

VOLUME I



RESULTADOS FALAM POR SI SÓ

Sem dúvidas,

2021 não foi um ano qualquer

Mas apesar de todos os obstáculos, os números impressionam:

**FORAM MAIS DE 150 APROVAÇÕES
EM PROGRAMAS DE TRAINEE**

ou seja

LOGO DEPOIS DE FORMADOS

▶ estão contratados em empresas que remuneram até

8 MIL REAIS



O FATO É QUE NADA FOI CAPAZ DE PARAR ESSES CANDIDATOS...

E esse livro é justamente uma homenagem
a essas pessoas que não desanimaram e
buscaram com tudo de si a sua tão sonhada aprovação...

Afinal,

O **TRAINEE** DE HOJE É O **CANDIDATO** QUE NÃO DESISTIU.

LUÍS ABDALLA



ALINE ARTHUSO
KPMG

Aline Arthuso

Reply

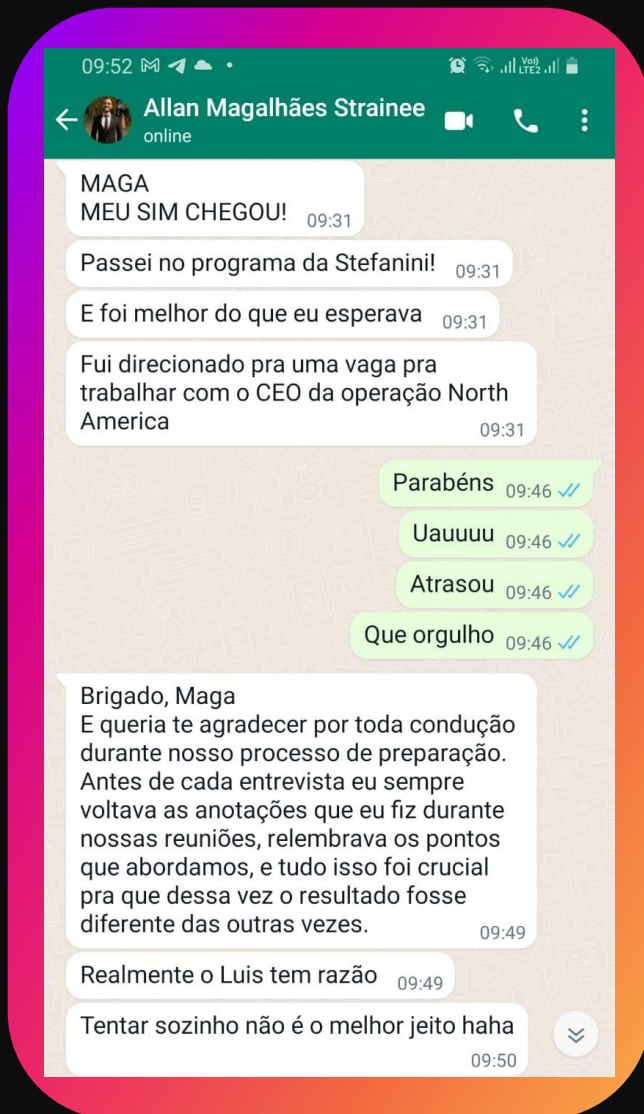
Gente essa semana passei no jovens talentos da kpmg, ainda não é o meu trainee dos sonhos, mas acabei aceitando pq estou desempregada faz um tempo, por isso seguirei na busca por outros trainees com vocês 😞

