



PROJETO DE EXTENSÃO

2021

UNifeob

| ESCOLA DE NEGÓCIOS

UNIFEOB

Centro Universitário da Fundação de Ensino Octávio Bastos

ESCOLA DE NEGÓCIOS

ADMINISTRAÇÃO

PROJETO DE EXTENSÃO

UNIFEOB

SÃO JOÃO DA BOA VISTA, SP

NOVEMBRO, 2021

UNIFEOB

Centro Universitário da Fundação de Ensino Octávio Bastos

ESCOLA DE NEGÓCIOS

ADMINISTRAÇÃO

PROJETO DE EXTENSÃO

MÓDULO DE GESTÃO DE PESSOAS

Avaliação de Desempenho - Prof. José Marcio Carioca

Seleção e Retenção de Talentos - Prof. Marcelo Alexandre Correia da Silva

Liderança e Coaching - Prof. Almir Abreu

Departamento Pessoal - Prof. Danilo Morais Doval

Projeto de Gestão de Pessoas - Prof. Ana Carolina Maldonado Matos

Alunos:

Andressa Melo - 19001527

Camila Bezerra e Silva - 19001179

Fernanda Cristina Nogueira Scremin Dias - 19001359

Ingryd Victoria Ferreira - 19001090

Mariana Gonçalves Ambrogi - 19000187

Gabriel Carvalho Quesada, RA 19000499

SÃO JOÃO DA BOA VISTA, SP

NOVEMBRO, 2021

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	5
2 DESCRIÇÃO DA EMPRESA	7
3 METODOLOGIA	8
4 RESULTADOS	21
5 CONCLUSÃO	23
6 REFERÊNCIA	24

1 INTRODUÇÃO

O presente trabalho apresenta um projeto de capacitação desenvolvido para os estagiários da UNIFEQB, visando um maior desenvolvimento e qualificação dos estudantes para o mercado de trabalho.

O comportamento pessoal nas empresas interfere no desenvolvimento da equipe e no ambiente organizacional. Quando se pensa no comportamento pessoal, além da formação é necessário que o indivíduo esteja preparado para se inserir no mercado de trabalho, não basta somente estar formado e sim saber trabalhar em equipe, ter proatividade, organização, boa comunicação, empatia e relacionamento interpessoal. Nosso trabalho tem como objetivo o treinamento e capacitação desses estagiários para que estejam aptos para enfrentar novos desafios e estejam preparados para o mercado de trabalho, independentemente de qual será a sua área de atuação. Serão disponibilizados cursos online, na qual ao terminar cada etapa o estagiário receberá uma certificação e também uma vez na semana realizará além do curso, dinâmicas de grupo e palestras como forma de interação com a equipe.

A escolha dos temas partiu em grande parte dos assuntos abordados em sala de aula. Na matéria Seleção e Retenção de talentos discutimos com o professor Marcelo a importância de termos um currículo bem estruturado, claro, objetivo e que seja compatível com a vaga. Também vimos a importância de se preparar para a entrevista, estar vestido adequadamente, ser pontual, saber se colocar, entre outros. Por isso serão trabalhados temas como organização, oratória, postura.

Já com o professor Almir na matéria Liderança e Coaching vimos a importância de se trabalhar os mesmos temas citados acima além de habilidades como empatia, proatividade, trabalho em equipe, pois aqui o aluno poderá expandir seus conhecimentos e suas habilidades. No estágio o aluno já poderá começar aplicar os conhecimentos adquiridos assim como observar seus pares. Para assim, quando for trabalhar em outras empresas já tenha uma ideia de como é.

A matéria Avaliação de Desempenho ministrada pelo professor Carioca pode ser utilizada como forma de mostrar ao estagiário que tudo o que ele faz no seu local de

trabalho é observado. Pois a avaliação de desempenho pode mostrar em que o aluno precisa melhorar, em quais habilidades evolui. Ajuda a traçar um plano de execução de trabalho. Essa avaliação poderá ser feita junto ao gestor e/ou responsável pelo estágio. Dessa maneira ajuda o estagiário a enxergar sua performance e o que é esperado dele.

2 DESCRIÇÃO DA EMPRESA

Em 1965 um grupo de pessoas incluindo o Srº Octávio da Silva Bastos cria em São João da Boa Vista, estado de São Paulo a Fundação de Ensino Octávio Bastos (FEOB) mantenedora do Centro Universitário da Fundação de Ensino Octávio Bastos (UNIFEOB). A primeira faculdade sem fins lucrativos da cidade.

Já no ano de 1966 é inaugurado o primeiro curso de Direito. Em 1971 o curso de Filosofia, Ciências e Letras. O ano de 1973 teve a abertura dos cursos de Administração e Ciências Contábeis e ao longo dos anos seguiram-se muitos outros cursos além da implantação de cursos de pós-graduação e projetos sociais. No ano de 2014 é lançado a UNIFEOB online que conta com polos de atendimento nas cidades de Araras e Mogi-Guaçu no estado de São Paulo e Poços de Caldas em Minas Gerais.

