

CARREIRA

DESCOMPLICADA

João Gonçalves

CARREIRA

Com hacks para
uma Carreira
de Sucesso

DESCOMPLICADA

A Tríade do Profissional de Sucesso



ALTA BOOKS
GRUPO EDITORIAL

Rio de Janeiro, 2024



SUMÁRIO



Dedicatória	IX
Agradecimentos	XI
Prefácio	XIII
Apresentação	XVII
Introdução	XXI
AS REGRAS DO JOGO	1
1.1 As 3 Dimensões na Carreira	2
DIMENSÃO 1 – AUTOGESTÃO	7
2.1. Ownership – sentimento de dono	7
2.2 Os primeiros 90 dias	13
2.3 Produtividade	19
2.3.1. Gerenciando seu tempo	23
2.3.2. Gerenciando sua energia	24
2.3.3. Gerenciando sua atenção	29
2.3.4. Priorizar não é reordenar tarefas	33
2.3.5. Gerenciando seu calendário	38
2.4 Trabalho fora do horário	43
2.5. Dizer NÃO com Sabedoria	47
2.6. Calendário previsível	54

CARREIRA DESCOMPLICADA

2.7. Reuniões – a arte de conduzi-las	57
2.8. O Dilema – Qualidade vs. Quantidade	60
2.9. A Vantagem de Compreender os Ciclos	65
2.10. Plano de Carreira	70
2.10.1. Origem e destino	70
2.10.2. Protagonismo	73
2.10.3. O plano de carreira aos olhos dos profissionais e da empresa	76
2.10.4. Tipos convencionais de carreira	78
2.10.5. Plano de carreira — o que se pode considerar movimentação real	79
2.10.6. Como criar o seu plano de carreira	82
2.11. Lifelong Learning e o Mundo Corporativo	86
2.12. Aprendizagem Autodirigida	89
2.13. O Modelo 70:20:10	93
2.14. Coaching e Mentoring	95
2.15. Prepare-se para ser testado	99
DIMENSÃO 2 – GESTÃO ESTRATÉGICA DE RELACIONAMENTOS	103
3.1 Network – Relacionamentos Profissionais Estratégicos	105
3.2. Gerenciamento de <i>stakeholders</i> e expectativas	109
3.3. Networking x Alianças Duradouras	116
3.4. Feedbacks – aprenda com as formigas	119
3.4.1. Pedindo feedbacks	121
3.4.2. Recebendo feedbacks	123
3.4.3. Dando feedbacks	125
3.5. Relações Difíceis	127

3.6. Eu faço e alguém leva a fama – como enfrentar?	127
3.7. Micro vs. MacroGerenciamento	133
3.8. Medo de chefe – “Speak-Up”	137
3.9. Alguém me intimida – O que fazer?	142
3.10. Seja seletivo na escolha das referências	144
3.11. O poder de conversas 1-a-1	147
3.12. Revelação de um Projeto bem-sucedido	151
3.13. Compartilhe responsabilidades	154
3.14. Liderança Indireta	158
3.15. Small Talks	161
DIMENSÃO 3 – PROFISSIONAL E A EMPRESA	169
4.1. Mudanças – Adapte-se e Sobreviva	171
4.2. Gerenciando sua Saúde Mental	180
4.3. Seja um Talento	186
4.4. Foque nos Seus pontos Fortes	191
4.5. Os Segredos da Promoção	194
4.5.1. Saiba quanto você custa	197
4.5.2. Gere valor	200
4.5.3. Apure resultados	204
4.5.4. Mostre seu valor	206
4.5.5. Agindo para obter uma promoção	211
4.6. Armadilhas – Cuidado!	215
4.6.1. Fui promovido. Pronto?	215
4.6.2. Isso é “dinheiro de água”?	217
4.7. Realização Profissional	222

Referências Bibliográficas	225
Sobre o Autor	227
Índice	229

AMOSTRA



DEDICATÓRIA



Aquele amor que preenche. Aquele café sempre fresco. Aquela sabedoria que conforta. A tudo que me ensinaram, doaram e dedicaram. À minha amada mãe, ao meu amado pai, agora sou eu que, com muito carinho, dedico a vocês este livro.

Às minhas queridas irmãs, a todo tempo presentes com otimismo e incentivo, confiantes de que logo adiante um grande trabalho nasceria.

A você que amo, que me completa, companheira de vida, estrada, enfrentamentos e vitórias. Sem hesitar, mergulhou comigo no sonho de escrever. Nem de longe eu chegaria ao fim sem o seu apoio, minha amada esposa Maria Fernanda!

Aos dois carinhos que tanto me ensinam e inspiram. Por vocês, transpiro e respiro. Meus meninos, João Pedro e João Bento, dedico também a vocês e espero que, com isso, sempre se lembrem: a educação é o caminho. Não o melhor, nem o pior, mas o único!



AGRADECIMENTOS



Caminhada boa é aquela que se tem companhia, pois somente juntos construímos grandes feitos.

