

# As 10 dicas para turbinar a sua carreira profissional

De inteligência emocional a praticar esportes, de cursos de MAB a intercâmbio no exterior, veja como alavancar sua carreira

**05/10/2016 13:51:25**

Em tempos fáceis ou difíceis, investir na carreira sempre é uma boa ideia. Mas por onde começar? Com tantas opções oferecidas hoje em dia, no que vele ou não vale a pena investir?

Confira estas dicas de carreira que podem ajudar muito a escolher alguma atividade para começar. O ideal é se planejar e fazer tudo, aos poucos, é claro!

## 10 DICAS DE CARREIRA

### - Saúde em primeiro lugar

Parece bobagem, mais um conselho vazio e óbvio, mas gente doente não consegue trabalhar, nem tem ânimo para nada. Não se mate de trabalhar – ninguém merece – e trate de praticar algum esporte e se alimentar direito.

Aí, com forças suficientes, será possível pensar no resto da lista.

### - Inteligência Emocional

Aquele sujeito que se desespera e não consegue se controlar no trabalho nunca subirá na carreira. Além de problemas com processos de assédio moral, as empresas sabem que falta de inteligência emocional é sinal de insegurança e despreparo. Não tem como um profissional destes ser produtivo .

Se você é do tipo estourado, aprenda a se conhecer melhor, aos outros e prepare-se para ser um líder a que todos desejam pedir conselhos e estar próximos. Se as pessoas quiserem distância de você, sua carreira acabou!

### - MBA: um, pelo menos

Já foi o tempo em que fazer um bom MBA era uma dica de carreira profissional para se destacar. Hoje é obrigação. Quer ser diferente da massa de executivos? Faça dois. Pode ter um intervalo de 5 anos entre eles (no máximo) e nada de faculdades de segunda linha, ok? Pode ser MBA no exterior , também...

- Intercâmbio de inglês lá fora

Não tem maneira mais rápida e realmente certa de aprender inglês. Faça um curso de inglês intensivo nas férias , se não puder fazer uns 3 meses de intercâmbio , e volte com um inglês de dar inveja ao seu chefe!

- Networking nas redes sociais

Outra dica batida? Na verdade, não. Ou você acha que Abílio Diniz , Luiza Trajano e Nizan Guanaes iam se preocupar em manter um perfil atualizado no LinkedIn se isso não desse resultados?

- Ser gente boa

Hein? Explicamos: O sujeito sangue nos olhos atrai mais inimigos do que parceiros e colegas. Hoje o mundo é colaborativo . Mais do que a já citada inteligência emocional, ser lembrado como o cara “gente boa” significa ser admirado, não ser “o bonzinho”.

- Fuja do operacional

Seja bom no que você faz, mas mostre que tem potencial para ser líder . Se você não aprender a delegar, será sempre “o melhor engenheiro (vendedor, advogado, etc.) da empresa”, mas nunca o diretor de inovação (marketing ou jurídico).

- Pratique a liderança

Seja proativo, vá atrás de responsabilidades, lidere informalmente (sem ser o chato “carreirista”). A melhor maneira de fazer isso é trazendo novas ideias e pedir para liderar um projeto. Podem roubar sua ideia? Sim! Mas se você não fizer nada, também ficará para trás...

- Voluntariado

Além de fazer muito bem para sua alma e das pessoas que você ajuda, é uma excelente maneira de “sair da caixa”, enxergar o mundo com outros olhos e ter ideias inovadoras .

- Outro intercâmbio

Isso, de novo! Às vezes, o intercâmbio de um mês que você fez precisa de um reforço. Escolha outro país, o destino ideal para você, e passe férias enquanto aprende inglês. Já domina o inglês? Reforce o espanhol num intercâmbio na América Sul , ou a língua da matriz de sua empresa, francês, alemão, italiano...

São 10 dicas de carreira, escolha uma para começar e vá riscando até completar!