

Na área da psicologia a empatia é fundamental para o sucesso da relação entre o paciente e o terapeuta. Para que o psicólogo faça um bom trabalho é indispensável que ele consiga desenvolver a empatia com seus pacientes.

Assim ele consegue colocar-se em seu lugar, compreender seus sentimentos

e perceber quais são os medos e as inseguranças que precisam ser trabalhadas no processo terapêutico.

Além de conseguir colocar-se no lugar de seu paciente, é preciso que o psicólogo desenvolva a aptidão de compartilhar as emoções vividas por ele, estabelecendo uma verdadeira ligação emocional com as questões apresentadas na terapia.

**INTERVALO 20 MINUTOS.**

## MODULO 3.1

### ***EXPLANAÇÃO DE 01h50min***

#### **3.6. NOÇÕES COMERCIAIS E ADMINISTRATIVAS**

O agente social deve perceber se a turma precisa de uma explicação mais aprofundada a respeito deste assunto ou se somente deve ficar na conceitualização.

**COMÉRCIO:** Nada mais é do que a troca, compra e venda de mercadorias ou serviços, isso gera uma movimentação que é conhecida como comercialização. Antigamente se trocava produto por produto, serviço por produto e vice-versa, hoje troca-se por dinheiro.

Para conhecermos um pouco das transações comerciais, não podemos fugir da burocracia que ela necessita para se manter em funcionamento. Aqui nesta apostila só falaremos de seus conceitos.

**ADMINISTRAÇÃO:** São os recursos para controlar o comércio e seus resultados, contas a pagar e a receber são basicamente as obrigações financeiras que a empresa assume com seus fornecedores ou clientes. Não ter o controle sobre o que tem que ser pago ou para receber, pode significar um grande perigo para a empresa e levá-la à falência. Existem hoje planilhas eletrônicas e sistemas que auxiliam no controle das finanças da empresa e aprender a utilizá-los é uma boa opção para estar melhor qualificado.

Precisamos ter uma noção de redação, comunicação, aspectos gramaticais, pontuação, funções administrativas, planejamento, organização, direção. Para isso podemos fazer cursos que nos qualifiquem melhor.

**3.7. RADICALISMO:** O radicalismo é um modo extremista de ver as coisas, rigidez, intransigência, severidade, dureza, teimosia, etc.

Figura 7- Radicalismo.



Fonte: AMAXIMAPERFORMANCE, 2017.

Uma pessoa radical é caracterizada pela sua rigidez emocional e comportamento austero, sendo incapaz de enxergar determinada situação a partir de um ponto de vista diferente daquele que acredita. Difícil convivência pessoal e profissional.

Sua maneira engessada de pensar acaba se tornando uma armadilha, pois se perde no meio das ideias que sustenta e faz oposição a todos ao seu redor.

Não raro, acredita ser mais inteligente que os outros, pensa que sabe tudo e se torna arrogante e intolerante, não praticando a gentileza, a educação e a compreensão, age sem respeito, prejudicando sua própria vida pessoal e profissional.

### 3.8. FLEXIBILIDADE

Qualidade do que é flexível, maleável, facilidade e leveza de movimentos, agilidade, elasticidade e elegância, são alguns adjetivos da flexibilidade.

Figura 8- Flexibilidade.



Fonte: BLOG. CONVENIA, 2014.

Ser flexível favorece em vários aspectos, como aceitar as pessoas e as situações tais como são, sem preconceitos e críticas, procurando conviver em harmonia com todos ao redor, sem pré-julgamentos.

Na área profissional, ser flexível é uma qualidade muito valorizada, pois a pessoa é moldável às necessidades da empresa, e muitas vezes é isso que o contratante está buscando em um candidato para preencher uma vaga.

Sendo um bom participante de equipe, a pessoa de personalidade flexível consegue entender os pontos de vista de todos, contribuindo sobremaneira ao expor suas ideias e acatando as do grupo, tornando-se assim um bom membro de equipe, em que todos tomam as decisões juntos.

“Não há que ser duro. Há que ser forte e flexível”. (Provérbio Chinês).

### 3.9. AUTOCONSCIÊNCIA E INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

É a capacidade de olhar para si mesmo com honestidade e isenção, sem julgamentos ou autocrítica, de se reconhecer por inteiro, de identificar todos os defeitos e qualidades, e todo o bem e todo o mal que nos compõem. Assim, temos a oportunidade de entender como nos tornamos as pessoas que somos hoje, para que possamos compreender, que a única pessoa responsável por nossas escolhas e consequências, por conquistar e perder, assumir ou fugir, e pelas nossas falhas, somos nós mesmos, não é papel de mais ninguém.

Ao nos analisarmos, também definimos quem somos na sociedade em que estamos inseridos. Nosso comportamento é constantemente avaliado pelos que nos rodeiam e definem quem somos aos olhos dos outros, por isso nossas atitudes, palavras e ações fazem toda a diferença e mostram qual é nosso grau de inteligência emocional.

Um indivíduo que possui autoconsciência, tem conhecimento a respeito do que sente e de que maneira esses sentimentos afetam positiva ou negativamente o seu desempenho profissional e sua vida pessoal. Por isso, aprender a olhar para dentro de si e realizar as mudanças necessárias é uma estratégia inteligente na construção de um caminho de sucesso na vida.

Para que se tenha sucesso nesta autoanálise siga três passos:

- Analise seu comportamento;
- Controle suas emoções impulsivas;

- Pratique a empatia;

Há muitas décadas, a inteligência humana mais valorizada era a intelectual, no entanto hoje, se prioriza também a inteligência emocional, pois esta implica na superação de problemas, no convívio com os outros, na tolerância às diferenças, no respeito aos superiores e na capacidade de gerenciar seus medos, tristezas, angústias e sofrimentos.

Isto requer trabalhar o equilíbrio emocional, que nada mais é do que a capacidade de estar no domínio mental, mesmo em meio aos desafios, imprevistos e transições frequentes que acontecem em todas as áreas da vida. O equilíbrio emocional traz clareza de pensamento e propicia tomadas de decisões em momentos mais difíceis. Com ele conseguimos assegurar nossa saúde mental no decorrer da vida, através dos acertos, erros e aprendizados.

