



+

**ESTOU
DESEMPREGADO
& AGORA?**

+

+

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	3
ADMINISTRE SEUS GASTOS.....	6
BUSQUE UMA RENDA EXTRA.....	9
NÃO SE EMPOLGUE.....	12
CURRICULO.....	16

INTRODUÇÃO

Você deve estar cansado de ver vídeos e artigos sobre o que fazer quando está desempregado ou como reverter essa situação, eu sei. Mas o objetivo desse ebook vai muito além do que mostrar o que você deve fazer, o Salva Dívidas quer estar lado a lado com você durante todo o processo de mudança de hábitos, para que você possa se ver lá no futuro sendo saudável financeiramente e com segurança de seus futuros passos.

Uma das principais mudanças é você não se deixar levar pelo grande e assustador peso que a palavra “desemprego” leva. Você pode ter acabado de perder o emprego ou estar assim há dias, meses ou anos, de qualquer forma, falar sobre isso nunca vai ser algo 100% confortável, mas não podemos deixar de lado.

Pense em utilizar esse tempo da melhor forma e isso pode ser bom até para o seu psicológico. É muito comum entrar em desespero após um desligamento ou depois de muito tempo procurando uma recolocação no mercado, mas calma. Existem diversas formas para você ter um aproveitamento melhor desse afastamento, se desesperar acaba muitas vezes em atitudes

impulsivas que só agravam mais a situação.

Faça uma auto-avaliação, tenha paciência, persistência e seja flexível, é importante ter uma boa estrutura emocional para poder enfrentar os possíveis obstáculos que podem ocorrer durante esse processo de mudança.

Além disso, é importante ressaltar que você não está sozinho, segundo uma pesquisa realizada em 2018 pelo IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, cerca de 12,8 milhões de brasileiros terminaram o ano desempregados e em números isso é quase toda a população de São Paulo, já imaginou?

Mas em contra partida foi registrado, no mesmo ano, um número recorde de pessoas que recorreram ao trabalho informal. Para ser exato foram 11,2 milhões sem carteira no setor privado e somando todos que decidiram trabalhar por conta própria, resultou em nada mais nada menos que 23,3 milhões de pessoas.

Sei que pode parecer distante, resolver de uma hora pra outra ser independente e construir seu próprio negócio ou até mesmo encontrar um hobby que você tenha um bom retorno financeiro,

mas posso te garantir que agora é o melhor momento.

O primeiro momento de você começar a dar um novo significado para sua vida financeira pode ter passado, ter sido há anos atrás, mas o segundo momento é hoje, seja para apenas mudar aos poucos seus hábitos ou para tentar algo inovador, é importante estar sempre em movimento e tentar ao máximo ser positivo.

Ao longo desse ebook vou te mostrar algumas dicas que irão te ajudar nessa fase, para que você deixe de enxergar o desemprego como um inimigo ou um pesadelo que te atormenta antes de dormir, mas sim como uma etapa na sua vida que será essencial para seu crescimento tanto profissional como pessoal.
Vem comigo!

ADMINISTRE SEUS GASTOS

Primeiro de tudo é importante criar o hábito de administrar os seus gastos, colocar tudo no papel, listá-los, para poder identificar qual a sua situação financeira, onde você pode melhorar e o que fazer para que isso ocorra. É extremamente importante que isso seja praticamente uma obrigação sua para cumprir sempre que puder, encaixando-a, assim, na sua nova fase.

Mas isso não se limita só ao papel, você pode deixar no bloco de notas do celular, organizar detalhadamente pelo Excel ou mesmo por aplicativos que estão disponíveis para serem baixados no seu smartphone. Seja onde for, o essencial é que esteja tudo claro para que você saiba exatamente para onde seu dinheiro está indo. Além disso, você pode separar seus gastos em duas partes; o que é e o que não é essencial. As necessidades básicas como mercado, aluguel, luz e água são as suas prioridades, certo? Então o primeiro passo é começar a pensar em atitudes dentro de casa.

Que tal diminuir o tempo de banho? Isso além de ajudar a economizar na conta de água, você acaba ajudando o planeta. Apagar as luzes quando não estiverem sendo usadas e trocar alimentos caros no mercado por outros que possam cumprir a mesma função também são atitudes indispensáveis para reduzir custos. Fazendo isso, pode ter certeza que aos poucos você verá o resultado dessas mudanças.

Feito a organização dos principais gastos, você terá que arcar com a segunda parte, que são as coisas supérfluas. Nesse ponto é muito importante ter em mente se você realmente precisa ou não do item que irá adquirir, se ele só fará você se sentir mais satisfeito ou se é possível não comprá-lo no momento.

É importante se atentar, pois se você está passando por uma fase de recolocação no mercado e ainda não conseguiu um emprego, todo cuidado é pouco. Então focar no objetivo de mudança de hábitos, eliminando os gastos que não são essenciais é primordial.