A instituição tem como missão “transformar pessoas para serem empreendedoras e protagonistas. Sua visão é: “ser referência em educação e serviços, com resultados financeiros. E seus valores são: “sustentabilidade, transparência nas relações, ter uma rede colaborativa e comprometimento.”

Com o crescimento da instituição de ensino e o aumento do número de estudantes assim como dos cursos, foi necessário fazer a implantação de programas para estágio, já que há cursos com obrigatoriedade de cumprimento de carga horária de estágio para sua conclusão.

Hoje a UNIFEOB conta com 50 estagiários aproximadamente em diversas áreas de atuação como: saúde, jurídico, negócios, engenharia e arquitetura entre outros.

3 METODOLOGIA

O estagiário quando bem instruído dentro de uma organização pode colaborar muito com o crescimento da mesma, já que geralmente são pessoas jovens e que têm vivências diferentes aos gestores e podem compartilhar muitas ideias novas, em contrapartida a instituição possibilita o desenvolvimento da prática através do estágio.

Para auxiliar essa troca de conhecimento, será desenvolvida uma plataforma para facilitar a aprendizagem e a interação do estagiário, proporcionando um treinamento com o intuito de prepará-lo para o mercado de trabalho tornando-o um profissional competente para fazer a diferença.

Essa troca acontecerá através de cursos de capacitação online, contendo a parte teórica e também vídeos, podcasts e palestras. Contará com um mentor que ficará responsável por auxiliá-lo durante o treinamento para melhor interação com o curso.

De acordo com o site Escola de Mentores uma boa maneira do jovem adquirir experiência é colocá-lo ao lado de profissionais experientes. Líderes experientes são importantes modelos para estes jovens, pois já passaram por situações parecidas, puderam aprender com suas falhas e podem orientá-los para melhor desenvolvimento e aproveitamento.

Ao final de cada curso será gerado um certificado que valerá como horas complementares, o estagiário receberá um material com base em tudo que é necessário para se trabalhar em equipe, inteligência emocional, Excel, como conversar em reuniões corporativas, orientações de comportamento e escuta assertiva, oratória, boas práticas de como se comportar em uma entrevista de emprego, montagem de currículo, proatividade e relacionamento interpessoal.

Os estagiários terão um tempo específico durante o estágio para que possam participar dos cursos, além também de terem um prazo para a entrega dos certificados. Em relação a plataforma, cada estagiário terá um acesso ao ser contratado para acessá-la.

Cada curso terá duração de até uma hora por aula, com vídeos interativos, fazendo com que o estagiário possa responder perguntas durante a aula para fixar o

aprendizado. Na plataforma será dividido a seção de cursos, palestras e mentoria, biblioteca e avaliação de desempenho.

A biblioteca virtual terá livros relacionados aos temas que ficarão disponíveis para os estagiários, além disso também terão mentores especializados na área em que estiverem estagiando, com o intuito de instruir e orientar esse aluno para que se sinta mais seguro em relação a suas escolhas.

Ao iniciar o estágio, será feito um contrato de desempenho que ficará disponível na plataforma, e o estagiário poderá fazer a sua autoavaliação no início e também no término dos cursos, e o gestor direto também fará a avaliação desse estagiário.

O estagiário poderá ver o seu progresso através de gráficos e quais certificados já possui. E também o administrador da plataforma terá acesso a quantidade de acessos, quem acessou, quais cursos foram concluídos, quantos certificados foram emitidos.

Quanto às dinâmicas, para aplicação da parte prática, os estagiários serão reunidos pessoalmente, em um determinado horário, para se conhecerem e terem uma interação e poder aplicar os conhecimentos adquiridos.

Abaixo serão apresentados os cursos propostos:

Oratória

A oratória é uma metodologia utilizada para desenvolver a arte de falar em público, de maneira clara e objetiva com o intuito de atrair a atenção da plateia. A oratória está associada a técnica para melhorar a qualidade da fala, da dicção e da postura corporal. Essa é uma habilidade que pode ser aprendida e treinada, tornando possível melhorar a habilidade de comunicação passando a falar bem em público.

Muitos profissionais possuem ótima capacidade para liderar e experiência, porém quando surge a necessidade de falar em público, esse profissional se depara com algumas dificuldades como o nervosismo, falta de desenvoltura, fala desordenada entre outros. Utilizando as técnicas de oratória essa pessoa conseguirá amenizar ou até mesmo eliminar esse nervosismo.

A oratória está relacionada ao poder de convencimento, competência necessária para quem trabalha nos mais diversos departamentos, deixando de ser somente restritos a professores, políticos, comunicadores e palestrantes.