### 3.10. AUTOCONFIANÇA E AUTOESTIMA

Autoconfiança é a certeza de seu próprio valor, a capacidade de confiar em si mesmo, a convicção de ser capaz de realizar todas as coisas que se propõe a fazer, desenvolvendo habilidades e poder. Pode-se aumentar a autoconfiança através de um condicionamento e Autoavaliação.

Figura 9- Autoconfiança.



Fonte: PT. DREAMSTIME.

Autoestima é o valor dado a cada pessoa por si mesma, e é fundamental para seu bem-estar psicológico. A autoestima é baseada na autoaceitação e autoconfiança e pode mudar e melhorar se for bem trabalhada.

Dicas para aumentar a sua autoestima e autoconfiança:

Começa por cuidar melhor de si mesmo, buscando vestir-se melhor;  
Usar um bom desodorante e perfume diariamente;  
Andar sempre barbeado ou maquiada, ajuda sua autoestima;  
Ser educado e paciente, ser compassivo e sincero com os outros e com você mesmo;

Agradecer por tudo que tem e comemorar suas pequenas vitórias;

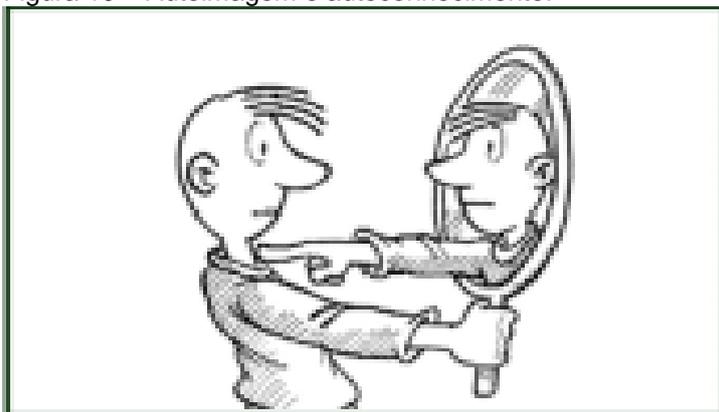
Procure aprender palavras novas todos os dias, a maneira como você se expressa faz uma grande diferença. Sempre que possível aprenda palavras em outro idioma.

Procure andar com pessoas que sejam educadas e aprenda com elas;

Tenha uma postura corporal correta ao andar, sentar e ao apertar a mão de alguém, jamais chacoalhar, principalmente se for mulher.

Mas antes de tudo. Você se conhece?

Figura 10 – Autoimagem e autoconhecimento.



Fonte: AMAZONIA TEOSOFICA, 2018.

**“Antes de olhar para fora, olhe para dentro de você”**

### 3.11. COGNIÇÃO

Cognição é a capacidade de processar informações e transformá-las em conhecimento, com base em um conjunto de habilidades mentais e/ou cerebrais como a percepção, a atenção, a associação, a imaginação, o juízo, o raciocínio e a memória.

A percepção cognitiva nos permite organizar e entender o mundo através de estímulos que recebemos dos diferentes sentidos como a visão, a audição, o gosto, o cheiro e o tato.

A atenção é uma função cognitiva fundamental para o desenvolvimento de situações cotidianas, usada para a maioria das tarefas que realizamos no dia a dia. De fato, foi considerada um mecanismo que controla e regula os outros processos cognitivos.

A memória cognitiva nos permite codificar, armazenar e recuperar informações do passado. É um processo básico para a aprendizagem, pois é o que nos permite criar um sentido de identidade.

Existem outras funções cognitivas, que estão disponíveis no meio em que vivemos e aprendemos com a observação. Porém algumas cognições precisam de habilidades para que possam ser desenvolvidas, como falar em público, se relacionar com pessoas, ter visão analítica e estratégica de negócios e ser empreendedor.

Com isso percebemos que todo ser humano é capaz de aprender, mesmo que seja uma coisa de cada vez. Segundo o filósofo chinês Lao Tsé: "Quando eu me despojo do que sou, me torno o que eu poderia ser".

Um estudo da OCDE — Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico — demonstrou que pessoas com ensino superior vivem até 17 anos a mais do que aquelas que pararam de estudar após concluir o ensino médio ou fundamental. Por isso, se quiser viver mais, estude mais.

Sempre pensamos que voltar à sala de aula é um processo de retroceder, no entanto, é para avançarmos. Aumentando nossos conhecimentos, criamos mais sinapses e isso exercita nosso cérebro que vai gradualmente aumentando sua capacidade de compreensão, basta começar e não desistir, é assim que atingimos patamares mais elevados.

### 3.12. CRIATIVIDADE

Por definição, compreendemos criatividade como a capacidade nata ou adquirida de criar coisas novas, inventar, produzir, transformar, inovar, refazer melhor, aprimorar e outros adjetivos podem ser usados, mas o mais importante é o desejo de fazer melhor. Sempre que nos encontramos em certos processos que são realizados há tempos da mesma forma, podemos, com criatividade fazer de um modo melhor, isso é considerado uma inovação ou podemos usar outra palavra descrita acima?

A criatividade na área profissional é importantíssima, pois é dela que surgem novos produtos e serviços.

Vamos fazer uma lista do que achamos que são coisas criativas que temos hoje!

**Tabela 9- Coisas criativas desta época!**

1-	2-
3-	4-
5-	6-
7-	8-
9-	10-

Fonte: Adaptado por: NEIDSON

Você sabe quem as criou? Como será que ele (a) chegou a desenvolver isso?

Na maioria das vezes foi a necessidade de resolver problemas que trouxe a criatividade à tona, outras vezes foi a necessidade de facilitar as coisas. Podemos ser criativos em nossas vidas e recriá-la à nossa maneira!

### 3.13. INICIATIVA

É o traço de caráter que leva alguém a empreender alguma coisa ou tomar decisões por conta própria, disposição natural, ânimo pronto e enérgico para conceber e executar tarefas antes que os outros.

Bom líder é aquele que tem iniciativa, porém todos nós podemos treinar e adquirir esta qualidade ou característica de ter determinação para mover ações. Alguns sinônimos de iniciativa nos ajudam a compreender melhor, tais como a decisão.

