

GUIA RÁPIDO



Como se preparar para
o **mercado de trabalho** desde
o começo da universidade



A TEMPORADA COMEÇA AGORA

Na universidade você começa a traçar os primeiros passos da sua carreira.

Afinal, esse é um processo contínuo, marcado por experimentações e pequenas escolhas que você faz a cada aula ou no início de cada semestre.

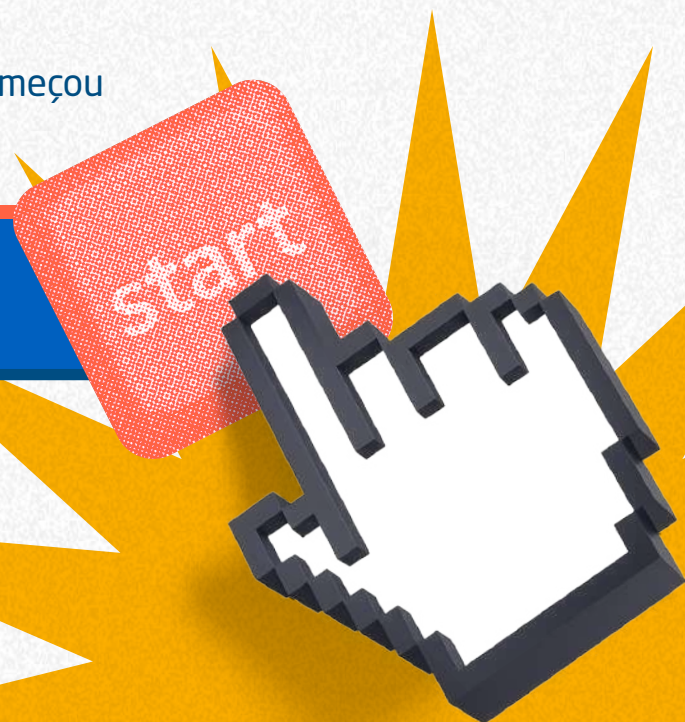
Nesse e-book, convidamos você a **refletir sobre o seu futuro profissional desde o início da sua jornada acadêmica.**

Vamos ampliar seu olhar para enxergar as diferentes oportunidades que surgem no ambiente acadêmico, mostrando como você pode aproveitar cada uma delas.

Aqui, você vai entender que construir uma carreira é mais sobre movimento do que sobre certezas e que começar agora vai tornar sua caminhada mais alinhada com quem você é e com quem deseja se tornar.

Essa temporada da sua vida não começou no último semestre, mas agora!

Vamos juntos descobrir como aproveitar cada capítulo!



CAPÍTULO 1: PEQUENAS DECISÕES QUE JÁ FAZEM DIFERENÇA

A universidade não se limita aos conteúdos ensinados em sala de aula: há muitas outras oportunidades de crescimento te esperando!

Inclusive, escolher fazer parte dessas experiências pode abrir caminhos para o seu futuro profissional.

Ao explorar as diferentes atividades extracurriculares disponíveis em sua universidade, você tem acesso a diferenciais como:

-  Conexão com outros estudantes e professores
-  Incentivo ao aprendizado contínuo
-  Oportunidades de estágios profissionais e de pesquisa
-  Desenvolvimento de habilidades comportamentais
-  Agrega valor ao seu currículo estudantil e profissional



Afinal, muitas dessas atividades são organizadas e coordenadas pelos próprios estudantes, fortalecendo a independência, autonomia e responsabilidade desde os primeiros anos na universidade.

Ah! As oportunidades são várias: desde a prática de esportes até programas de monitoria.

Conheça quais são as atividades extracurriculares que sua universidade oferece e entenda que mais combina com o seu perfil – ou com suas expectativas atuais para o futuro.

CONFIRA AS ATIVIDADES EXTRACURRICULARES DA UNIT

A UNIT oferece ambientes e atividades para quem deseja experimentar, descobrir e crescer desde os primeiros semestres.

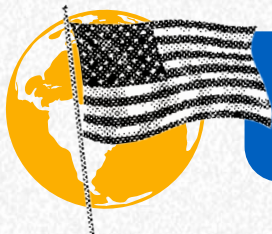
Veja quais são:



Projeto Mentoria: permite que você auxilie outras pessoas enquanto aprende*



Unit Carreiras: te conecta a oportunidades de estágio em sua área*



Unit Idiomas: oferece cursos de línguas com excelência*

*consulte disponibilidade em sua unidade.

