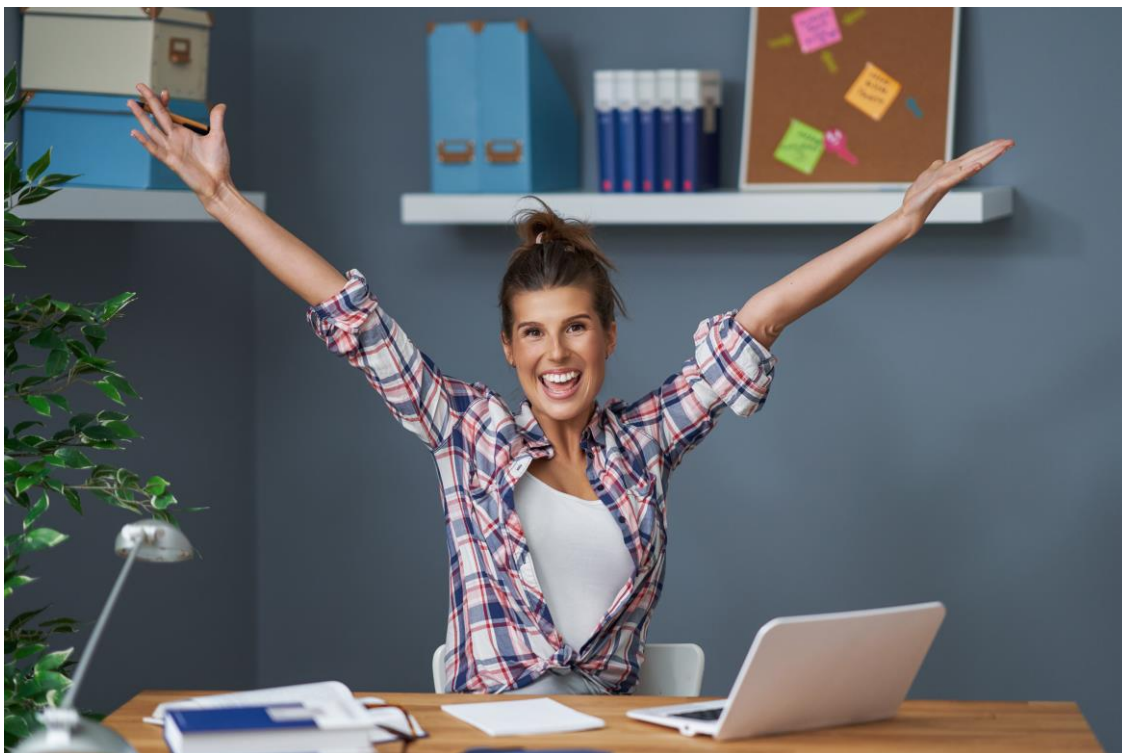


SKU – 050.078

Life Design Construção de Carreira



Life Design ou como foi traduzido em português “construção de vida” é uma nomenclatura que traz novas nuances também ao conceito de “construção de carreira” onde a necessidade de se realizar ou desempenhar uma atividade produtiva parece ser insuficiente para alguns indivíduos, sendo necessário principalmente para as novas gerações a realização de algo conectado aos seus respectivos propósitos de vida, aos valores com os quais se importam, as causas pelas quais querem lutar, ao equilíbrio entre vida pessoal e profissional e ao legado que gostariam de deixar. E, desta forma se aproximam ao conceito de “vida moderna.”

Assim, *Life Design* pode ser considerado um paradigma sendo um resultado do conhecimento evolutivo das teorias de construção e desenvolvimento vocacional, profissional e de carreira. Podemos também dizer que seu pano de fundo pode ser o status atual dos problemas e desafios socioeconômicos e culturais que vivemos na atualidade e que enfrentamos nessa construção dentro da dinâmica do mundo do trabalho.

Entretanto, é importante ressaltar que o paradigma da construção da vida não tem por objetivo substituir os paradigmas anteriores praticados nas últimas décadas, seja a orientação vocacional ou para a construção de carreira; mas sim ser e atuar paralela e verdadeiramente em conjunto.

Segundo os autores Savickas & cols, (2009), o desenvolvimento do paradigma *Life Design*, tem como objetivo ajudar as pessoas a participarem do processo de construção das suas

respectivas vidas e na construção de suas carreiras baseadas em cinco suposições sobre pessoas e suas vidas:

- **Concern** (Atenção) – Essa suposição foca no pensar a vida com esperança, otimismo e alegria de viver. E está intimamente ligada ao propósito, aquilo que nos proporciona prazer e satisfação;

- **Control** (Controle) – Sua utilização na construção da vida torna-a mais satisfatória, pois, visa adaptar às necessidades de diferentes contextos, podendo adaptar ao que deseja;

- **Curiosity** (Curiosidade) – Comportamentos de curiosidade e exploração do autoconhecimento e oportunidades sociais de interação, dando abertura a muitas oportunidades;

- **Confidence** (Confiança) – A aplicação dessa suposição confiança na construção de vida e carreira favorece a manter as aspirações e objetivos frente aos obstáculos e barreiras;

- **Commitment** (Persistência) – A utilização de persistência na adesão ao projeto de vida, mais do que um emprego particular, pode significar que a indecisão em uma escolha de carreira pode não ser necessariamente eliminada, na medida em que pode gerar possibilidades e experimentações que levarão o indivíduo a ser ativo, mesmo em situações de incerteza.