Ser decidido propicia, que aos olhos do chefe, a pessoa se sobressaia;

Determinação de fazer algo em que eu seja o primeiro a fazer;

Ânimo para agir nos ajuda a encontrar resolução para os problemas que surgem;

Ser arrojado, ter atitude, ser diligente;

Ter disposição para empreender;

Dar o primeiro passo para realizar algo, ter prontidão;

Pensar e desenvolver projetos;

Ter energia para trazer novidades e realizar coisas que façam a diferença na empresa é uma boa maneira de mostrar iniciativa.

Isto é o que leva as pessoas a fazerem o que precisa ser feito sem que alguém tenha que pedir ou dizer para que se faça. Precisamos lembrar que o mundo costuma premiar os que agem com iniciativa, são vistos como aqueles que tem perfil de liderança, nesta hora é que percebemos a diferença entre um chefe e um líder.

O maior inimigo da iniciativa é a procrastinação, por isso não deixe seus projetos na gaveta ou na memória e comece a agir em direção ao curso que você quer fazer, a decisão que está adiando, a mudança que precisa ser feita. Ouse ser proativo.

### 3.14. PERSUASÃO

A persuasão é a arte de convencer qualquer pessoa de qualquer coisa! E sim, é possível convencer outras pessoas a fazerem aquilo que você deseja desde que isso seja bom para elas também.

Não é manipulação, não é uma forma de levar outras pessoas a realizarem os seus desejos e muito menos uma maneira de levar vantagem. Se essa é a visão que você tem sobre o que é persuasão e procura uma maneira de controlar os outros, então esse artigo não é para você!

No entanto, se você tem como objetivo implementar ações que sejam vantajosas para todas as partes envolvidas, então você vai aprender como convencer outras pessoas usando as técnicas mais eficazes que existem.

Cientistas estudam os motivos por trás do “SIM” há mais de 60 anos, e uma coisa é consenso: convencer alguém a fazer algo não é apenas reflexo de carisma, é ciência.

Seja para vender, para capturar e-mails, para pedir ajuda a alguém influente no mercado, saber o que é persuasão e como usá-la pode trazer muitos pontos de vantagem para você e para outras pessoas.

“A persuasão é uma estratégia de comunicação que utiliza recursos lógicos, racionais ou simbólicos para induzir alguém a aceitar uma ideia, uma atitude ou realizar uma ação.”

Ela está presente nas mais diversas situações do nosso dia a dia, como quando tentamos convencer alguém próximo a tomar uma decisão que achamos

correta ou até mesmo ao negociar um desconto em uma loja, por exemplo.

Para persuadir alguém você precisa falar “a língua da pessoa”. Não adianta você conversar em português, um japonês que não conhece o idioma, certo?

Empatia essa é a chave do sucesso para convencer pessoas. Então coloque-se no lugar do seu ouvinte e imagine como e o que ele ou ela gostariam de ser convencidos. O importante não é o que você fala, mas como você diz.

### **VAMOS EXERCITAR!**

9 – O que é a Orientação Vocacional?

---

---

---

10 – Como a competência me ajuda a progredir?

---

---

---

11 – Defina a palavra “empatia”!

---

---

---

12 – A administração só se aplica a empresas ou em outras áreas também, quais?

---

---

---

13 – O radicalismo pode te prejudicar? Como?

---

---

---

14 – Cite 3 atitudes características de uma pessoa flexível?

---

15 – Como desenvolvo a Inteligência Emocional?

---

---

---

16 – Como adquiro autoconfiança e autoestima?

---

---

---

17 – O que significa cognição?

---

---

---

18 – Ter iniciativa no trabalho é bom? Como?

---

---

---

19 – Como posso ser mais persuasivo?

---

---

---

## MODULO 4

### ***EXPLANAÇÃO DE 01h50min***

#### **4. 1. ESTUDO PROFISSIONAL**

Você já pensou em investir?

Você pode sim, investir e sem dinheiro, o que é mais importante.

Conseguimos investir nosso tempo! Pois nos é dado de graça, porém não podemos desperdiçar essa dádiva. O tempo que vamos levar estudando consideramos um “investimento” em nós mesmos, e isso resulta em dinheiro, prestígio e auto respeito.

Hoje as facilidades para estudar são diversas, pois podemos contar com programas como EJA (Educação para Jovens e Adultos), CEEJA (Centros Estaduais de Educação de Jovens e Adultos) e ENCCEJA (Exame Nacional para Certificação de Competências de Jovens e Adultos).

Voltar aos estudos não é nada embaraçoso, na verdade é enobrecedor e mostra uma grande vontade de ser melhor e buscar mais.

As muitas opções para se retomar os estudos na atualidade, facilitando aprendizado e a formação. Uma delas é a opção do estudo à distância (EAD), uma modalidade acessível na busca por uma formação sem precisar estar em sala de aula, necessitando apenas ter acesso à internet e um computador, notebook, tablet ou celular.

Podemos pleitear bolsa de estudos, o governo oferece várias oportunidades nessa categoria, como Pro Uni, Fies, CNPq, entre outras possibilidades.

Aprenderemos com o tempo que temos vários instrumentos para nosso crescimento e aprendizado, vamos pesquisar um pouco sobre alguns.

#### **Alguns Instrumentos importantes na formação do Profissional**

- Marketing Pessoal;
- Planejamento de Carreira;
- Currículo;

- Network;
- Ética e etiqueta no trabalho;

A grande sacada é que os estudos desenvolvem nossas habilidades, desde as microempresas até as multinacionais. Todas procuram funcionários com habilidades de liderança, trabalho em equipe e aqueles que sabem lidar com a diversidade saem na frente, por isso a importância da formação profissional.

#### 4.2. DESCREVER SEUS PONTOS FORTES E FRACOS

Pontos fortes são as situações que devem nos deixar à vontade na hora de descrever, quer seja numa entrevista ou numa lista como a que faremos abaixo.