7 estratégias de oratória:

1. Falar em público é um privilégio, é uma oportunidade de trazer mais visibilidade e mostrar para outras pessoas o profissional que você é.
2. Saiba qual é o público e lugar que irá se apresentar.
3. Pratique e se prepare antes.
4. Cuide da sua aparência, busque uma imagem condizente com você e com o local
5. Quando for se apresentar, chegue antes. Para evitar imprevistos, repasse todo o material que irá utilizar.
6. Dependendo do tempo de sua apresentação faça uma pausa, isso é importante para quem está ouvindo, pois pode ficar cansativo.
7. Se prepare, treine, controle suas emoções e entregue o melhor para o seu público, mas esteja aberto e preparado para o inesperado.

Outras técnicas para estimular e se destacar em uma conversação em grupo são exercícios de improvisação, debates, dramatização, vendas e argumentação sob pressão.

Trabalho em Equipe

Pode-se afirmar que o trabalho em equipe é uma forma organizada e coordenada de se trabalhar coletivamente, com a finalidade de alcançar um objetivo em comum gerando uma sinergia positiva entre os colaboradores, obtendo-se assim um maior rendimento e grande satisfação pessoal e profissional.

Quando a equipe trabalha de forma coesa, cooperada e organizada gera benefícios individuais como:

- Sentimento de pertencimento, eles se sentem parte de algo importante;
- Maior integração, desenvolvem relacionamento interpessoal gerando uma conexão entre os membros da equipe;
- Diminuição da tensão, se trabalha com menos tensão e estresse, diminuindo a frustração entre os participantes do trabalho;
- Maior aprendizagem e criatividade, pois quando há o compartilhamento de conhecimentos e informações, há uma maior interação entre as pessoas que fazem parte do time por obterem mais pontos de vista sobre o assunto.

Inteligência Emocional

Atualmente bastante utilizado, “inteligência emocional” foi aplicado pela primeira vez em documentos científicos no ano de 1966, em artigo do psicólogo americano Hanskare Leuner.

No entanto, sua concepção só foi aprofundada em 1989, primeiro pelo psiquiatra infantil Stanley Greenspan e, posteriormente, em 1990, pelos psicólogos Peter Salovey e John Mayer.

A inteligência emocional é a capacidade de administrar suas próprias emoções, usando-as a seu favor. Saber pensar, sentir e agir de forma inteligente e consciente, sem deixar que as emoções controlem sua vida. Assim ser capaz de construir relações saudáveis e fazer escolhas conscientes adquirindo uma melhor qualidade de vida.

Segundo Daniel Goleman, inteligência emocional é a “capacidade do indivíduo de identificar seus sentimentos e emoções com mais facilidade e saber escolher o melhor caminho”.

Goleman descreve a inteligência emocional como a capacidade de uma pessoa de gerenciar seus sentimentos, de modo que eles sejam expressos de maneira apropriada

e eficaz. Segundo o psicólogo, o controle das emoções é essencial para o desenvolvimento da inteligência de um indivíduo.

São cinco os principais pilares:

1. Autoconsciência que é a capacidade de reconhecer as próprias emoções;
2. Autorregulação que é a capacidade de lidar com as próprias emoções;
3. Automotivação a capacidade de motivar e se manter motivado;
4. Empatia a capacidade de enxergar as situações pela perspectiva do outro;
5. Habilidades Sociais que é o conjunto de habilidades envolvidas na interação social.

Para que os estagiários possam exercitar a parte prática será aplicada a dinâmica: dicionário de emoções. Dessa forma, os estagiários terão a oportunidade de absorver ainda mais os conhecimentos adquiridos no curso.

Como conversar em reuniões corporativas

Geralmente o estágio é o primeiro contato de uma pessoa com o mercado de trabalho, e a inexperiência pode acabar intimidando esse jovem profissional a interagir em reuniões de trabalho. A interação do estagiário em reuniões corporativas é importante para que o mesmo seja notado pelos seus colegas de trabalho e liderança. Isso demonstra o interesse e o desejo de participar com responsabilidade sobre o assunto em pauta.

Abaixo estão listadas algumas orientações de como se dar bem em reuniões de trabalho:

1. Ter uma boa oratória.
2. Conhecer a cultura da empresa.
3. Se preparar.
4. Fazer anotações.
5. Ser pontual.

Seguindo essas orientações o estagiário saberá se portar diante de uma reunião corporativa, além de utilizar este conhecimento em qualquer lugar que esteja.

Neste módulo da capacitação serão feitas simulações com os estagiários sobre formas de falar, se comportar, escutar e participar das reuniões na empresa. Também será importante que o estudante possa participar de reuniões do setor em que está alocado para que possa observar como os gestores e outros participantes da reunião se comportam. E assim fazer uma ponte entre o que foi visto, discutido e colocado na prática.