As compras por impulso são os maiores inimigos e a pergunta “eu quero ou eu preciso” é indispensável, seja qual for à aquisição que você

fará. Após isso, você poderá estipular metas e não estou falando de metas anuais ou mensais, mas sim de metas diárias.

Primeiro você transforma metas anuais em mensais, depois em semanais, até se tornarem diárias. Isso te ajudará a ter uma noção melhor se você está de acordo ou não com o que limitou no começo. O ideal é criar metas curtas, que você terá segurança para segui-las e assim, poderá acompanhá-las de perto.

Parece difícil e provavelmente será no começo, mas persista. Você pode começar por metas básicas, em casa, por exemplo, seja pra dar uma limpa no se quarto que você tem adiado há meses. O importante é estar sempre em movimento, estudos apontam que visualizar resultados em pouco tempo, ajuda na motivação para novos desafios. Aliás, quando se fala em “dar uma limpa” no guarda roupa, você já pode aproveitar para fazer disso uma fonte de renda extra.

BUSQUE UMA RENDA EXTRA

Ao deparar com o desemprego, é importante manter-se sempre com o pé no chão e ciente dos possíveis riscos. Assim que todos os gastos estiverem organizados e você souber exatamente onde deve poupar e investir, o próximo passo será o de buscar uma renda extra.

Como dito no começo do ebook, o número de trabalhadores por conta própria aumentou significativamente. Mas se você tem medo ou acha algo totalmente fora da sua realidade, calma que vamos te mostrar que não é um bicho de sete cabeças.

É comum ainda ter receio e principalmente muitas dúvidas ao se arriscar num novo negócio ou a investir no seu hobby para obter uma renda, e é exatamente por isso que vou te apresentar algumas dicas para que você conheça o terreno em que está pisando.

Em primeiro lugar encontre algo que você goste de fazer e faça bem. Sabe aquele bolo que todo mundo elogia e que você tem prazer em fazer? Ou até mesmo se você tem facilidade em alguma

matéria e se sente pronto para dar aulas particulares, por que não? É exatamente aí que você vai investir. O ponto é explorar ao máximo as suas habilidades e usá-las como referência para conseguir uma renda extra.

Mas se você não se sente confortável e acredita que não possui nenhuma habilidade para poder gerar lucro com isso, não tem problema. Que tal fazer uma limpa no guarda-roupa, nos jogos de videogames, artigos que antes você colecionava e hoje nem lembra mais ou até mesmo livros?

Se você está acostumado a nunca correr riscos, você nunca conquistará grandes objetivos.

Com diversos aplicativos de venda e grupos em redes sociais, ficou muito mais fácil atingir o público alvo e ter sucesso nas vendas. Além disso, você pode negociar o valor e adquirir experiência, te ajudando até quando você for regularizar sua situação com o banco, caso esteja inadimplente.

Além disso, uma ótima opção e disponível gratuitamente aqui no Salva-Dívidas é o e-book sobre Renda Extra , é só clicar aqui para verificar todo o conteúdo.

Mais importante que conseguir um bom retorno financeiro por meio de trabalhos extras, é manter-se com um bom resultado durante esse tempo em que você está procurando uma recolocação profissional no mercado.

NÃO SE EMPOLGUE COM O DINHEIRO RECEBIDO

Nada melhor do que receber um dinheiro inesperado quando está desempregado, não é mesmo? Mas se você chegou até esse tópico, devo dizer que você já tem uma boa base para entender como se organizar financeiramente, mesmo que receba somente um retorno financeiro de um trabalho extra.

Ao deparar com uma quantia considerável, vinda de verba rescisória e demais benefícios, muitas pessoas se iludem e cogitam trocar o carro ou reformar a casa, por exemplo. Mas nesse momento, sem uma renda fixa, esse dinheiro é seu único recurso para tudo o que você irá fazer dali pra frente. Então todo cuidado é pouco e acredite fazer uma reforma ou trocar de veículo não serão investimentos nesse momento.

O ideal é se organizar contando com o dinheiro recebido para poder se reestruturar futuramente, ou seja, organizar suas contas, de preferência da maior para a menor e começar a pagá-las na ordem, respeitando as taxas de juros, o valor por mês e a quantidade de parcelas. Após quitar todas as pendências, um investimento poderá ser uma ótima opção.

Eu posso investir e pagar minhas contas ao mesmo tempo?

O ideal é que você faça uma coisa de cada vez, não adianta querer investir enquanto ainda possui dívidas com juros altíssimos que estão atrapalhando o seu orçamento. É sempre bom lembrar que isso vai de caso para caso e é necessário avaliar detalhadamente cada um.

Se depois do pagamento das dívidas você ainda possuir um valor que não irá mais utilizar e pode guardar, faça isso o quanto antes. Ter uma reserva de emergência é essencial para casos emergenciais, como saúde por exemplo.