Nossos pontos fortes devem ser aqueles que demonstrem nossas capacidades, tais como ser ágil, dinâmico, centrado, organizado, flexível, decisivo, ter empatia, ser versátil, criativo, flexível, decidido, proativo, dedicado, comprometido, comunicativo, extrovertido, capaz, etc.

**Tabela 10- Considero como meus pontos fortes.**

1-	2-
3-	4-
5-	6-
7-	8-
9-	10-

Fonte: Adaptado por: NEIDSON.

#### 4.3. TORNAR SEUS PONTOS FRACOS EM PONTOS FORTES

Numa entrevista pode ser que o entrevistador perceba algum ponto fraco em você, como falta de experiência, pouca idade, falta de estudos ou a qualificação desejada.

Nesses casos, dê respostas honestas e fale como pode enfrentar o problema, use palavras positivas, seja firme nas respostas e não desvie o olhar do entrevistador, ele pode achar que isso é um sinal de fraqueza.

Vamos fazer uma lista de possíveis pontos fracos e como sobrepuja-los.

**Tabela 11- Pontos em que posso melhorar.**

Problemática	Possível solução
1 - Planilhas Eletrônicas	Tenho estudado por vídeo aulas no youtube, sobre funções básicas das planilhas.
2 -	
3 -	
4 -	
5 -	
6 -	
7 -	
8 -	
9 -	
10 -	

Fonte: Adaptado por: NEIDSON.

#### 4.4. ENTREVISTA BEM SUCEDIDA

As entrevistas são umas das melhores ferramentas utilizadas para a seleção de um novo colaborador na empresa. As empresas usam as entrevistas para uma avaliação mais intimista. Com profissionais qualificados, conseguem analisar rapidamente o perfil do candidato, sua postura, agilidade, atenção e conhecimento.

Por isso, causar uma boa impressão é importantíssimo. A decisão do empregador poderá não ser imediata, mas a avaliação de um novo profissional na empresa é desde o primeiro contato, e esta avaliação nem sempre será técnica, tendo em vista que hoje as empresas se preocupam mais com a avaliação comportamental e a inteligência emocional.

A grande necessidade do novo candidato é que deve ser estar preparado para responder as perguntas com firmeza, sinceridade e calma. Busque conhecer o nome da telefonista, secretária ou recepcionista, gerente, entrevistador, dono da empresa, pois saber o nome deles lhe dará vantagem, tornando-o mais próximo que os outros candidatos.

Aproveitar a primeira oportunidade que tiver para declarar seu “comercial de apresentação”, pode ser interessante, e é o que aprenderemos na próxima aula como também a forma de desenvolvermos um currículo simplificado que aprendemos no módulo dois.

#### 4.5. DISCORRER SOBRE PERGUNTAS PARA CANDIDATOS

As perguntas são muito variadas, mas podemos ter um norte, sabendo que tipo de empresa estamos pleiteando a vaga. Devemos procurar saber com antecedência se é uma empresa familiar, de pequeno, médio ou grande porte, se é multinacional, ou outro tipo. Conhecer sobre a empresa, nos ajuda muito nesta hora. As informações que eles buscam saber é se o candidato é proativo na hora de aprender, como ele lida com problemas, qual seu interesse real em fazer parte da equipe, como ele enfrenta as adversidades do dia a dia, entre outros. Para isso eles realizam perguntas como as que seguem:

Por que devo contratá-lo?

Fale sobre você!

Se um colega de trabalho te ofendesse, o que você faria?

O que teu último chefe falaria de você?

Quais suas metas para daqui a 1 ano?

Como você se preparou para esta entrevista?

O que você espera desta empresa?

Por quanto tempo você ficou desempregado?

Onde mora?

Possui um meio de transporte confiável?

Quais pontos você considera fortes ou fracos?

Muitas outras perguntas podem ser feitas para avaliar uma pessoa para estar em uma determinada posição, o que você perguntaria a um candidato?

**Tabela 12- Perguntas que eu acho relevante numa entrevista.**

1 -
2 -
3 -

4 -
5 -

Fonte: Adaptado por: NEIDSON.

**Tabela 13- Quais respostas eu gostaria de ouvir nas perguntas acima.**

1 -
2 -
3 -
4 -
5 -

Fonte: Adaptado por: NEIDSON.

Que conclusão se pode tirar das entrevistas? Estamos preparados?

**4.6. DINÂMICA DE ENTREVISTAS, SEJA UM ENTREVISTADOR**

***INTERVALO 20 MINUTOS***

## MODULO 4.1

### ***EXPLANAÇÃO DE 01h50min***

#### **4.7. VENDER SUA IMAGEM**

Início:

Conhece a frase: “A primeira impressão é a que fica?”

Esteja vestido adequadamente;

Seja atencioso ao seu entorno;

Descubra o nome do entrevistador antes de entrar na sala;

Entre na sala com confiança;

Sorria cordialmente;

Olhe as pessoas nos olhos;

Cumprimente-o pelo nome, pronuncie corretamente;

Apresente-se;

Aguarde ele dizer: sente-se.

Somente seguindo esses passos, você já pode ter ganhado pontos a mais que outros candidatos.

Finalização:

Quando for sair, faça contato visual com todos da sala ao despedir-se;

De um firme aperto de mão;

Chame o entrevistador pelo nome;

Agradeça por seu tempo e atenção;

Verifique a data da resposta;

Importante demonstrar desejo em trabalhar na empresa;

Use a frase: “Espero que possamos trabalhar juntos”, ou uma similar.

Procure deixar um impacto duradouro. Com sua educação, preparo e um comercial bem elaborado, você será lembrado na hora da escolha.

#### **4.8. COMERCIAL DE APRESENTAÇÃO**

Agora que aprendemos a definir nossas escolhas, habilidades,

conhecimentos, competências, perspectivas, pontos fortes e fracos e a nos portarmos em uma entrevista, estamos preparados para realizar nosso comercial de apresentação.

1. Porque?
2. Como fazer?
3. Como utilizar?

1. Em muitos casos, um empregador pode não ter muito tempo para nos ouvir, portanto precisamos despertar seu interesse com muita rapidez. Outras vezes encontramos uma oportunidade numa conversa informal, na fila de um caixa, no mercado, no shopping, etc.