Orientações de comportamento

Ao começar o estágio é importante entender como se comportar no ambiente de trabalho. Algumas atitudes podem deixar o estagiário bem visto pela equipe e pela liderança, enquanto outras, podem deixar uma imagem negativa para o mesmo.

Abaixo estão listadas algumas orientações de como se comportar no ambiente de trabalho:

1. Tenha postura profissional.
2. Recicle seus conhecimentos.
3. Aprenda a ouvir.
4. Demonstre interesse pelas atividades.
5. Faça networking.

Com essas orientações o estagiário poderá se desenvolver ainda mais, além de ajudá-lo a conseguir oportunidades futuras dentro da empresa ou em outras organizações.

Neste módulo também será feito simulações de situações que possam acontecer na vida profissional do estagiário para que ele possa colocar em prática as estratégias estudadas, assim como, repensar atitudes, posturas entre outros.

Escuta ativa

Ter uma comunicação clara é muito importante no ambiente de trabalho, mas ter uma escuta ativa também. A escuta ativa é uma técnica muito usada e tem como objetivo centralizar a atenção em quem está falando e realmente compreender o que é dito, sem desviar a atenção para situações externas ou pensamentos próprios.

“A escuta ativa é uma das habilidades mais importantes da inteligência emocional e se conecta de forma direta com a empatia de poder olhar nos olhos do outro e não deixar que suas experiências e histórias de vida promovam julgamentos de seu interlocutor durante o discurso. Escutar de forma ativa, em síntese, significa atender com respeito à outra pessoa, escutando-a com todos os sentidos focados no discurso”. (Academia MOL - Mediação Online, 2018)

A utilização da escuta ativa e sua boa execução irão facilitar a comunicação do dia a dia, ajudando a resolver conflitos e esclarecer dúvidas, tanto no ambiente de trabalho, quanto na vida pessoal.

Os benefícios de se ter uma escuta ativa são muitos, dentre eles estão:

- Melhor relacionamento interpessoal;
- Maior confiança;
- Desenvolvimento da empatia;
- Diminuição dos conflitos organizacionais;
- Aumento do sentimento de segurança;
- Obtenção de informações relevantes.

Mas como aplicar a escuta ativa no dia a dia? Abaixo estão listadas algumas orientações de como utilizar essa técnica:

1. Evite distrações enquanto o interlocutor fala.
2. Mantenha o foco no que está sendo discutido.
3. Ouça o raciocínio até o final.
4. Não deixe as perspectivas e crenças pessoais interferirem na comunicação.
5. Mantenha a atenção tanto na fala quanto na linguagem corporal do interlocutor.
6. Demonstre interesse.
7. Faça perguntas sempre que necessário para garantir que a mensagem foi entendida, para provocar conversa e aprofundamento sobre o tema.
8. Quando for apresentar uma fala, preste atenção a linguagem corporal de quem escuta.
9. Seja empático.
10. Faça feedbacks no fim do diálogo.

A escuta ativa, deve ser utilizada no dia a dia, pois melhora as relações no ambiente de trabalho e também pode auxiliar nas relações pessoais. O importante é ser capaz de desenvolver interesse e realmente oferecer atenção a quem estiver falando, sem distrações e interrupções.

Para desenvolver a parte prática, será aplicada a dinâmica da escuta, que fará com que os estágios aprendam ainda mais com esse tema tão importante.

Relacionamento interpessoal

O relacionamento interpessoal é o meio de interação ou o vínculo entre duas ou mais pessoas, podendo ser no contexto familiar, profissional, social ou até mesmo pessoal, principalmente em um ambiente de trabalho, sendo o seu principal objetivo tornar a convivência mais agradável.

No mundo onde as pessoas agem como um só corpo ou pessoa, buscando os mesmos resultados o relacionamento interpessoal é de extrema importância para que o

profissional consiga lidar com pessoas de opiniões adversas, crises, superação de obstáculos e conflitos. Caso isso não ocorra, é grande a probabilidade de os profissionais perderem produtividade, além do foco. Portanto o relacionamento interpessoal é fundamental na produtividade do trabalho.

Um bom relacionamento entre família e amigos pode refletir no relacionamento profissional, vale ressaltar que precisamos estar bem primeiramente conosco, tudo que estamos sentindo pode refletir em tudo que fazamos, ou até mesmo pensamos ou falamos.

Confira abaixo algumas vantagens de ter uma boa relação interpessoal tanto para o profissional quanto para a empresa.

Para o profissional, uma boa relação interpessoal pode gerar chances no mercado de trabalho, reconhecimento por parte da empresa, motivação, melhor desenvolvimento e produtividade, pois a comunicação se torna mais fluida. Além também da boa convivência com os colegas de trabalho e aceitação de diferenças

Para a empresa, as vantagens são profissionais capacitados, motivados, mais produtivos. Além de um ambiente com harmonia e agradável e clientes mais satisfeitos.