← 14 13:17



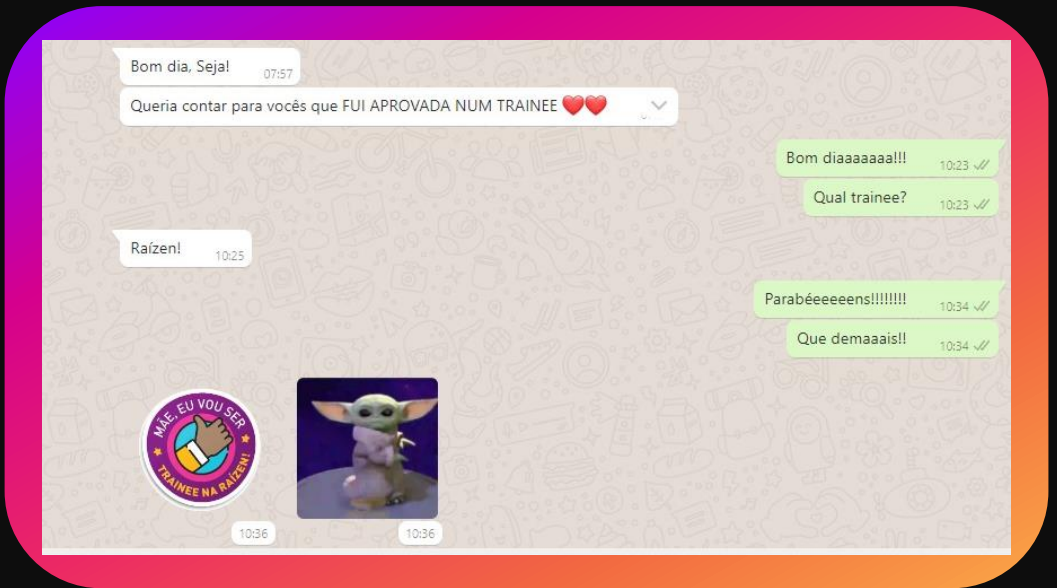
ALLAN MAGALHÃES

Stefanini



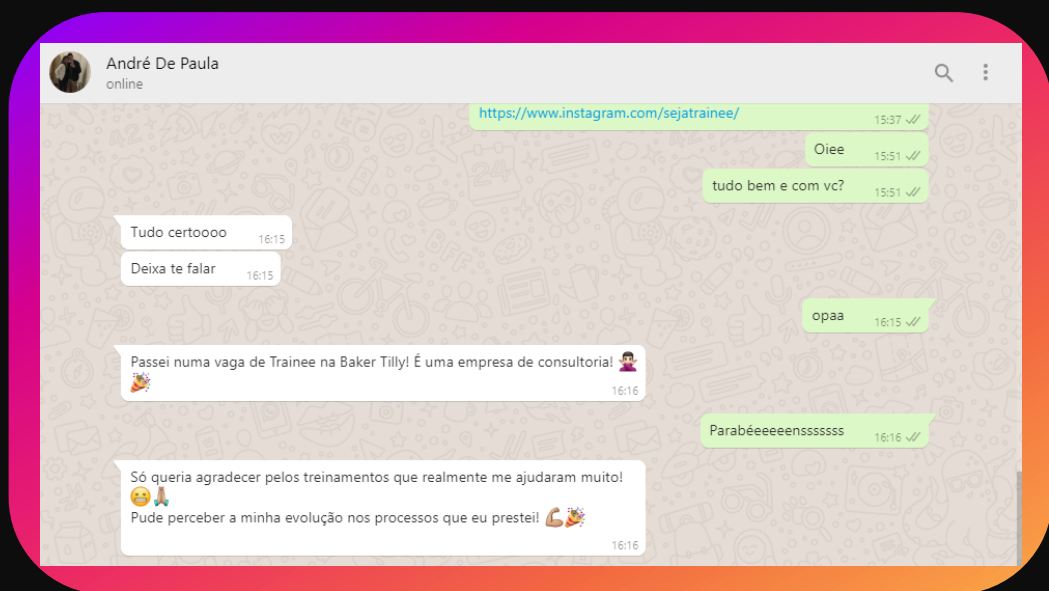
AMANDA DUTRA

Raizen



ANDRÉ LUIS MARTINS

Baker Tilly



BÁRBARA CORREA

KPMG

Oiee, tudo bem ? Algum retorno ? 13:30 ✓✓

Oieeee Margggg 13:33

Sim... 13:33



13:33



13:33

Passei! 13:33

Que legaaaaal 13:34 ✓✓

Parabénnnnnnns ! Felicidade imensa por você. 13:34 ✓✓

Muiiito obrigada !!!! 13:34

e quando a senhorita pretendia me contar ? 13:34 ✓✓

Hooo Margggg

Eh new de última mão!!
Novinha novinha!!



BIANCA LANA

Itaú

Hoje

🔒 As mensagens e as chamadas são protegidas com a criptografia de ponta a ponta e ficam somente entre você e os participantes desta conversa. Nem mesmo o WhatsApp pode ler ou ouvi-las. Toque para saber mais.