CAPÍTULO 2: CONSTRUINDO SUA REDE DESDE O COMEÇO

A universidade também é um espaço valioso para você estabelecer conexões humanas que vão te acompanhar o resto da sua vida.

Seja durante as aulas ou nas atividades curriculares, será possível ter contato com professores e colegas de diferentes turmas.

Aproveite essa oportunidade para conhecer mais pessoas!

Afinal, **esses contatos podem abrir oportunidades futuras no mercado de trabalho** — uma indicação de um ex-colega ou professor pode se tornar um pontapé importante para sua carreira.

No entanto, essas conexões também agregam benefícios agora!

Vocês podem trocar conhecimentos, experiências e dicas que vão deixar a rotina na universidade mais leve.

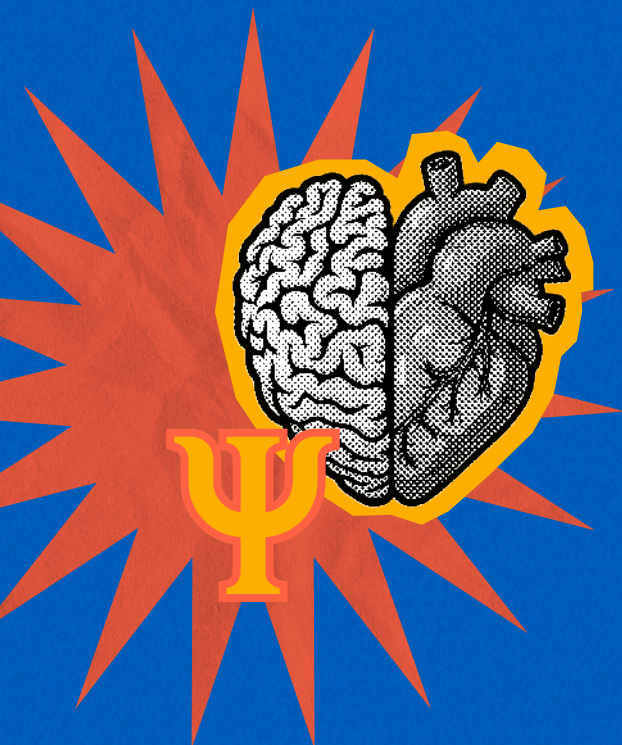
Sem falar que amigos tornam a rotina universitária mais leve e divertida.

Veja só como construir essa rede de networking desde as primeiras semanas na universidade:



- ✓ Participe dos projetos de orientação para calouros e eventos sociais
- ✓ Seja proativo nas aulas, participando das discussões e fazendo perguntas ao professor
- ✓ Participe de grupos de estudo e organizações estudantis
- ✓ Esteja presente em conferências, workshops e congressos da sua área
- ✓ Inscreva-se em estágios profissionais e voluntários.

E claro: participe de projetos extracurriculares, que agregam valor ao seu currículo, formação acadêmica e rede de contatos.



CONHEÇA O NÚCLEO DE APOIO PEDAGÓGICO E PSICOSSOCIAL

Além da conexão com colegas e professores, a universidade também oferece suporte psicológico profissional por meio do Napps (Núcleo de Apoio Pedagógico e Psicossocial).

Em todos os campus da Unit, você encontra uma equipe profissional preparada para oferecer suporte para os alunos que vivenciam situações de conflito que interferem no processo de aprendizagem e/ou nas relações sociais e comunitárias.



Entre em contato com o Napps do seu campus e saiba mais!

CAPÍTULO 3: DESENVOLVENDO COMPETÊNCIAS QUE O MERCADO VALORIZA

É comum acreditar que a universidade somente te prepara para desenvolver as habilidades técnicas necessárias para o seu futuro.

Além disso, a universidade pode oferecer ferramentas valiosas para desenvolver habilidades comportamentais cada vez mais valorizadas pelo mercado.

Isso te prepara para ser um profissional completo – abrindo as portas para o seu futuro profissional.

Vamos conferir quais habilidades podem ser cultivadas ao longo da graduação:

COMUNICAÇÃO

Saber se comunicar de forma clara e objetiva – tanto de forma escrita e oral – é indispensável durante a graduação e sua vida profissional.