Assim, se imaginarmos que os cinco "Cs" da teoria da construção de carreira tenham certa interconectividade entre as diferentes "trajetórias de vida" onde os indivíduos gradualmente as projetam e as constroem, a resposta para a questão da construção da vida, leva a considerações importantes que determinam e que a tornam realmente valiosa, como buscar desbravar seu universo interior e descobrir seu verdadeiro propósito de vida.

A matriz de *ikigay* é uma ferramenta de autoconhecimento que aborda diversas áreas e intersecções da vida pessoal e profissional. É utilizada na busca desse valioso tesouro pessoal através de quatro perguntas fundamentais e que devem ter suas respostas positivas, atuantes e interconectadas para o encontro da sua real razão de viver e ter uma vida (*iki*) em harmonia com seus desejos e expectativas (*kai*). São elas:

O que você ama fazer?

No que você é bom em fazer?

Pelo que você pode ser pago?

O que o mundo precisa?

As novas gerações, principalmente a geração Z e a Alpha que está chegando, demonstram total necessidade de alinhamento com seus valores, suas causas e propósito.

Desta forma, quando falamos sobre "desenvolvimento de carreira" ou "orientação de carreira", devemos pensar em algo muito mais amplo, o qual é exigido nesse âmbito.

O *Life Design* ou Construção da Vida é um modelo teórico que enfatiza a importância de "dar sentido à vida" para melhor entender e lidar com a dinâmica e as características situacionais dos indivíduos. Assim, o paradigma *Life Design* tem suas raízes na psicologia profissional e vocacional e procura implementar uma teoria do comportamento profissional, ou seja, a teoria da construção de carreira. (Savickas, 2005).

A Psicologia Vocacional auxilia através das intervenções de construção de vida ajudar os indivíduos a identificar suas identidades ou papéis e relacionamentos na vida. Entretanto, a qualquer momento da vida de uma pessoa, uma ou duas áreas podem ser mais importantes e fornecer uma perspectiva mais relevante essa construção. Esses papéis proeminentes moldam áreas que são significativas e importantes para cada um de nós, e essas áreas geralmente correspondem a certas expectativas.

As recomendações de desenvolvimento de carreira incluem o estabelecimento de planos de carreira relacionados aos cargos, e mais do que isso, foi desenvolvido para ajudar as pessoas a entender claramente os papéis e áreas da vida relacionados a certas expectativas futuras.

Uma boa construção de carreira deve ser incentivada a encontrar oportunidades: priorizar, determinar apoio, desenvolver recursos e participar de atividades, uma verdadeira obra de arte.

Informações do Autor

Stella A. Purita Vessoni

stella2110@outlook.com

Diretora-Sócia de Pessoas, Treinamento & Desenvolvimento Humano e Mentoria do Grupo Mulheres Fazendo Negócio e SLINC (Scientific Learning and Innovation Consulting);

Consultora Comportamental & Sistêmica;

Especialista em Vocação, Carreira & Liderança;

Master Coach e Mentoring para Executivos e Adolescentes;

Terapeuta em Programação Neurolinguística;

Doutoranda em Psicanálise, Psicologia Organizacional e Positiva;

Articulista da SBTB - Sociedade Brasileira de Treinamento & Desenvolvimento Humano.

Direitos Autorais

O conteúdo deste artigo é de inteira propriedade do “Autor”, e seus respectivos direitos autorais são protegidos pela Lei 9.610 de 19.02.1998. Qualquer uso, divulgação, cópia ou disseminação de todo ou parte deste material sem a citação da fonte, são expressamente proibidos.

Responsabilidades Autorais

Adicionalmente além dos direitos da posse do conteúdo, também incide sobre o “Autor” os deveres e responsabilidades sobre sua criação de conteúdo. Este artigo é de inteira responsabilidade do “Autor” e pode não refletir necessariamente a linha educacional, conceitual, ideológica ou programática da SBTB – Sociedade Brasileira de Treinamento e Desenvolvimento.

Key Words deste Artigo (em ordem alfabética)

- Carreira
- Desenvolvimento
- Geração Z
- Ikigay
- Life Design