2. Um bom meio é escrever um “comercial de apresentação”, contendo de três a cinco sentenças que expliquem quem você é. Para isso vamos definir 5 coisas:

1. Uma palavra que descreva seu ponto mais forte;
2. Descreva em uma frase sua família;
3. Escreva seu passatempo preferido;
4. Descreva seu desempenho no emprego anterior, se for o primeiro emprego, descreva seu projeto para daqui a um ano;
5. Descreva uma realização sua ou sua formação escolar.

**Tabela 14- Minha tabela resumida de quem eu sou! (ela pode se alterar a cada nova conquista).**

2.1 -
2.2 -
2.3 -
2.4 -
2.5 -

Fonte: Adaptado por: NEIDSON.

3. Para utilizar é melhor vermos um exemplo:



**INFORMAÇÕES PESSOAIS:**

- Estado civil
- Idade

**FORMAÇÃO:**

- Ensino médio completo
- Curso técnico de informática

**OBJETIVO:**

Trabalhar na área administrativa, escritório, recepção, telemarketing, monitora, fiscal de escola e atendimento ao público em geral.

**Trabalho voluntário**

Morei por 18 meses em Portugal Porto, como voluntária, tendo um relacionamento com pessoas de todas as idades. Este trabalho me possibilitou habilidades com planejamento, organização, dinamismo, comunicação, trabalho em equipe, afetividade e companheirismo. Estou cursando graduação em Educação Física.

**Habilidades**

Internet básica, digitação, facilidade com cálculos, atendimento ao cliente, vendedora (não registrado). Corel Draw, Excel intermediário, Word, Power Point, gosto de inovar, habilidade com desenhos, pintura, artes manuais (estamparia em camisetas) canto, canto coral, entre outros...

**Experiência**

Trabalhei como secretaria no escritório de uma corretora por 5 meses onde atendia o telefone, cobrava acordos dos clientes, organizava o escritório, servia café e cuidava das contas a pagar e a receber e realizava cobranças via telefone e ou SMS.

Fonte: MEUCURRICULOPERFEITO.

Seu currículo pode ser postado nas redes sociais, *LinkedIn* ou sites de empregos.

**4.11. SOCIALIZAÇÃO, ENTREGA DE CERTIFICADOS DE PARTICIPAÇÃO E CONFRATERNIZAÇÃO.**

Socializar: fazer uma roda de conversa, falando os pontos positivos e negativos do curso, onde pode ser melhorado, como pode ser aproveitado para seu crescimento e se você indicaria para outras pessoas, etc. / Avaliação por escrito.

## **AGRADECIMENTOS**

Em nome do Elo Social, agradecemos-lhes pelo empenho e dedicação com que atuaram na construção deste material, contribuindo significativamente para o crescimento pessoal e profissional de cada cidadão que fizer uso dele para fazer deste país, um país melhor.

Cordial Abraço a todos!

**Adriane Giovannoni Souza**  
**Coordenadora departamento didático**

## ANEXOS

### **DINÂMICA 01: Apresentação Pessoal**

Objetivo: Possibilitar conhecer os colegas

Procedimento: Ficar em pé e apresentar-se aos colegas da classe, falando “seu nome”, “sua idade”, “onde mora” e “porque veio ao curso”.

### **DINÂMICA 02: Personagem importante!**

Material: uma caixa pequena (de sapato), um espelho dentro da caixa.

Objetivo: autoavaliação.

Procedimentos:

Explicar a dinâmica antes, dizendo que dentro daquela caixa tem:

- A imagem de uma pessoa ilustre, alguém importante;
- Uma pessoa capaz de mudar sua vida;
- Ela pode influenciar você para que possa alcançar tudo o que você veio buscar neste curso;
- Ela pode ajudar você a ser melhor, mais feliz, mais dedicado, estudioso e a conquistar suas metas.

Escolher na classe, 3 ou 4 alunos para olhar um de cada vez na caixa e não falar nada, voltar e sentar.

Depois um de cada vez, vai dizer o porquê aquela pessoa é muito importante na vida dela e como pode ajudá-lo a conquistar seus objetivos.

Depois, enquanto a aula segue, a caixa pode ir de carteira em carteira.

### **DINÂMICA 03: Corpo e mente.**

Objetivo: aprender a coordenar “a mente” e “o corpo”, pensamento cognitivo.

Procedimentos:

Formar duplas, um em frente ao outro.

Agente social mostra como fazer, pedindo para que um aluno participe do exemplo junto com ele.

Só a dupla interage: Você diz “um” e outro diz “dois” e você diz “três”, o outro diz “um”, você “dois”, ele diz “três”, e assim segue você dois falando mais ou menos

umas 3 vezes a série;

Todos devem participar da dinâmica;

Agora diga “um e bate palma”, “dois”, “três” (façam todos);

Mais uma vez: “um bate palma”, “dois e dá um pulinho”, “três”;

Para finalizar: “um bate palma”, “dois e dá um pulinho”, “três e dá uma rodadinha”

É bem divertido observar a falta de coordenação de alguns, mas todos riem muito.

Para a atividade a seguir, deve-se imprimir as rodas para que os alunos preencham de acordo com as notas dadas por eles mesmos.

Após todos preencherem, você deve perguntar: Sua roda, roda?

Ou seja, a roda do aluno ficou redonda, ou cheia de pontas a ponto de não conseguir rodar?