A boa notícia é que a universidade oferece algumas oportunidades para você desenvolver a sua comunicação:

-  Participe de projetos de extensão
-  Escreva resumos de textos, artigos e livros enquanto estuda
-  Apresenta trabalhos acadêmicos oralmente
-  Participe de grupos de simulações

PENSAMENTO CRÍTICO

O mercado busca por profissionais capazes de analisar, avaliar e interpretar informações de maneira lógica e coerente – usando isso para resolver problemas e propor inovações.

Para desenvolver essa habilidade, siga essas dicas:

-  Questione as informações
-  Análise diferentes perspectivas
-  Participe de debates e discussões em grupo

COLABORAÇÃO

Durante seus anos na universidade, você terá vários trabalhos em equipe, que são uma oportunidade para desenvolver a capacidade de colaboração.

Afinal, no exercício da sua profissão será necessário colaborar com diferentes equipes e isso pode ser desenvolvido por meio de estratégias como:

-  Participe de atividades que exijam cooperação, como projetos em grupo
-  Pratique a escuta ativa, tentando entender as opiniões e necessidades dos outros
-  Construa relacionamentos baseados na confiança e na comunicação aberta.

ORGANIZAÇÃO

Essa será sua aliada desde a sua jornada universitária e, quanto antes você desenvolver a capacidade de organização, mais fácil será lidar com as tarefas e responsabilidades.

Portanto, siga essas dicas:

-  Use aplicativos de organização, como Trello, Google Calendar e Notion
-  Divida as tarefas grandes em pequenas etapas, priorizando o que é importante
-  Estabeleça metas diárias ou semanais e acompanhe regularmente seu progresso

INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

A inteligência emocional é a habilidade de compreender e gerenciar tanto as próprias emoções quanto as dos outros.

No ambiente universitário e no mercado de trabalho, ela é essencial para cultivar boas relações, controlar o estresse e enfrentar situações de pressão com mais equilíbrio.

Para desenvolvê-la, coloque em prática essas dicas:

-  Reflita sobre as suas emoções e como elas influenciam seu comportamento
-  Desenvolva empatia, tentando se colocar no lugar do outro
-  Aprenda técnicas de controle emocional, como meditação

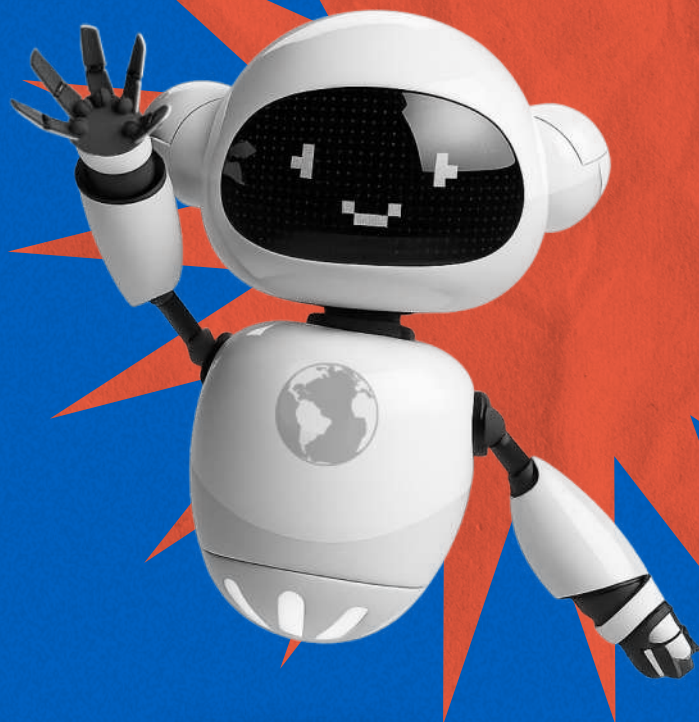
CAPÍTULO 4: DESCOBRINDO FERRAMENTAS E NOVOS RECURSOS

A tecnologia facilita que o estudante conheça as diferentes áreas do curso ou tenha acesso a novos conteúdos importantes para sua formação.

Além disso, **o mercado está cada vez mais tecnológico** e, quanto antes você se familiarizar com essas ferramentas, mais fácil será para se destacar e conquistar boas oportunidades.

