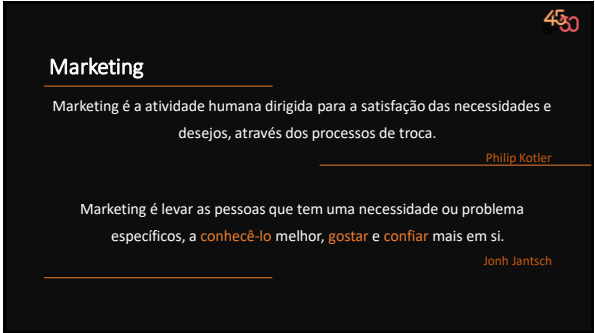




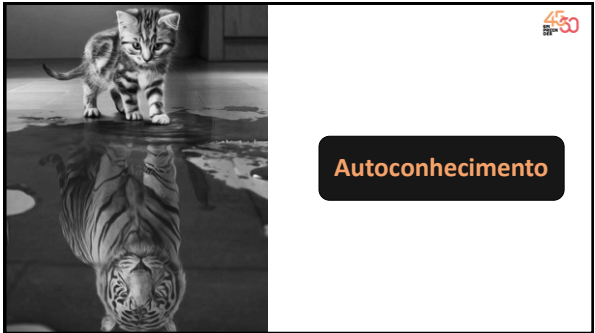
1



2



3





4

### Objetivos

Definir um bom objetivo  
Definir um objetivo **SMART**

- S** Específico
- M** Mensurável
- A** Alcançável
- R** Relevante
- T** Tempo





5

### Objetivos

Começar com o fim em mente significa começar com um entendimento claro do nosso destino. Saber para onde vamos, de forma a termos um melhor entendimento sobre onde estamos hoje e que passos temos de dar para nos mantermos sempre na direção certa.

Steven R. Covey





6

### Análise SWOT

Concentre-se nos pontos fortes, reconheça as fraquezas, agarre as oportunidades e proteja-se contra as ameaças.


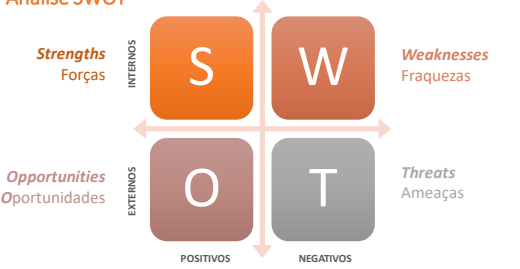
SUN TZU, 500 A.C



7


### Análise SWOT

<b>Strengths</b> Forças	<b>S</b>	<b>W</b>	<b>Weaknesses</b> Fraquezas
<b>Opportunities</b> Oportunidades	<b>O</b>	<b>T</b>	<b>Threats</b> Ameaças
INTERIORS	POSITIVOS	NEGATIVOS	
EXTERIORS			




8

Análise SWOT




**Strengths**  
Forças

- ✓ Formação / Conhecimentos
- ✓ Experiência
- ✓ Méritos
- ✓ Pontos interessantes da personalidade
- ✓ Capacidade de relacionamento, de integração...
- ✓ História de vida (positiva, construtiva)
- ✓ Paixões, brilho
- ✓ Fatores distintivos
- ✓ Imagem/apresentação




9

Análise SWOT




**Weaknesses**  
Fraquezas

- ✓ Formação insuficiente
- ✓ Conhecimentos insuficientes
- ✓ Experiência insuficiente
- ✓ Pontos da personalidade
- ✓ Capacidades pouco exploradas
- ✓ História de vida (negativa)
- ✓ Idade
- ✓ O que não gostamos de fazer
- ✓ Imagem/Apresentação




10

Análise SWOT



**Opportunities**  
Oportunidades

- ✓ Sector em que trabalha
- ✓ Ambiente
- ✓ Concorrência
- ✓ Tecnologia
- ✓ Ecologia
- ✓ Economia
- ✓ Financeira
- ✓ Legal