Proatividade

A proatividade é uma competência que impulsiona uma busca de maneira espontânea. É a capacidade de antecipar situações, isto é, geralmente pessoas que são proativas tem uma ótima visão de futuro. Isso acontece porque conseguem antecipar problemas e identificar necessidades, proporcionando vantagens para a empresa e equipe. Por isso o comportamento proativo é cada vez mais valorizado pelas organizações.

Um profissional proativo é aquele que não espera a ordem chegar para se movimentar e resolver o problema, é aquele empregado que até mesmo cria projetos com inovações por iniciativa própria e através deste consegue trazer resultados para a organização.

Vale ressaltar que apesar de ser uma qualidade, um profissional proativo tem seus limites, é de extrema importância tomar cuidado para que algumas iniciativas no ambiente de trabalho não se tornem atitude de inconveniência e acabe prejudicando seu desenvolvimento profissional.

Montagem de Currículo

Se um profissional não consegue apresentar corretamente o seu currículo dificilmente ele atrai o interesse de uma empresa. Todo currículo precisa de uma série de informações, sobre escolaridade, experiência profissional, cursos, dados pessoais, formas de contatos com a empresa.

Nos dados pessoais o essencial é nome, data de nascimento, e-mail, redes sociais, endereço, cidade e estado e celular.

Seja objetivo ao organizar as informações, facilite o trabalho de interpretação e leitura do avaliador, insira apenas experiências profissionais, cursos e informações que são importantes e que seja um diferencial para a empresa pelo qual está fazendo o processo seletivo, coloque suas formações mais recentes como graduação, pós-graduação. Liste todas as qualificações importantes para a vaga que você está se candidatando. Veja o exemplo: se você está se candidatando para um estágio em Administração, um curso de veterinário não irá ajudá-lo a conquistar a vaga.

Resuma sua carreira de experiência profissional recente até a mais antiga, insira o nome da empresa, seguindo pelos anos de entrada e saída e os cargos nela exercidos.

Não existe uma regra oficialmente que imponha um número correto de páginas, porém o ideal é que não ultrapasse de duas, objetividade em um currículo acaba refletindo no seu tamanho. Em relação a formato, sempre utilize fontes que irá facilitar a leitura do recrutador como por exemplo a Arial, New Roman, se impresso o ideal é a utilização da folha branca de papel A4, o tamanho 16 ou 14 para subtítulos e títulos e o tamanho 12 para o texto. Muitas profissões como o Design, sempre priorizam

candidatos que demonstram uma capacidade mais criativa, caso não esteja se candidatando a vagas como essa opte por uma escolha mais clássica.

Evite colocar sua pretensão salarial, pois uma exigência de um alto salário pode fazer com que a empresa lhe descarte antes mesmo da próxima fase, o ideal é ter uma conversa pessoal com o recrutador no momento da entrevista.

Insira uma foto com uma boa resolução, em um fundo branco por exemplo, mantenha uma boa expressão e uma aparência mais formal, descarte o uso de fotos descontraídas ou selfies. Dê preferência às fotos 3x4 para que não ocupe muito espaço em seu currículo.

Preste atenção nos erros de ortografia, procure conhecer sobre a empresa pela qual concorre a vaga, esteja preparado para a entrevista, use linguagem adequada e mantenha uma boa postura. Mantenha o otimismo foque nos resultados demonstre aos recrutadores o quanto você se aproxima do perfil pelo qual está sendo selecionado e o primordial seja honesto nas respostas.

Boas práticas de como se comportar em uma entrevista de emprego

Enviar um currículo e ser chamado para participar de um processo seletivo é um momento importante na vida de qualquer pessoa e principalmente daquelas que estão começando sua vida profissional, como é o caso dos estagiários. Esse momento mistura sentimentos de alegria com medo, afinal de contas há muito em jogo. É importante prestar atenção em vários aspectos que serão levados em conta pelo recrutador como: a maneira como você se comporta, se veste, como fala entre outros.

O primeiro passo é chegar no horário da entrevista, seja pontual. Mostre que está comprometido e tem interesse pela oportunidade oferecida (blog Faculdade Pitágoras)

De acordo com o blog da Faculdade Anhanguera é importante o candidato saber se vestir para uma entrevista de emprego. Por exemplo, se for uma empresa

multinacional e uma empresa mais tradicional o ideal que se vista de maneira mais formal, social. Agora se ficar identificado que a empresa já possui uma cultura organizacional ou postura mais descolada talvez a vestimenta mais formal possa ser deixada de lado. Uma dica de ouro é sempre evitar extravagâncias.

Ainda segundo o site da Universidade é importante pesquisar e conhecer a empresa e/ os produtos ou serviços que a mesma oferece. Mostrar conhecimento sobre a empresa e seu negócio passa confiança e interesse e mostra ao recrutador que você sabe para quem vai trabalhar caso seja aprovado.