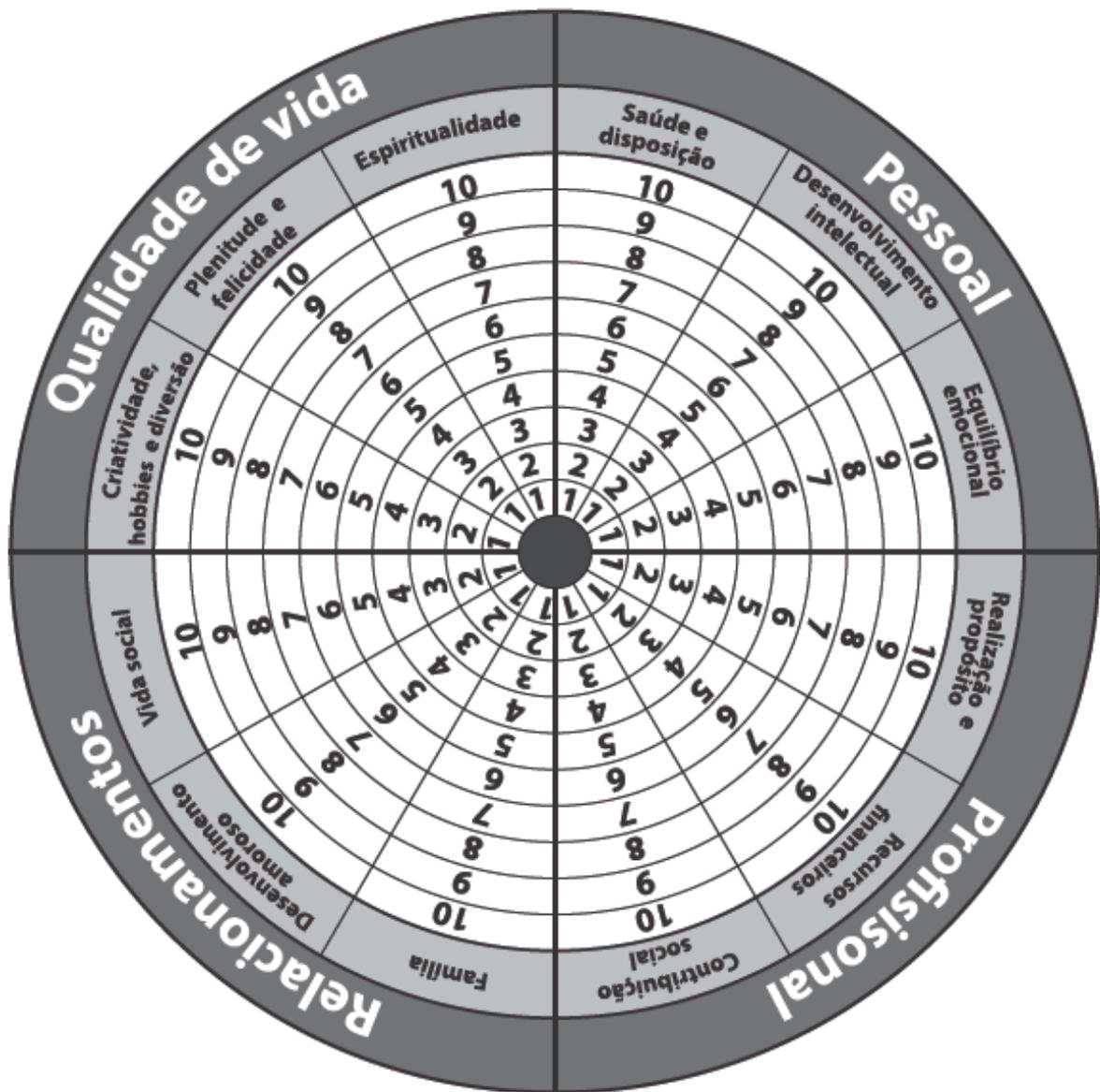
Se não rodar, significa que precisa fazer ajustes na vida!

Agente social: escolha de acordo com as menores notas, 3 competências para traçar estratégias de melhorias.

### **ATIVIDADE EXTRA EM ANEXO**

Utilizando as perguntas abaixo, preencha com uma pontuação as notas que você atribui ao seu estilo. De 0 a 10. O objetivo desta atividade é encontrar um equilíbrio na roda, que deve ficar meio redonda para poder rodar, então os pontos muito abaixo do 10 devem ser trabalhados pela pessoa. O agente social deve encontrar os pontos que cada aluno deve melhorar e incentivá-los a realizar as mudanças necessárias para um melhor equilíbrio pessoal, profissional e social.

Figura 11 – O que é a Roda da Vida Coaching?



Fonte: JRMCOACHING.

Sistema de Autoavaliação baseado no Life-Coaching

### 1. SAÚDE E DISPOSIÇÃO.

**NOTA:**

1 – Qual o seu estado ATUAL?

--

2 – Qual o seu estado DESEJADO (sua meta?)

--

3 – O que você “renunciaria” para atingir esse objetivo?

--

4 – O que você “ganha” atingindo esse objetivo?

--

5 – Vale a pena atingir esse objetivo?			
Sim:		Não:	
6 – Como você pode conquistar esse objetivo (quais as ações)?			
7 – O que (ou quem) pode impedi-lo?			
8 – O que (ou quem) pode ajudá-lo?			
9 – Data de início		10 – Data de conclusão	
10 – Quais serão as evidências que mostram que foi atingido o objetivo desejado?			

Perguntas para auxiliar no preenchimento da saúde física e disposição:

1. Como anda sua alimentação?
2. Está com peso desejável?
3. Faz exercícios físicos?
4. Tem consciência do que come?
5. Bebe água em abundância?
6. Vai ao médico se necessário?
7. Está sempre animado?

## 2. DESENVOLVIMENTO INTELECTUAL

### NOTA:

1 – Qual o seu estado ATUAL?	
2 – Qual o seu estado DESEJADO (sua META?)	
3 – O que você “renunciaria” para atingir esse objetivo?	
4 – O que você “ganha” atingindo esse objetivo?	
5 – Vale a pena atingir esse objetivo?	
Sim:	Não:
6 – Como você pode conquistar esse objetivo (quais as ações)?	

7 – O que (ou quem) pode impedi-lo?			
8 – O que (ou quem) pode ajudá-lo?			
9 – Data de início		10 – Data de conclusão	
10 – Quais serão as evidências que mostram que foi atingido o objetivo desejado?			

Perguntas para auxiliar no preenchimento do Desenvolvimento Intelectual:

1. Até qual série você estudou?
2. Você considera necessário estudar mais?
3. Tem o desejo de estudar?
4. Sabe como e onde encontrar oportunidades de se aprimorar nos estudos?
5. Gosta de ler e escrever?
6. Faria sacrifício para fazer um curso?
7. É curioso para novos aprendizados?
8. Procura se aprimorar no que sabe?

