

Acelerador Career Redesign® - Edição 10

Processo destinado a acelerar uma mudança ou uma clarificação no rumo da carreira. Alavanca e potencia os factores críticos de sucesso na gestão de carreira, nomeadamente:

- Descobrir/ clarificar as direções alinhadas com o seu perfil
- Criar condições para a experimentação e validação dessas direções, com a devida gestão de risco
- Afinar cenários pré-existentes
- Estabelecer relações potenciadoras de progressos
- Ação

Próximo acelerador - Início previsto a 31 de Maio.

Requer qualificação prévia para determinar alinhamento de objectivos individuais com o processo e compatibilidade entre os participantes (máximo de 6 e mínimo de 3).

A quem se destina?

Aqueles que tendo presente o que não querem, se sentem 'algo' perdidos em relação ao futuro.

Sendo um processo em grupo, é crucial a compatibilidade de perfis dos participantes por forma a que todos retirem o máximo partido do investimento.

Número máximo de participantes: 6

Grupos pequenos permitem uma experiência profunda e sabemos que isso determina a qualidade do resultado.

Em que consiste?

- Experiência interactiva e de co-criação, totalmente online.
- 7 sessões síncronas em grupo, facilitadas por Lourdes Monteiro e/ou Paula Neves, com trabalhos intercalares.
- Objetivo: **Descobrir, mapear e testar** possibilidades individuais, que tragam realização profissional e sejam financeiramente viáveis, no contexto que estamos a viver.
- Suportado nas metodologias Business Model You® e Design Thinking.

Quais as etapas deste processo?

Qualificação prévia: Realizar sessão exploratória (1H) com Paula Neves ou Lourdes Monteiro.

Preparação individual: Realizar um conjunto de reflexões escritas e um *assessment*, os quais servirão de base à construção do seu perfil profissional.

Sessões síncronas:

Sessão 1: Gerir carreira a partir da minha própria história: o que identifico desde já?;

O conceito de *Career Sweet Spot* (Zona óptima da Carreira): Onde me encontro?;

Sessão 2: Construir a base da minha narrativa futura com base nas aprendizagens do passado;

Sessão 3: Identificar critérios de gestão de carreira alinhados com 'Quem sou';

Sessão 4: Conhecer as preferências do 'Eu' profissional;

Sessão 5: Gerar opções / hipóteses daquilo que pode fazer e criar condições para explorar o contexto;

Sessão 6: Planear testes/experiências para uma ou várias das hipóteses identificadas;

Sessão 7: Elencar as aprendizagens obtidas com o processo e construir plano de acção de curto, médio e longo prazo.

Duração de cada sessão: 3H00



Acompanhamento assíncrono:

Deste processo fazem parte os medos, as inseguranças, as conquistas e as celebrações. Por isso, entre sessões, o **grupo receberá regularmente, via Whatsapp**, várias recomendações, recursos e ferramentas para os ajudar a navegar pela experiência de forma segura e apoiada.

Os facilitadores darão feedback aos participantes do que deverão acautelar em cada fase para evoluírem da melhor forma possível.

O que pode esperar/ benefícios:

- Receber um relatório do seu perfil profissional, para potenciar o seu autoconhecimento.
- Extrair critérios de decisão que o vão ajudar a fazer escolhas de carreira alinhadas com o seu perfil.
- Descobrir, redesenhar e mapear possibilidades surpreendentes de carreira.
- Levar à prática as suas aprendizagens de forma apoiada e estruturada, com ferramentas testadas.
- Ter um plano.
- Networking com pessoas *like minded*.
- Apoio de facilitadores profissionais em todo o percurso.
- Acesso a curadoria de recursos de suporte a cada fase (Podcasts, Tedtalks, vídeos, artigos, projectos relevantes).
- Um exemplar do livro 'Quero, Posso e Mudo de Carreira'.

Calendário previsto:

- 31 de Maio, 2, 6, 9, 14, 17 e 23 de Junho e 7 de Julho - via plataforma Zoom.

Com quem:

Paula Neves

Licenciada em Economia, Pós-graduada em Gestão, Formadora e Coach certificada. Mais de 20 anos de experiência em facilitação, dos quais 14 como Consultora no desenvolvimento de competências comportamentais. Mudou de carreira 2 vezes e agora também apoia à mudança das carreiras de outros. Veja o seu perfil [aqui](#).

E

Lourdes Monteiro (se número de participantes for superior a 4)

Fundadora do Career Redesign em Portugal, autora do livro '[Quero, Posso e Mudo de Carreira](#)' e do [Podcast](#) 'Quero, Posso e Mudo de Carreira', Coach credenciada pela ICF. Mudou de carreira 3 vezes e deu apoio a centenas de pessoas na conquista do binómio realização/sustentabilidade. Leia a sua BIO completa [aqui](#) ou [aqui](#).