A comunicação é fator primordial em um processo seletivo, saber falar e se colocar faz toda a diferença. É importante falar de maneira clara e objetiva, sem rodeios respondendo às perguntas do recrutador. Não fale correndo como se estivesse com pressa para terminar, mas também não fale devagar a ponto de passar a ideia de que não sabe o que falar. As perguntas servem para o recrutador identificar se seu perfil tem a ver com a vaga a ser preenchida. Ele deve perguntar sobre suas experiências, formação, projetos, qualidades e pontos de melhoria. Esteja preparado para responder sobre todos os temas. Se for o primeiro emprego como pode acontecer com os estagiários e não há experiências profissionais anteriores valorize sua formação e os conhecimentos adquiridos.

Quando perguntado sobre qualidades e pontos de melhoria, não tenha medo de falar sobre habilidades ou conhecimentos que não domina. O recrutador percebe quando o candidato está evitando responder a uma pergunta de forma direta. Ao falar sobre os pontos de aperfeiçoamento não diga que é perfeccionista demais. Olhe para suas habilidades e faça uma autorreflexão, veja em qual ou quais delas você pode melhorar, ou mesmo aquela que você não possui quase nenhum conhecimento. (blog Faculdade Anhanguera).

Para finalizar, tente se manter calmo durante o processo. Não é tarefa fácil. Caso precise treinar a entrevista em casa, fala sobre suas qualidades, pontos de melhoria, formação como se estivesse na frente do recrutador respondendo às perguntas. Uma postura agitada e às vezes insegura, pode passar a imagem de falta de preparo. (blog Faculdade Anhanguera).

Então para estar mais preparado para enfrentar uma entrevista de emprego é importante estar atento aos diferentes aspectos envolvidos.

Neste tópico durante o processo de capacitação poderão ser desenvolvidas simulações de processos seletivos com entrevistas.

Excel

O Excel é um aplicativo digital para computador, editor e criador de planilhas, um dos mais usados na atualidade dentro das empresas. É possível criar planilhas simples, complexas e até mesmo gráficos. A ferramenta está sendo usada em quase 100% das empresas ao redor do mundo. Ela permite organizar e analisar em bem menos tempo.

Ter conhecimento em Excel básico ou avançado é essencial para quem deseja se destacar no mercado de trabalho ou até mesmo para uso pessoal, podendo ser usado em várias áreas profissionais.

O Excel é uma ponte importante para se ter sucesso na carreira. Por isso, é de suma importância obter para acrescentar no currículo.

Pretendemos disponibilizar o curso para que todos os estagiários saiam capacitados com essa ferramenta, pois vemos que isso é muito importante na carreira e carrega um peso grande se acrescentado no currículo.

4 RESULTADOS

Oferecer cursos e treinamentos para o estagiário faz com que ele se mantenha motivado. Também é essencial que o mesmo não se sinta “descartável”, mas que entenda a importância do papel que está desenvolvendo no momento e quais benefícios essa experiência irá proporcionar em sua carreira. E como estará melhor preparado para se inserir no mercado de trabalho. Esse estagiário certamente sairá à frente quando for distribuir seu currículo e participar de entrevistas de emprego devido ao treinamento adquirido durante seu período de estágio. Estando preparado para exercer sua profissão de formação, para relacionar-se no ambiente de trabalho e em sua vida pessoal.

Com isso espera-se que esse profissional além de saber exercer a sua profissão também possa se destacar no mercado de trabalho por seu trabalho em equipe de forma organizada e coordenada para alcançar objetivos em comum. Ser capaz de desenvolver um bom relacionamento interpessoal, se colocar no lugar do outro, demonstrar empatia, ter inteligência emocional para administrar suas próprias emoções e habilidade ao se comunicar.

De acordo com uma pesquisa realizada pela The School of Life em parceria com a Robert Half em 2021 intitulada Inteligência Emocional e Saúde Mental no Ambiente de Trabalho onde foram entrevistados 296 líderes de organizações, 55,75% deles disseram valorizar habilidades de comportamento na hora da contratação. E 60,5% dos líderes entrevistados admitiram já terem demitido colaboradores por mau comportamento (MANTOVANI, 2021).

A pesquisa também entrevistou 195 liderados, deste total 52,31% afirmaram que já pediram demissão por mau relacionamento com o líder ou membro da equipe. Aqui a pesquisa aponta que mesmo que o colaborador fique por uma proposta salarial boa ele tende a se abrir novamente para o mercado em busca de novas oportunidades (MANTOVANI, 2021).