### 3. EQUILÍBRIO EMOCIONAL.

#### NOTA:

1 – Qual o seu estado ATUAL?	
2 – Qual o seu estado DESEJADO (sua META?)	
3 – O que você “renunciaria” para atingir esse objetivo?	
4 – O que você “ganha” atingindo esse objetivo?	
5 – Vale a pena atingir esse objetivo?	
Sim:	Não:
6 – Como você pode conquistar esse objetivo (quais as ações)?	
7 – O que (ou quem) pode impedi-lo?	

8 – O que (ou quem) pode ajudá-lo?			
9 – Data de início		10 – Data de conclusão	
10 – Quais serão as evidências que mostram que foi atingido o objetivo desejado?			

Perguntas para auxiliar no preenchimento do Equilíbrio Emocional:

1. Consegue identificar e dar nomes aos sentimentos?
2. Como anda sua paciência?
3. Está bem com seus colegas de trabalho?
4. Busca ser resiliente?
5. Tem o desejo de ser uma pessoa melhor?
6. Toma atitudes precipitadas ou pensa antes de agir?
7. Todos gostam de estar ao seu lado?
8. Acredita que a vida é uma dádiva divina e vive com alegria?

#### 4. REALIZAÇÃO E PROPÓSITOS

**NOTA:**

1 – Qual o seu estado ATUAL?			
2 – Qual o seu estado DESEJADO (sua META?)			
3 – O que você “renunciaria” para atingir esse objetivo?			
4 – O que você “ganha” atingindo esse objetivo?			
5 – Vale a pena atingir esse objetivo?			
Sim:		Não:	
6 – Como você pode conquistar esse objetivo (quais as ações)?			
7 – O que (ou quem) pode impedi-lo?			
8 – O que (ou quem) pode ajudá-lo?			
9 – Data de início		10 – Data de conclusão	
10 – Quais serão as evidências que mostram que foi atingido o objetivo			

desejado?
-----------

Perguntas para auxiliar no preenchimento da Realização e Propósitos:

1. Tem conseguido alcançar seus objetivos, sonhos ou projetos?
2. O que você poderia fazer hoje para se preparar melhor?
3. Acredita ser importante traçar uma meta para daqui a uma semana?
4. Já traçou uma ideia do que você pretende daqui a um ano?
5. O quanto você entendeu que é necessário estudar e se qualificar?

## 5. RECURSOS FINANCEIROS

### NOTA:

1 – Qual o seu estado ATUAL?			
2 – Qual o seu estado DESEJADO (sua META?)			
3 – O que você “perde” atingindo esse objetivo?			
4 – O que você “ganha” atingindo esse objetivo?			
5 – Vale a pena atingir esse objetivo?			
Sim:		Não:	
6 – Como você pode conquistar esse objetivo (quais as ações)?			
7 – O que (ou quem) pode impedi-lo?			
8 – O que (ou quem) pode ajudá-lo?			
9 – Data de início		10 – Data de conclusão	
10 – Quais serão as evidências que você atingiu o seu estado desejado?			

Perguntas para auxiliar no preenchimento dos Recursos Financeiros:

1. Consigo viver com menos do que ganho?
2. Está satisfeito com o seu salário atual?

3. Gostaria de melhorar?
4. Quanto de sacrifício você faria para ter um salário melhor?
5. Pode começar a qualificar-se?
6. Vive em um lugar confortável?
7. Consegue dar o básico para a sua família?

## 6. CONTRIBUIÇÃO SOCIAL

### NOTA:

1 – Qual o seu estado ATUAL?			
2 – Qual o seu estado DESEJADO (sua META?)			
3 – O que você “perde” atingindo esse objetivo?			
4 – O que você “ganha” atingindo esse objetivo?			
5 – Vale a pena atingir esse objetivo?			
Sim:		Não:	
6 – Como você pode conquistar esse objetivo (quais as ações)?			
7 – O que (ou quem) pode impedi-lo?			
8 – O que (ou quem) pode ajudá-lo?			
9 – Data de início		10 – Data de conclusão	
10 – Quais serão as evidências que você atingiu o seu estado desejado?			

Perguntas para auxiliar no preenchimento da Contribuição Social:

1. Ajudo alguma instituição de caridade?
2. Penso e analiso os candidatos antes de votar?
3. Procuro ser honesto e ensinar esse princípio aos que me rodeiam?
4. Trato meu semelhante com bondade e respeito?
5. Evito as práticas de bullying, racismo e outras atitudes ofensivas?
6. Tenho a prática de dizer “muito obrigado”, “com licença”, “por favor”?

## 7. FAMILIAR

### NOTA:

1 – Qual o seu estado ATUAL?	
2 – Qual o seu estado DESEJADO (sua META?)	
3 – O que você “perde” atingindo esse objetivo?	
4 – O que você “ganha” atingindo esse objetivo?	
5 – Vale a pena atingir esse objetivo?	
Sim:	Não:
6 – Como você pode conquistar esse objetivo (quais as ações)?	
7 – O que (ou quem) pode impedi-lo?	
8 – O que (ou quem) pode ajudá-lo?	
9 – Data de início	10 – Data de conclusão
10 – Quais serão as evidências que você atingiu o seu estado desejado?	

Perguntas para auxiliar no preenchimento da Saúde Familiar:

1. É animado no ambiente familiar, como é fora?
2. Comemora datas importantes com familiares?
3. Dá afeto e atenção a todos?
4. Na família sou admirado por minhas qualidades?
5. Minha família se sente satisfeita com as horas que dou para eles?
6. Cultivo o diálogo transparente com meus parentes?
7. Gosto e admiro passear com minha família?

# Direção nacional dos cursos vivenciais



Jomateleno dos Santos Teixeira  
Idealizador e Diretor Presidente da CESB



Zenita Aparecida Gracietti  
Diretora Nacional do Elo Social



Adriane Giovannoni Souza  
Coordenadora Nacional - Vivenciais

## Diretor do eixo VOCAÇÕES E APTIDÕES



Neidson Santos Bastos.  
Bacharel em Sistemas de Informações.  
Empresário na área da Educação.  
Trabalhou no RH da Secretaria de Educação de Balneário Camboriú.  
Pós Graduado em Gestão Pública e Business Intelligence.