Portanto, recomendamos que você:

- ✓ Conheça as diferentes plataformas de estudos
- ✓ Aprenda a mexer em ferramentas de gestão de projetos
- ✓ Familiarize-se com soluções de organização e gestão de tempo



A UNIT também fortalece seu acesso a novas ferramentas e recursos por meio de espaços e oportunidades pensados justamente para quem deseja ir além da sala de aula.

Ambientes como laboratórios, centros de inovação, bibliotecas digitais e acesso a softwares profissionais fazem parte do dia a dia acadêmico e estão disponíveis para impulsionar sua curiosidade e seu desenvolvimento.

Quem sabe uma dessas experiências não vai iluminar sua mente para a área profissional que você vai seguir no futuro?

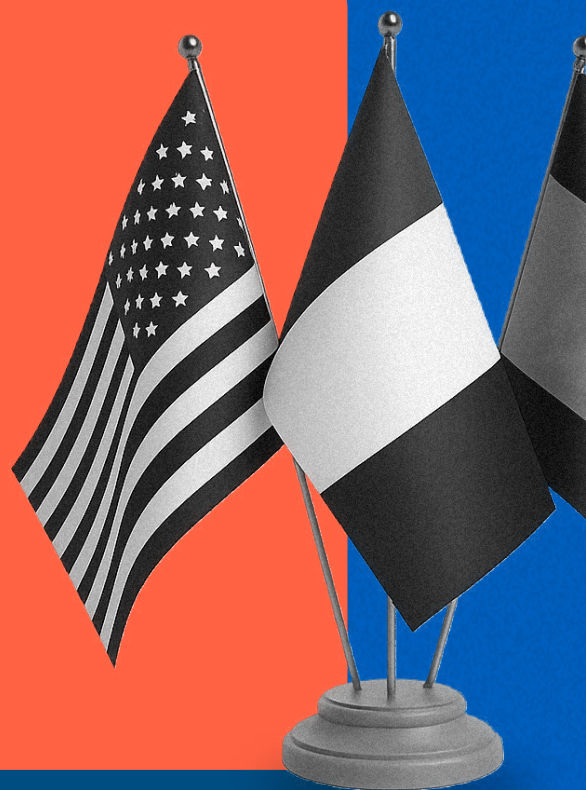
Dica Extra ⓘ

Amplie suas possibilidades com um curso de idiomas!

Dominar outros idiomas também é uma das formas mais estratégicas de se preparar para o mercado.

Seja para acessar conteúdos internacionais, participar de programas de intercâmbio ou se destacar em processos seletivos, investir nesse conhecimento faz diferença.

O Unit Idiomas oferece um caminho acessível e flexível para quem quer aprender um novo idioma e agregar ainda mais valor a sua jornada acadêmica!



CAPÍTULO 5: CAMINHOS POSSÍVEIS PARA QUEM QUER SE APROXIMAR DO MERCADO

Todas as profissões oferecem diferentes caminhos profissionais...

Por exemplo, um bacharel em direito pode se tornar advogado, juiz, promotor, defensor público, delegado, auditor fiscal e entre várias outras profissões – tanto na área privada quanto na pública.

Enquanto os médicos podem se especializar em pediatria, ortopedia, oncologia, dermatologia ou simplesmente focar na atuação clínica.

Independentemente de qual seja o seu curso, são muitas oportunidades diferentes.

Recomendamos que você aproveite todos os anos na universidade para descobrir a que mais combina com você, ao invés de deixar isso somente para o final.

Essas práticas vão facilitar a sua futura tomada de decisão:



ESTÁGIOS

Realizar o estágio profissional durante a graduação é importante por vários motivos:

-  Desenvolvimento de habilidades práticas
-  Fortalecimento do networking
-  Conhecimento da cultura organizacional

Além disso, **essa é sua oportunidade de experimentar diversas áreas de atuação do seu campo de estudo, antes de encarar de fato o mercado de trabalho**

Assim, será mais fácil encerrar esse ciclo já sabendo qual o seu próximo passo!

MENTORIAS

O programa de mentoria é uma oportunidade para você auxiliar outras pessoas que precisam de suporte na sua área de estudo, enquanto descobre uma aptidão.

Afinal, essa é a sua chance de testar se possui habilidades para o ensino ou para áreas correlatas, como consultoria (que está em alta em vários mercados!).

Inclusive, dependendo da modalidade de mentoria, **você poderá entender como funciona o mercado, suas expectativas e como se preparar para atendê-las.**

EVENTOS

Workshops, palestras, congressos e feiras profissionais são outras formas de descobrir as oportunidades de atuação do seu campo de estudo — incluindo as novas.

