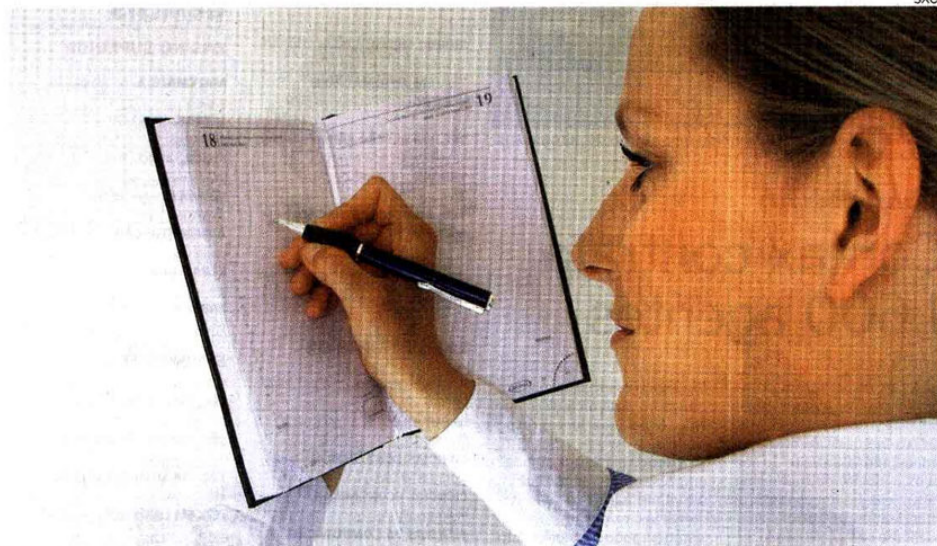


Planeje o seu sucesso

SXC



PLANEJAMENTO. Especialistas dizem que os profissionais devem colocar as metas para a carreira em uma agenda

Agenda. Pensar a carreira é fundamental para ser bem sucedido em 2010. Hora de fazer isso é agora

CRISTIANO STEFENONI
stefenoni@reddegazeta.com.br

■ Não há nada que esteja tão bom que não possa ser melhorado. Para tornar sua carreira mais forte em 2010 é importante que o planejamento profissional comece ainda este ano. E o primeiro passo é fazer um balanço pessoal.

"Aproveite os últimos dias desse ano e trace os caminhos que irão fazer a sua carreira decolar durante os próximos 12 meses. Levante os pontos

que lhe agradam e os que lhe desmotivam. Desse modo, a tarefa de traçar os objetivos a serem alcançados será mais fácil", orienta o especialista em carreiras e mercado de trabalho, Renato Grinberg.

Outra dica do consultor é tentar se colocar no lugar de um chefe, de alguém que irá contratar um funcionário, por exemplo.

"Precisamos assumir a postura de gestores quando pensamos em nossas carreiras.

Imagine-se na posição de um verdadeiro headhunter e veja o que deve ser acrescentado ao currículo para que possa ocupar a vaga dos seus sonhos", sugere.

Além disso, Grinberg enfatiza que toda meta precisa ser algo dentro da realidade. "Para obter resultados expressivos, trabalhe na elaboração de metas tangíveis e as escreva como forma de concretizar suas idéias. Alguns estudos comprovam que esse ato aumenta nossas chances de realização", afirma.

DEFINA PRIORIDADES

Para o especialista em administração de tempo e produtividade, Christian Barbosa, é importante que o profissional defina prioridades para o próximo ano.

"Que atividades eu devo focar em 2010 e quais devo descartar? Faça uma lista de 'foco' e outra de 'stops', depois de con-

cluída faça uma lista de prioridades por ordem de importância. Olhe para os cinco primeiros itens da lista e detalhe um plano de ação na sua agenda para cada um deles", orienta.

De acordo com Barbosa, o ideal é não estipular muitas metas. "Não adianta fazer muitos planos, o melhor é focar em poucos objetivos ao longo do ano, mas que sejam relevantes e viáveis. Como roteiro, pense exatamente no que você quer e defina, pense em indicadores (quanto precisará investir) e em uma lista de ações práticas, de curta duração", justifica.

O consultor sugere que a pessoa compartilhe seus objetivos com alguém de confiança e peça a opinião sobre seus planos. No roteiro de 2010 também não pode faltar tempo para saúde. "Inclua atividades de lazer, esporte, ócio ou o que fizer você recarregar as baterias", finaliza.

Aumente suas chances de sucesso em 2010

■ **Revise o que é importante para você.** Ano que vem você precisará de mais foco para não perder tempo à toa. Se questione e tenha clareza em suas respostas. Que atividades eu devo focar em 2010 e quais devo descartar? Faça uma lista de "FOCO" e outra de "STOPS", depois de concluída faça uma lista de prioridades por ordem de importância. Olhe para os 5 primeiros itens da lista e detalhe um plano de ação na sua agenda para cada um deles.

■ **Use uma agenda.** Aproveite o começo do ano para escolher uma ferramenta única, centralizada e prática, em que você possa centralizar todos os seus planos. Tenha uma agenda.

■ **Tenha poucas metas.** Não adianta fazer muitos planos, o melhor é focar em poucos objetivos ao longo do ano, mas que sejam relevantes e viáveis. Como roteiro, pense exatamente no que você quer e defina, pense em indicadores (quanto precisará investir) e em uma lista de ações práticas, de curta duração.

■ **Crie pontos de controle.** A cada bimestre, agende uma reunião de 1 hora com você mesmo para revisar seus planos, suas metas, seus "FOCOS" e "STOPS". Isso diminui o risco de que a promessa caia em desuso ao longo da execução.

■ **Compartilhe seus objetivos com alguém de confiança.** Escolha uma pessoa próxima, que ajude você a manter o nível de confiança, motivação e o questione sobre os planos.

Pode ser um coaching profissional ou aquele amigo que faz você pensar na vida.

■ **Coloque você no seu ano.** Quanto mais tempo para você, mais energia para executar seus planos em 2010. Inclua atividades de lazer, esporte, ócio ou o que fizer você "recarregar as baterias" com uma periodicidade quinzenal.

■ **Analise a situação.** Analise como anda o seu mercado, os seus clientes e os seus concorrentes. Qual a tendência para o novo ano? Trace as estratégias para o novo tempo que há de vir de acordo com a sua realidade.

■ **Reveja os hábitos.** Tudo se transforma o tempo todo. É assim com a sua vida, é assim com a sua empresa e clientes. Cabe a você descobrir o quê exatamente.

■ **Fique de olho nas oportunidades.** Fique atento as novas empresas, produtos ou serviços que são diferentes do seu, mas que têm o mesmo propósito em atender uma necessidade do seu cliente. Quais são as ameaças ou oportunidades?

■ **Faça um 2010 real, sem se preocupar com boatos.** A indústria do boato gera perdas milionárias, tempo e energia das pessoas. A maior lição de 2009 é não dar muitos ouvidos a boatos e a avalanche de notícias que invadem nossas casas e empresas. Preste atenção aos fatos e dados. Acreditar na sua intuição é uma coisa, praticar o achismo é outra.

Fontes: Consultores de carreira Christian Barbosa e Paulo Araújo