Fundo de emergência

É claro que quando não se tem qualquer tipo de renda ou uma que não é fixa, fica quase impossível pensar em uma quantia que você deixaria como reserva de emergência. Mas se isso fosse pensado antes de se deparar com um desemprego, você poderia estar seguro até pelo menos daqui uns três meses.

Ao contrário que muitos pensam, separar um valor de segurança para possíveis imprevistos não é tão difícil assim. O ideal é que, de primeiro momento, ao receber um dinheiro você pague o que deve para aí sim poder investir no que achar justo. Então, quitou as dívidas? Bora guardar!

Esse fundo serve como uma garantia que manterá o seu estilo de vida até você conseguir uma nova colocação no mercado de trabalho. Saúde e desemprego são as principais causas de uma busca rápida ao dinheiro que estaria guardado, são imprevistos então não há como saber quando precisará usá-los, mas podem acontecer a qualquer momento e você precisa estar preparado.

Essa etapa não se torna difícil pelo fato de ser uma necessidade e assim que você começar a poupar 10%, 20% ou 30% do que tem recebido, poderá ter segurança para investir. Mas nada de separar a quantia que pagaria a conta de luz, de água ou o aluguel, a reserva de emergência é para quando você já estiver se sentindo confortável e seguro financeiramente.

E se você acha que está sozinho nessa e que é o único que nunca pensou em ter um fundo como esse, fique tranquilo. De acordo com uma pesquisa do Datafolha referente a 2017, cerca de 65% da população brasileira, não tem um montante para os imprevistos e isso significa 136 milhões de brasileiros.

Mas este ebook é exatamente para que você não faça parte desse número, então assim que tudo estiver encaminhado, com suas finanças em dia, não se esqueça de pensar na sua reserva de emergência para que o desemprego não te pegue de surpresa.

Como o ideal é reservar essa quantia de fato somente após conseguir uma boa segurança financeira, é importante se atentar aos detalhes que irão te empregar. Como por exemplo, o seu próprio currículo.

CURRICULO

O cartão de visitas para que você seja chamado para uma entrevista de emprego, e dar o próximo passo para se restabelecer financeiramente, é o currículo. Então o Salva Dívidas te ajudará, nesse capítulo, a como organizar, o que colocar e como ser destaque entre os outros participantes.

Mas antes de tudo, gostaria que antes de você seguir para os próximos passos, que entendesse a real importância de todos os capítulos citados anteriormente e como influenciam diretamente nesse que vamos entrar.

Quando se está desempregado, é comum que não haja uma perspectiva de melhoria tão rápida, é normal até desistir e achar que não tem mais solução. Mas o que você tem que ter em mente é que todo começo é assim, o segredo é ser persistente.

Por exemplo, aqui na Nova Quest nós trabalhamos com cobrança, lidamos com cliente falando que estão desempregados todos os dias e por isso queremos ajudar e todo o processo será mais eficaz se o seu objetivo estiver claro para você.

Seja resistente e tenha segurança, expanda seu conhecimento, procure hobbies, uma renda extra e mantenha seu currículo atualizado sempre em mãos ou no celular. Tenho certeza que dessa forma você estará no caminho certo.

A desmotivação é algo comum, principalmente após diversas entrevistas mal sucedidas, então o melhor caminho é estar sempre ativo e em movimento. Aqui vão algumas dicas para que você consiga ampliar seu conhecimento sem muito esforço;

- Mantenha o linkedin atualizado e procure contatos que compartilhem vagas na área que você está procurando, acompanhar pelo twitter a divulgação de empresas que estão contratando e manter o currículo sempre em dia são alguns dos passos mais importantes.
- Além disso, é bom estar atento nos assuntos da atualidade e saber explorar bastante sobre eles. Para isso, uma alternativa é ler jornais, não só de um tipo de veículo de informação, mas diversificar e questionar cada posicionamento. Uma saída é estar sempre escrevendo artigos para treinar a escrita e perguntar para pessoas à sua volta a opinião delas sobre seu texto.

- Outra forma bem interessante e que te ajudará principalmente durante as entrevistas é consumindo livros, pode ser em sebos ou pela internet, ficar de olhos quando surgirem palestras gratuitas e ouvir podcasts, que são conteúdos em áudio sobre diversos assuntos atualizados – disponíveis gratuitamente pelo Spotify ou também pelo aplicativo “Podcasts” em celulares IOS.

Com tudo isso em mente, mudando seus hábitos, organizando seus gastos, atualizando o seu currículo e buscando novas formas de se reestruturar, o desemprego não será mais um bicho de sete cabeças. Estamos juntos com o objetivo de alcançar de volta a sua saúde financeira.

Bom, espero que esse ebook realmente faça a diferença na sua vida e no seu modo de pensar. Continue ligado no portal do Salva-Dívidas pois teremos mais assuntos sobre esse e outros que te ajudarão financeiramente.

Até mais!