Enquanto procurei edificar a carreira, muitos caminhos se cruzaram, experiências se somaram, conhecimento foi compartilhado e, penso, é assim que todos crescem, se desenvolvem e evoluem.

Uma carreira nada mais é do que a possibilidade de se desenvolver continuamente e como fruto disso, você sente que está preparado para enfrentar desafios cada vez maiores.

Sou um desses felizardos, por ter encontrado excelentes pessoas e grandes profissionais. Em quase duas décadas de vivência profissional, com centenas de interações nos quatro cantos do mundo e nas mais diversas culturas, muitos ficaram especialmente marcados em minha memória por suas valiosas contribuições. Tenha sido pela colaboração em equipe, pela forma única de gerir, pelas palavras valiosas de mentor ou pelos exemplos que, por si só, iluminaram o caminho. Tenha sido por um feedback, uma validação ou reprovação, uma palavra de apoio em meio a uma difícil decisão.

Trago comigo muito carinho por todas essas pessoas, e mais do que isso, deixo expresso o meu mais sincero e enorme agradeci-

CARREIRA DESCOMPLICADA

mento. Sem dúvida, gostaria de nomear cada um de vocês, mas precisaria de um livro somente para fazê-lo. Então, sei que você vai entender e ter a certeza de que seu nome está aqui, implícito e admirado!



AMOSTRA



PREFÁCIO



Sempre que sou convidada por empresas, vejo e ouço queixas básicas que se repetem, seja qual for o segmento ou o porte. Os gestores e seus representantes alegam que os times precisam ser mais comprometidos, compostos por gente que tenha sentimento de dono e assim por diante.

A produtividade, assunto que há anos venho pesquisando no Brasil, em Harvard e em outras instituições mundo afora, quase sempre é outro tema que deixa os empresários preocupados, queixando-se da ausência ou da baixa produtividade de seu pessoal dos setores comercial, administrativo e, às vezes, até mesmo de toda a organização, como se a baixa produtividade estivesse enraizada, formando uma cultura de comportamento difícil de transformar.

Num contexto assim, lutando por um país de pessoas e empresas mais produtivas, não estou sozinha. Eu visto a bandeira da produtividade e cada formador de opinião vai usando as armas que possui para contribuir com a difícil vida empresarial que todo gestor encara assim que se vê frente a frente com a direção de uma empresa ou um negócio.

Dentre esses profissionais dedicados a gerar um país formado de empresas melhores e mais competitivas, há um grupo que tam-

bém se dedica a inspirar profissionais mais capacitados, gestores da própria carreira, dotados de todos os elementos que o novo mercado disruptivo exige para a formação de uma carreira bem-sucedida. Precisamente nesse ponto, entra João Henrique e sua obra.

Os leitores podem esperar um conteúdo muito abrangente e inspirador, apresentado com organização e método, como se o autor oferecesse várias caixinhas e dissesse: “essa primeira você usa quando desejar uma promoção, essa segunda ao sentir que a empresa deixou de contar contigo, a terceira quando sentir que vem perdendo produtividade”.

A recomendação que faço é no sentido de que leia atentamente cada trecho, sem pular para o tema que nesse momento talvez pareça ser mais importante à sua carreira. Digo isso porque o índice foi tão bem organizado que pode ser tentador pensar “ah, mas esse assunto eu já domino”, saltando para o próximo. Se você fizer isso, pode acreditar que vai perder algo porque os assuntos estão interconectados e o autor fez com que cada tema e cada “dimensão” da obra preencha algum possível *gap*.

Outro ponto que vale deixar claro é a sua área de interesse na carreira e na empresa, que eu poderia dividir como prefaciadora em três visões.

Visão 1 — Se você é gestor, sugiro que leia com um olhar empático, pensando em seu time e nas demandas gerais versus a sua entrega. No fim, com certeza saberá onde, como e quanto deve melhorar para se transformar no gestor que a empresa e o time merecem. Hoje, tenho a felicidade de liderar um pequeno exército formado por dezenas de pessoas que têm o mesmo propósito, ver o nosso instituto fazendo aquilo que nasceu para fazer, que é liberar o potencial das pessoas para maximizar sua performance e contribuir para um mundo melhor. Temos conseguido resultados memoráveis porque da liderança à ponta de execução, perseguimos o mesmo objetivo, acreditamos e concordamos com os

valores da empresa. Assim, gestor(a), minha dica é que aprenda com a obra do João as tantas lições de evolução, mas lembre-se da empatia que citei.

Visão 2 — Se você é um(a) leitor(a) que está buscando ferramentas e recursos para alcançar um alto posto de comando na empresa, minha dica é: aproveite o conteúdo não apenas uma vez. Para a realidade que você vive hoje, algumas sacadas do autor talvez sejam o bastante para alavancar sua carreira. Porém, ao reler a obra dentro de seis meses ou um ano, por exemplo, você provavelmente vai perceber que algumas orientações ignoradas na leitura anterior agora se tornaram a sua prioridade. Ou seja, empresas e pessoas são dinâmicas, então revise o conteúdo para conferir se tem mesmo colocado em prática aquilo que você já sabe em teoria, pois as oportunidades são assim mesmo, parecem óbvias quando estão no radar, e ficam cada vez mais difíceis assim que paramos de olhar para elas.