11

Análise SWOT



**Threats**  
Ameaças

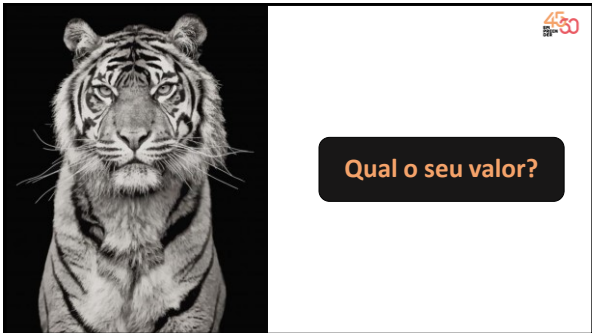
- ✓ Sector em que trabalha
- ✓ Ambiente
- ✓ Concorrência
- ✓ Tecnologia
- ✓ Ecologia
- ✓ Economia
- ✓ Financeira
- ✓ Legal



12



13



14

### Qual o seu valor?

Quanto vale uma hora do seu trabalho?

<https://brighterfuture.joseneves.org/explorar/profissoes>

RESULTADOS (em €)	
COM SALÁRIO MÉDIO MAIS ELEVADO	
ATLETAS E DESPORTISTAS DE COMPETIÇÃO	107074*
TÉCNICO DE OPERAÇÕES DE VOZ	82704*
INSPECTOR DE AVIAÇÃO CIVIL	82704*
CONTROLADOR DE TRÁFEGO AÉREO	82704*
PILOTOS DE AERONAVES	79568*
CONTROLADORES DE TRÁFEGO AÉREO E DE SEGURANÇA DE SISTEMAS ELETROELÉTRICOS AERONÁUTICOS	63804*
ENGENHEIRO DE MANUTENÇÃO DE AERONAVES	63804*

15



16

### Comunicação

- Porquê?
  - Está alinhado com os objetivos?
- A quem?
  - Quem é o alvo da minha comunicação? Parceiros, investidores, empregadores, clientes...
- O Quê?
  - O que eu digo?
  - No meu discurso?
  - Na carta de apresentação?
  - No meu CV?
  - Que imagem?
- Como?
  - Como vou comunicar?
  - Que formato escolho?
- Onde?
  - Pessoalmente
  - Networking
- Quando?
  - Para si e para o alvo?
  - Qual o momento oportuno?
- Eventos profissionais
  - Redes sociais

17

### Apresentação em 60 segundos

**A**tenção  
**I**nteresse  
**D**esejo  
**A**ção

Sou a Joana, designer na Design<sup>3</sup>, que fundei em 2022. Na Design<sup>3</sup> crio designs originais e irreverentes para qualquer suporte de comunicação. Durante o mestrado em Design Gráfico aumentei as minhas competências nesta área. O meu desafio, neste momento, é expandir o meu negócio, para isso pretendo aprender a aumentar os meus clientes, a criar uma equipa e assumir um papel de liderança. Procuro um mentor para me apoiar de forma a levar o meu negócio ao próximo nível.

18

### O poder da Imagem

O que diz a sua foto de perfil?

<https://pfpmaker.com/>

19

### O poder da Imagem

O que diz a sua foto perfil?

Score	Confidence	Credibility	Influential
10	0.8	0.8	0.8
46	0.9	0.9	0.9
36	0.8	0.8	0.8

<https://www.photofeeler.com/>

<https://www.mybestpic.com/>

20


**Curriculum Vitae**

O que diz o seu CV?  
 Como se destaca?  
 O que revela?


<https://europa.eu/europass/pt>

<https://canva.pt/>

<https://www.cvmaker.pt/>



21




**Planeamento**

22

**Planeamento**

TER = SER × FAZER



23

**45+30**  
EM PREENHENDA

**YOU WERE BORN TO WIN,  
 BUT TO BE A WINNER YOU MUST PLAN TO WIN,  
 PREPARE TO WIN AND EXPECT TO WIN.**

ZIG ZIGLAR

AEP COMPETE 2020 2020



24