Segundo pesquisa feita pela Harvard Business School nos Estados Unidos em 2015, funcionários de alta performance mas com comportamentos considerados tóxicos, embora tragam bons resultados para a empresa, podem gerar perdas significativas para a organização. Esse funcionário tende a deixar o ambiente de trabalho desagradável, proporcionar aumento da rotatividade e de custos com treinamento. A pesquisa apontou que um funcionário tóxico pode gerar um gasto de até US \$12 mil diretamente sem contar gastos indiretos como possíveis processos jurídicos. Ressalta que um colaborador de alta performance e um comportamento consistente possa gerar uma economia de US \$5.000 para a organização (SANTOS, 2019).

Com base nos apontamentos feitos pelos estudos, a capacitação comportamental passou a ter importância financeira para as organizações, podendo ser uma vantagem competitiva importante, tanto na hora de ser contratado como para manter o emprego e até conseguir melhores oportunidades.

5 CONCLUSÃO

O projeto de capacitação desenvolvido para os estagiários da UNIFEOB teve como objetivo desenvolver habilidades e ajudar na preparação dos estudantes para o mercado de trabalho. O trabalho abordou temas hoje muito valorizados pelas empresas e que vão ajudar os estudantes durante sua caminhada profissional.

Conclui-se que o desenvolvimento deste projeto servirá para auxiliá-los não só no processo de estágio como durante sua vida profissional, pois proporciona o aprendizado constante e a possibilidade de aplicar o conhecimento adquirido no local de trabalho. Também favorece a troca de experiências entre estudantes, colegas de trabalho e gestores enriquecendo a formação.

6 REFERÊNCIA

AFINAL, o que é Inteligência Emocional?. SBIE, 14 de outubro de 2019. Disponível em: <[Afinal, o que é Inteligência Emocional? | Sociedade Brasileira de Inteligência Emocional \(sbie.com.br\)](https://sbie.com.br)> Acesso em: 12 de outubro de 2021.

A IMPORTÂNCIA da oratória no desenvolvimento de sua carreira.. Redação What's Rel?, 17 de junho de 2019. Disponível em: <<http://whatsrel.com.br/post/importancia-da-oratoria-no-desenvolvimento-da-sua-carreira/>>. Acesso em: 12 de outubro de 2021.

BARBOSA, Suria. Inteligência Emocional: entenda o que é, a importância e como desenvolver, 21 de setembro de 2021. Disponível em: <[Inteligência Emocional: o que é, como desenvolver + livros e palestras \(napratica.org.br\)](https://napratica.org.br)[Inteligência Emocional: o que é, como desenvolver + livros e palestras \(napratica.org.br\)](https://napratica.org.br)> Acesso em: 12 de outubro de 2021.

BLOG ANHANGUERA. Como se dar bem na entrevista de emprego? Dicas para ser aprovado. 27 de novembro 2019. Disponível em: <<https://blog.anhanguera.com/entrevista-de-emprego/>>. Acesso em 14 de outubro de 2021.

COMO FALAR em uma reunião de trabalho. Não deixe sua inexperiência intimidar você!. Siteware, 25 de janeiro de 2017. Disponível em: <<https://www.siteware.com.br/reunioes/como-falar-reuniao-trabalho/>> Acesso em: 12 de outubro de 2021.

COMPORTAMENTO NO ambiente de trabalho: O que fazer e o que não fazer?. UCEFF. Disponível em <<https://blog.uceff.edu.br/comportamento-no-ambiente-de-trabalho-o-que-fazer-o-que-nao-fazer/>>. Acesso em: 12 de outubro de 2021.

DINÂMICAS COMPORTAMENTAIS. Interação Social. Disponível em: <[Dinâmicas Comportamentais - Interação Social \(interacaosocial.com.br\)](http://interacaosocial.com.br)> Acesso em: 20 de outubro de 2021.

DINÂMICA DE ESCUTA. Atividart, 10 de maio de 2018. Disponível em: <[Dinâmica de Escuta – AtividART \(wordpress.com\)](http://wordpress.com)> Acesso em: 20 de outubro de 2021.

EUREKKA. Como desenvolver a inteligência emocional com práticas diárias. **Youtube**, 19 de fevereiro de 2020. Disponível em: <[304\) Como desenvolver a inteligência emocional com práticas diárias - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=304)>

GLOBAL EMPREGOS. Como se comportar na função de estagiário. 17 de fevereiro de 2020. Disponível em:

<<https://www.globalempregos.com.br/como-se-comportar-na-funcao-de-estagiario/>>

Acesso em: 12 de outubro de 2021.

GOMES, Gustavo. Dinâmica para inteligência emocional no trabalho: 4 opções para usar com os colaboradores da sua empresa. Disponível em: <[4 dicas de dinâmica para inteligência emocional no trabalho \(agendor.com.br\)](http://agendor.com.br)> Acesso em: 20 de outubro de 2021.