Visão 3 — Se você está vivendo uma fase de transição, o livro há de ajudar bastante sob vários aspectos, principalmente no que diz respeito às conexões que deve fazer para a nova posição desejada. Em nosso instituto, formamos muitos profissionais memoráveis que fizeram a transição de áreas diversas. Alguns planejaram cada passo, cada etapa, tal qual este livro ensina. Outros assumiram um risco maior e decidiram mudar de vida sem planejamentos detalhados. Dentre ambos, obviamente, quem se planejou, se informou e viveu cada fase da transição tem maiores chances de ser, como costumamos denominar no Instituto Deândhela, “um divisor de águas por onde passa”. Ao seu alcance, estão as soluções para uma transição saudável, então mãos à obra, ou melhor, olhos à obra!

Repare que é uma leitura indispensável por diversas razões, uma oportunidade para entender como construir uma forte rede de conexões e fortalecer *gaps* voltados à produtividade, comuni-

cação, plano de carreira, *network*, liderança, talentos, resultados e tantos outros temas que merecem sua atenção e seu empenho para colocar em prática o que aprendeu ou reciclou.

Sou autora de três best-sellers sobre gestão de tempo, produtividade e comunicação, portanto, sei reconhecer a qualidade que uma obra possui logo nos primeiros capítulos, como foi o caso desta. A você, desejo uma boa leitura e, ao autor, expresso minha gratidão pelo robusto conteúdo que agrega positivismo e excelência aos dois elos mais importantes do mercado: o leitor e sua carreira, a empresa e sua longevidade.

Tathiane Deândhela é escritora, empresária, fundadora e CEO do Instituto que expressa o seu sobrenome. Seus vídeos foram vistos nas mídias por milhões de usuários. Acumula quase vinte anos de palestras e treinamentos ministrados para empresas, além de ter sido convidada a palestrar numa conferência em Harvard e em turnês pelo norte da América e pelo Reino Unido.



APRESENTAÇÃO



Você pode ter enfrentado dificuldades durante a infância e adolescência, há de ter investido anos em estudos (pelo menos uma década e meia) considerando ensino médio, fundamental, técnico e/ou graduação. Quem sabe tenha usado um dinheiro que quase não tinha para pagar a faculdade, ou até tomado algum empréstimo para cursar a graduação.

Seus pais ou responsáveis fizeram de tudo para você estudar, evoluir e ser alguém. Você pode ter lutado por anos sem dormir ou comer direito para cursar uma faculdade e estagiar. Talvez tenha passado noites sem dormir fazendo trabalhos, estudando para provas ou preparando teses.

Ou será que você quis estudar um, dois ou três idiomas, com planos para um intercâmbio e uma experiência internacional? E se vivenciou algo assim, será que rolou uns perrengues lá fora?

Terá investido tempo, energia e dedicação, fazendo renúncias ao longo dos anos para viver o melhor estágio possível e preparar-se para conquistar uma vaga em uma boa empresa? E será que essas renúncias envolveram a ausência da família ou dos amigos,

os esportes e hobbies deixados de lado, os cuidados com a saúde procrastinados e assim por diante?

Muitos que se tornam profissionais do mundo corporativo se inspiram no pai ou na mãe, nos irmãos, amigos, empresários e executivos. Foi o seu caso?

Você idealizou acessar o portal e entrou no mundo corporativo? Se o fez, então descobriu que é um lugar onde pode tirar seu sustento dignamente, conhecer e ajudar pessoas, evoluir, desenvolver-se e ver a carreira ascender. Quem passa por essas etapas decerto luta, e luta muito para conseguir uma oportunidade.

Digamos que certa parte ou até mesmo tudo o que exemplifiquei tenha acontecido contigo em alguma medida. Se foi assim, ambos sabemos que muita gente deve ter depositado até este momento muitas (ou todas) as expectativas possíveis em você, em sua formação e evolução. Por isso, o mais natural seria você sentir que não pode falhar, frustrar ou decepcionar essa pessoa, seria supor que precisa chegar “lá” e fazer tudo valer a pena. Porém agora se abre outro mundo desconhecido, quase uma espécie de multiverso, um mundo inteiro de dificuldades, um tempestuoso oceano de possibilidades e dúvidas, o tal mundo corporativo.

Não raro, a mente se torna refém de perguntas que podem se acumular por dias, meses e anos.

Como me posicionar? Como lidar com os outros profissionais? Como planejar a carreira? Como dar o meu melhor e trabalhar para ser promovido? Como cumprir metas tão difíceis? Como aceitar um líder tão diferente de mim? Como? Como? Como?

O único herói capaz de resgatar a mente cheia de dúvidas do cativo é um carinha chamado autoconhecimento e que por sua vez é algo que já está em você, é o seu *feeling* que precisa ser despertado, conquistado ou resgatado e espero que a obra diante de seus olhos ajude nessa missão.