Nesse caso, recomendamos que você participe de eventos relacionados a diferentes áreas e aproveite esses momentos para conversar com profissionais.

Quem sabe não surge uma chance de estágio?

E claro: esteja de mente aberta para descobrir caminhos que você nunca imaginou!



PARA TE INSPIRAR: RELATOS DE QUEM COMEÇOU AOS POUCOS E FOI CONQUISTANDO ESPAÇO.

“

Isso me ajuda até hoje na profissão que escolhi. **Engraçado que eu não fiz Unit para ser jornalista de TV, mas ela me mostrou isso, pois até hoje tem um excelente laboratório, principalmente, para os profissionais de rádio e TV.** Eu sempre quis escrever, sonhava em ser jornalista investigativa, escrever para revistas e jornais, inclusive é algo que pega forte ainda hoje. Mas, eu me descobri na TV Atalaia como uma repórter de televisão e sou apaixonada por isso. Gosto de estar na rua, com a comunidade, ajudando de alguma forma quem necessita daquela informação precisa naquele momento, ajudando a resolver algum problema.

”



Aline Cristina de Aragão (ex-aluna de jornalismo) – Repórter da TV Atalaia.

“

A Unit era por si só muito uma instituição muito especial. Havia uma integração com colegas e professores de forma muito efetiva, uma proximidade grande, calor humano e muitas brincadeiras também com os colegas. **Na minha época, tínhamos um excelente corpo docente, extremamente conceituado. Na minha geração, naquele momento eram os melhores professores que tinham no mercado estavam na Unit.**

”



Cleon Menezes do Nascimento (ex-aluno de Publicidade e Propaganda) – Secretário do Estado da Comunicação.

“

Comecei a cursar as duas para ver qual eu ia gostar mais. Gostei mais de Computação e fui ficando. Assim, me formei na Unit, na turma do primeiro semestre de 2006. Por ter vivenciado as duas realidades, tanto na universidade pública quanto na privada, percebi que a primeira aparentava ter um foco muito mais em academia e não em formação industrial. Como eu não necessariamente queria uma carreira acadêmica, **tenho a impressão que o ambiente da Unit foi mais equilibrado pra mim, pois a rede de contatos da universidade para oferecer estágios e contatos profissionais era muito ampla. Eu, por exemplo, comecei a estagiar na Unit em 2003, terceiro período da faculdade.**

”



Fernando Henrique Cardoso (ex-aluno de Ciência da Computação) – Staff Software Engineer no Google (EUA)

“

Na época, fui aprovado nas duas universidades em Sergipe, mas escolhi a Unit pela garantia de regularidade nos estudos, o que me permitia ao mesmo tempo, estudar e trabalhar. Fiz parte da turma 1995.2, a primeira a se formar, fazendo todo o curso no campus da Farolândia, em agosto do ano 2000. **A estrutura física era muito boa e o grupo de professores também. Foi a boa qualidade do ensino e a rotina de estudos me garantiram uma base técnica forte para ter um bom desempenho em todas as áreas.**

”



Alessandro Vieira (ex-aluno de Direito) – Atuou como Delegado de Polícia por 20 anos e atualmente é Senador da República.

CONCLUSÃO: CADA ESCOLHA CONTA NA SUA TRAJETÓRIA

A graduação é uma etapa cheia de possibilidades e recomendamos que você conheça cada uma delas!

Explore diferentes áreas do seu campo de estudo, conecte-se com colegas e professores, participe de eventos e se familiarize com o mercado de trabalho.

Aproveite que você ainda tem tempo para tomar sua decisão e garanta o máximo de informações possíveis para escolher o caminho certo.

Essa intenção vai fazer toda diferença quando você se formar.

Venha também conhecer a UNIT!

Venha também conhecer a UNIT!

Nosso maior objetivo é facilitar essa construção do seu futuro, oferecendo o máximo de ferramentas que você precisa.

Faça uma visita, converse com professores e veja de perto tudo que temos a oferecer para o seu futuro profissional!



GOSTOU DO MATERIAL?

Compartilhe com seus amigos para
que eles também conheçam essas
dicas fundamentais.

Unit  CENTRO
UNIVERSITÁRIO
TIRADENTES

Unit  UNIVERSIDADE
TIRADENTES