## Profissionais que colaboraram com o desenvolvimento do presente material didático

### Elaboração



Silvana C. de Campos  
Pedagogia e História

### Elaboração



Wilmar Pires C. Feijó  
Engenharia da  
Computação

### Correção Ortográfica



Eliane Percegoni  
Assistente Social

### Correção Ortográfica



Irene Kozera  
Assistente Social

## REFERÊNCIAS

AMAZONIA TEOSOFICA. **Autoimagem e autoconhecimento**. Disponível em: <<https://amazoniateosofica.com.br/index.php/2018/03/28/autoimagem-e-autoconhecimento>>. Acessado em: mar.2019.

AMAXIPERFORMANCE. **Resolver conflito no trabalho**. Disponível em: <<https://www.amaxiperformance.com.br/wp-content/uploads/2017/07/resolver-conflito-trabalho-630x315.jpg>>. Acessado em: mar. 2019.

BLOG. CONVENIA. **Flexibilidade no trabalho**. Disponível em: <<https://blog.convenia.com.br/flexibilidade-trabalho>>. Acessado em: mar./2019.

CADERNODOENEM. Disponível em: <<http://cadernodoenem.com.br/page/41>>. Acessado em: mar.2019.

CADERNODOENEM. **Personagens que ajudam na escolha da profissão**. Disponível em: <<http://cadernodoenem.com.br/fique-ligado/13-06-2015/personagens-que-ajudam-na-escolha-da-profissao.html>>. Acessado em: mar.2019.

CDN. PENSADOR. **Albert Einstein, loucura é querer resultados diferentes**. Disponível em: <[https://cdn.pensador.com/img/frase/al/be/albert\\_einstein\\_loucura\\_e\\_querer\\_resulta\\_dos\\_diferentes\\_Irnez99.jpg](https://cdn.pensador.com/img/frase/al/be/albert_einstein_loucura_e_querer_resulta_dos_diferentes_Irnez99.jpg)>. Acessado em: março de 2019.

DIFERENÇA. **Habilidade e competência**. Disponível em: <<https://www.diferenca.com/habilidade-e-competencia/>>. Acessado em: mar. 2019.

ECONOMIA. UOL. **Profissões e cargos em alta no próximo ano**. Disponível em: <<https://economia.uol.com.br/empregos-e-carreiras/noticias/redacao/2018/10/18/profissoes-cargos-em-alta-proximo-ano-pesquisa-guia-salarial.htm?cmpid=copiaecola>>. Acessado em: mar.2019.

EDUCAÇÃO. SP. **Conheça as diferenças entre Ceeja, Enceja e Eja**. Disponível em: <<http://www.educacao.sp.gov.br/noticias/conheca-as-diferencas-entre-ceeja-enceja-eja/>>. Acessado em: mar.2019.

JRMCOACHING. **O que é a ferramenta coaching Roda da Vida**. Disponível em: <<https://www.jrmcoaching.com.br/blog/o-que-e-a-ferramenta-de-coaching-roda-da-vida/>>. Acessado em: mar. 2019.

MEDIA. AGORAMT. **Vocação e profissão**. Disponível em: <<http://media.agoramt.com.br/2016/01/emprego-300x171.jpg>>. Acessado em: mar. 2019.

OBJETUS. **Mercado do trabalho**. Disponível em: <http://www.objetus.com.br/mercadotrabalho.html>>. Acessado em: mar.2019.

PT. DREAMSTIME. **Gato com sombra do leão**. Disponível em: <https://pt.dreamstime.com/imagem-de-stock-gato-com-sombra-do-le%C3%A3o-image36567021>>. Acessado em: mar. 2019.

QUECONCEITO. **Aptidão**. Disponível em: <https://queconceito.com.br/aptidao>>. Acessado em:mar.2019.

SBCOACHING. **Atinja objetivos e competências comportamentais**. Disponível em: <https://www.sbcoaching.com.br/blog/atinja-objetivos/competencias-comportamentais/>. Acessado em: mar.2019.

SBIE. **Autoconhecimento**. Disponível em: <http://www.sbie.com.br/wp-content/uploads/2018/07/autoconhecimento-02.png>>. Acessado em: mar. 2019.

SERRÃO, Margarida; BALEEIRO, Clarice Maria. **Aprendendo a Ser e a Conviver**. Editora FTD S/A, São Paulo -1999.

SIGNIFICADOS. **Empatia**. Disponível em: <https://www.significados.com.br/empatia/>>.Acessado em: mar. 2019.

SIGNIFICADOS. **Vocação profissional**. Disponível em: <https://www.significados.com.br/vocacao-profissional/>>. Acessado em: mar. 2019.

SIGNIFICADOS. **Cognição**. Disponível em: <https://www.significados.com.br/cognicao/>>. Acessado em: mar. 2019.

ST. DEPOSITPHOTOS. **Stock photo little sketchy at destination**. Disponível em: [https://st.depositphotos.com/1206128/4695/i/950/depositphotos\\_46953201-stock-photo-little-sketchy-man-at-destination.jpg](https://st.depositphotos.com/1206128/4695/i/950/depositphotos_46953201-stock-photo-little-sketchy-man-at-destination.jpg)>. Acessado em: mar. 2019.

VESTIBULAR. BRASILESCOLA. **Orientação vocacional**. Disponível em: <https://vestibular.brasilescola.uol.com.br/orientacao-vocacional/>>. Acessado em mar.2019.

VIVERDEBLOG. **Persuasão**. Disponível em: <https://viverdeblog.com/o-que-e-persuasao/>>. Acessado em: mar. 2019.



# Sistema Iner de Resíduos Sólidos Projeto "Lixo Zero, Social 10"

[www.grupoiner.com.br](http://www.grupoiner.com.br)

**Espaço  
destinado  
ao patrocínio**



**CESB – Confederação do Elo Social Brasil**  
Diretoria Nacional de Implantação de Projetos  
R. Cecília Bonilha, 145 – SP – Capital – CEP 02919-000  
CNPJ 08.573.345/0001-46 – 11 3991-9919