Investimento previsto:

- Se pagamento integral: 400€+IVA / Se pagamento em duas tranches de 50%: 450€+IVA
- Energia e espaço de agenda para dedicar ao tema.

Testemunhos de participantes:

"O Acelerador Career Redesign está a fazer-me olhar para dentro em busca de soluções, estar mais atento ao que me rodeia, e ao que daí pode advir! (...) Estou muito contente com o processo, pela inteligência colectiva que gerou e pela minha forma de ver o mundo que mudou! Sem dúvida recomendo a todos que procurem um novo sentido na vida!"

Tiago (Portugal)

"Desde que comecei já aprendi cinquenta coisas novas e ainda vamos a meio! (...) Conheço mais ferramentas, mais projectos, novas profissões, novas apps, novos *sites* que facilitam a adaptação a novos



tempos. (...) E, sobretudo, descobri algumas verdades sobre mim, como: quais as minhas forças e ter consciência do que mais gosto de fazer.

Muito provavelmente, sem este projecto, viveria estes dias com muito mais ansiedade e incerteza. Perder-me-ia no nevoeiro e esperaria que o mesmo passasse para cometer o erro do costume: reagir apenas em função do contexto e não do que quero ser."

Ana (Portugal)

"Participar no Acelerador Career Redesign é descobrir um caminho, passo-a-passo, um caminho que temos vontade de percorrer... Com o Acelerador, vislumbrei uma possibilidade de futuro, à minha medida, num tempo de grande incerteza. Alcancei uma esperança real e concreta – a possibilidade de construir algo meu, de encontrar um propósito e de fazer alguma diferença no mundo. Acredito que, relativamente a um processo de Career Redesign individual, a participação no Acelerador Career Redesign acrescenta algo de incomensurável: uma dimensão de força que reside na inteligência coletiva e no apoio mútuo.

No meu caso, posso dizer que tinha duas características críticas, que foram muito trabalhadas neste processo: por um lado, sabia o que não queria, sabia quais os erros que não queria voltar a cometer, mas não conseguia perceber o que queria para o meu futuro; por outro lado, sofria as minhas amarguras numa profunda solidão e tinha muita dificuldade em pedir ajuda, em expor as minhas fragilidades. Quem me conhece diria que sou uma pessoa confiante e bem-resolvida, e no entanto, nunca me senti tão perdida como estava antes de iniciar este Acelerador.

O Acelerador trouxe-me a alta velocidade para um estado de serenidade, paz interior e reconciliação comigo mesma. Foi uma experiência determinante para transformar o rumo que a minha vida estava prestes a tomar! Agora consigo olhar para o futuro e ver, com muita tranquilidade e clareza, quais podem ser os meus próximos passos. Vejo o caminho à minha frente!

Aconselho vivamente o Acelerador Career Redesign, sobretudo aos profissionais que se sentem bloqueados perante uma encruzilhada de mudança ou transição profissional."

Carolina (Portugal)

"Entrei neste processo completamente às escuras e inclusive um pouco reticente, pois sentia-me bloqueada. A vontade de mudar era imensa, aliás uma necessidade, contudo desconhecia totalmente qual a direcção e o caminho a fazer. As duas primeiras sessões foram um pouco estranhas mas a verdade é que a partir daí, começou a transformação e comecei a pouco e pouco a desbloquear e a conhecer-me melhor. O Acelerador Career Redesign, devolveu-me a minha confiança e atitude que estavam meio apagadas, devido à minha situação profissional actual. Hoje sei qual é o meu propósito, a minha essência e isso só posso agradecer de coração, à Lourdes e à Paula, pelo excelente trabalho que desenvolvem ao longo deste processo."

Joana (Portugal)

"O Acelerador possibilitou-me muito mais do que eu esperaria e de uma forma muito diferente daquela que eu imaginava. Através de uma auto-reflexão constante, consegui conhecer-me mais a mim própria, o que me levou a fazer escolhas mais alinhadas com aquilo que sou genuinamente."

Cruz (Portugal)

"O Acelerador Career Redesign combina um processo de trabalho individual com apoio de duas extraordinárias facilitadoras com a mais valia do contributo e partilha do grupo. E, com as ferramentas e direcionamento disponibilizados permite em modo "acelerado" um maior auto-conhecimento e aquisição de novas perspectivas e possibilidades na forma como gerimos a nossa carreira."

Pedro (Portugal)

"A gratificação profissional acontece quando alinhamos as nossas forças, valores e convicções às necessidades e problemas que precisam ser respondidos à nossa volta!"

Lourdes Monteiro