Ei malu 13:28

Passando aq pra agradecer por todo apoio 13:28

Passei no Trainee Itaú Unibanco 🥺 13:29

Eba!!! Parabéns Bia....tudo de melhor nesta nova fase 🌸👏👏 14:58 ✓✓



BRENDA REIS

Itaú



CAROLINA MOTA

Ensina Brasil

December 4

Carol Mota Seja Trainee

Oi pessoal! Eu já dei a notícia lá pelo WhatsApp da seja! Mas vim aqui agradecer a todos que estiveram comigo nessa jornada, ao @luisabdalla e @caicoam pelas aulas, pelas dicas etc... fizeram total diferença para mim!

Recebi o e-mail agora pouco e fui aprovada no ENSINA BRASIL! Eu tô feliz DEMAIS, foi uma empresa que eu não conhecia e fui me apaixonado e me identifiquei demais com ela!

Obrigada a todoos .. Keisy Carolin e Thamires também que conversaram comigo e me apoiaram demais..



GRATIDÃO 🙏🙏

11 14:27



CECÍLIA ORTENBLAD

Saint-Gobain | Alpargatas | Itaú BBA



CHEN YUANFANG

Honda

Chen Yuanfang

Responder

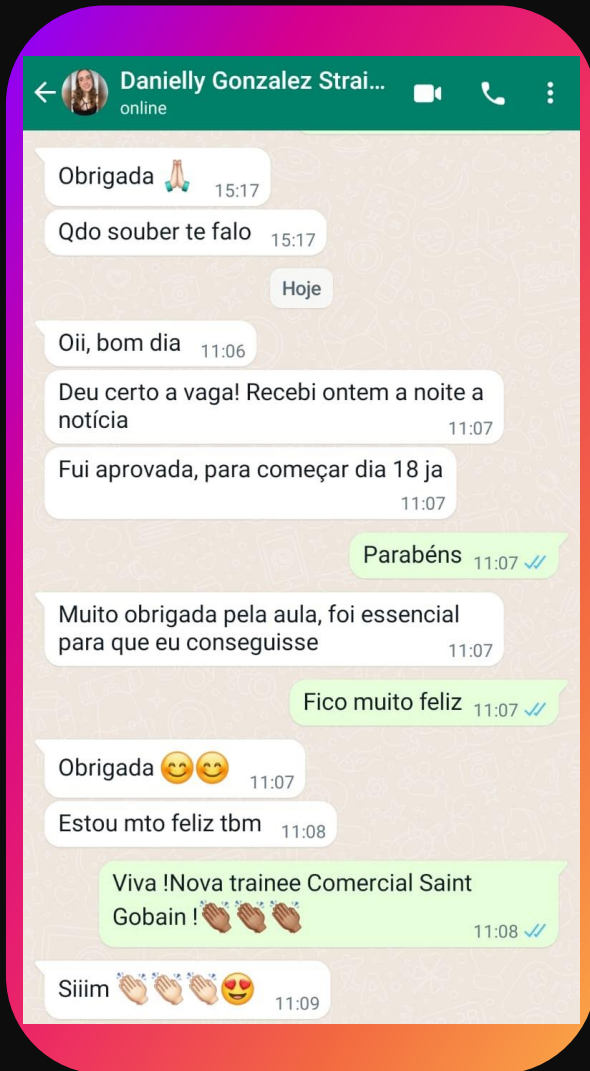
Boa tarde galeraaaa!!! Tudo bem??? Vim compartilhar com vcs a minha aprovação no programa de trainee da Honda 2021!!!! Sou imensamente grata por ter conhecido vcs e principalmente a equipe toda da Cursoria - SejaTrainee @luisabdalla Taís, que foram partes mt importantes nesse meu processo de autoconhecimento e desenvolvimento!!! Desejo muita sorte para todos vcs e acreditem, a aprovação veeeem!!!!

← 14 17:10



DANIELLY GONZALES

Saint-Gobain



ELIS REGINA FERREIRA

DHL

Elis Regina RD


Oie pessoal!

Passando para compartilhar com vocês e agradecer a seja trainee pela minha primeira aprovação após a cursoria.

Não aceitei a vaga, mas estou muito feliz desse SIM ter chegado.



A vaga era para coordenador na DHL. Só não aceitei pela localização, mas fiquei no banco de dados para vagas mais próximas de onde eu moro.