ISQUIERDO, Gislene. Dicas de Oratória para Falar em Público. **YouTube**, 26 de abril de 2017. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=WZDEXLkxw4>>

LIMA, Raphael. Dinâmicas de grupo: ferramenta indispensável para capacitação de equipes, 3 de março de 2020. Disponível em <[Dinâmica: ferramenta indispensável para capacitação de equipes \(realizartepalestras.com.br\)](http://realizartepalestras.com.br)> Acesso em: 20 de outubro de 2021.

MANTOVANI, Fernando. Comportamento: porque ele é tão importante para a carreira. Exame, 2021. Disponível em : <<https://exame.com/blog/sua-carreira-sua-gestao/comportamento-por-que-ele-e-tao-importante-para-a-carreira/>>. Acesso em 22 de outubro de 2021.

MARTINS, Camila. 8 dicas para se destacar no estágio, 27 de janeiro de 2018. Disponível em: <https://www.catho.com.br/carreira-sucesso/carreira/dicas-emprego/8-dicas-para-se-destacar-no-estagio/>> Acesso em: 12 de outubro de 2021.

ACADEMIA MOL. O que é escuta ativa? Entenda como funciona esta ferramenta muito utilizada na mediação- Mediação Online, 9 de julho de 2018. Disponível em: <https://www.mediacaonline.com/blog/o-que-e-escuta-ativa-entenda-como-funciona-esta-ferramenta-muito-utilizada-na-mediacao/>> Acesso em 20 de outubro de 2021.

CLUBE DA FALA. Qual é a importância da inteligência emocional? 02 de junho de 2021. Disponível em: [Inteligência emocional: entenda como desenvolvê-la! \(clubedafala.com.br\)](https://clubedafala.com.br/inteligencia-emocional-entenda-como-desenvolve-la/)> Acesso em: 20 de outubro de 2021.

ESCOLA DE MENTORES. Qual o papel da mentoria em programas de jovens talentos. Disponível em <https://www.escoladementores.com.br/single-post/a-mentoria-em-programas-de-jovens-talentos>>. Acesso em: 12 de outubro de 2021.

QUERO VIAJAR Top TV. A importância do trabalho em equipe. **Youtube**, 17 de março de 2014. Disponível em: [304\) A Importância do Trabalho em Equipe !!! - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=304AImportancia-do-Trabalho-em-Equipe-!!!)>

SAIBA O QUE É e como praticar a escuta ativa com essas 10 dicas. Redator Rock Content, 9 de março de 2018. Disponível em: <https://rockcontent.com/br/blog/escuta-ativa/>> Acesso em: 20 de outubro de 2021.

SANTO, Roberto. Quando o comportamento tóxico e a alta performance andam juntos. Cio From IDG. 19 de março de 2019. Disponível em:

<<https://cio.com.br/gestao/quando-o-comportamento-toxico-e-a-alta-performance-anda-m-juntos/>>. Acesso em 22 de outubro de 2021.

TORNOS, Clara. Trabalho em equipe: o que é, importância, características e vantagens, 16 de julho de 2021. Disponível em: <[TRABALHO EM EQUIPE - o que é, importância, características e vantagens \(psicologia-online.com\)](https://psicologia-online.com/pt-br/trabalho-em-equipe-o-que-e-importancia-caracteristicas-e-vantagens)> Acesso em: 12 de outubro de 2021.

CLUBE DA FALA. Você sabe como falar em reunião de trabalho? 23 de dezembro de 2020. Disponível em: <<https://www.clubedafala.com.br/blog/o-que-falar-em-uma-reuniao-de-trabalho/>> Acesso em: 12 de outubro de 2021.

11 DICAS SOBRE como ser uma bom estagiário. Educa mais Brasil, 13 de dezembro de 2018. Disponível em: <<https://www.educamaisbrasil.com.br/educacao/carreira/11-dicas-sobre-como-ser-um-bom-estagiario>> Acesso em 12 de outubro de 2021

12 EXERCÍCIOS PARA MELHORAR A ORATÓRIA E SE COMUNICAR MELHOR. Catraca Livre, 7 de maio de 2020. Disponível em: <[12 exercicios para melhorar a oratória e se comunicar melhor \(catracalivre.com.br\)](https://catracalivre.com.br/exercicios-para-melhorar-a-oratoria-e-se-comunicar-melhor)> Acesso em: 20 de outubro de 2021.

7 DICAS de como se comportar em uma entrevista de emprego. Blog Faculdade Pitágoras, 2021. Disponível em: <https://blog.pitagoras.com.br/como-se-comportar-em-uma-entrevista-de-emprego/?utm_source=google&utm_medium=cpc&utm_campaign=Pitagoras::L3::Display::Performance-Max&gclid=CjwKCAjw2bmLBhBREiwAZ6ugo1uPy342U6XvzE-jjoA-619ANhK9b6cM5jamux-ebDjagsRSeRP4xxoCt1gQAvD_BwE> Acesso em 14 de outubro 2021.