Fui muito elogiada na última entrevista e só tenho que agradecer a Sejatrainee por isso. Nunca me senti tão confiante em um processo seletivo como esse 

← 2 16:40



FÁBIO VIEIRA

Vaga Efetiva – Supply

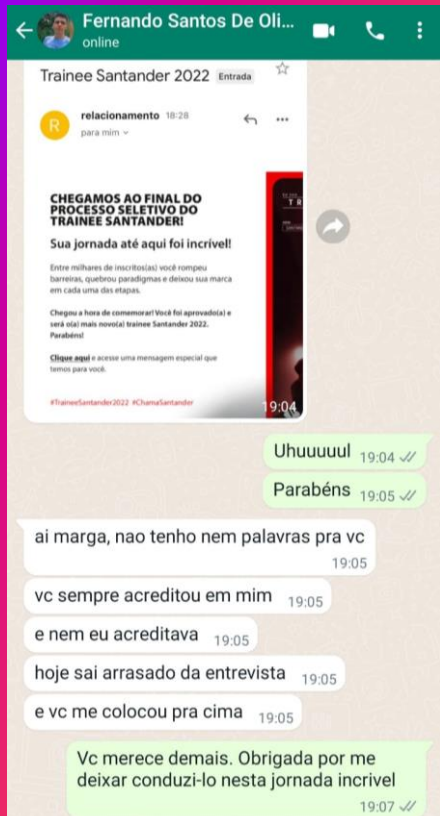
Gente, queria compartilhar tb minha conquista. Hoje consegui meu primeiro SIM, em uma vaga pontual e na área que eu almejava (supply). Confesso que os materiais disponibilizados pelo Seja Trainee me ajudaram bastante no meu autoconhecimento, o qual pude transmitir de forma mais eficiente na entrevista 🙏💙

← 16 16:57



FERNANDO OLIVEIRA

Santander



Fernando Santos De Oliveira RD

Reply

Pessoal, ontem fui aprovado no Trainee do Santander 😊
Primeiramente quero agradecer a toda equipe da Seja e falar para vcs nao desmotivarem com um ou outro processo que não deu certo, é desgastante, eu vinha reprovando em vários logo na etapa de testes, mas mesmo assim fui firme em um dos únicos que avancei e deu certo!!! Torcendo de mais para todos que estão com a Seja!!!

09:49



GABRIELA BARIVIEIRA

Riachuelo

Gabriela Bariviera

SOU A NOVA TRAINEE DO VAREJO! SOU TRAINEE RIACHUELO! 🎉🎉🎉

Só palavras de gratidão nesse momento, gratidão ao Luís, à Taís e à Seja Trainee que me ajudaram nessa caminhada. Foram 46 processos seletivos para trainee e 45 não. No mês passado cheguei na final de um, e novamente o "não" veio, e embora tenham me oferecido uma vaga efetiva, o meu sonho era ser trainee e levei em consideração a frase do Luís: "escolha as batalhas que você quer lutar". A batalha pela aprovação foi a que eu escolhi e depois de muitas negativas, muito choro, de quase desistências, de noites sem dormir e dias amanhecidos estudando, veio o meu sim! Antes da cursoria eu não passava sequer das fases iniciais e ver o meu desenvolvimento pra chegar até aqui chega a ser indescritível. Acreditem em vocês. Vocês são capazes e acima de tudo: vocês são merecedores.



2 09:16



GABRIELA FARIAS

Creditas

Gabriela

Oi, gente! Fui aprovada no programa de jovens talentos da Creditas. Estou muiiiito feliz! A cursoria realmente fez a diferença na minha aprovação. Consegui valorizar a minha história e mostrar toda a minha essência aos recrutadores. Agradeço muito por todo o aprendizado! 🥰



← 10 14:04



GICIELE SOLINGER

Grupo BIG | Leroy Merlin

Gi

Gente, eu só queria compartilhar aqui que fui aprovada no trainee do Grupo Big e da Leroy Merlin. Eu quero agradecer demais a toda equipe da Seja Trainee, a cursoria foi crucial para esse processo de aprovação. Muito obrigada Luís, Caio, Margaret, Kelly, obrigada mesmo!

Minha ficha parece que ainda não caiu, são tantas coisas acontecendo kkkk Mas quero também deixar meu agradecimento mais do que especial para @ana1254 Vinicius Débora Luiza amigos que eu fiz graças a Cursoria e tiveram muita paciência comigo hahaha ❤️

E não desistam! O processo de autoconhecimento é muito importante sim! Não subestimem a preparação, pois estar acompanhando as aulas, fazendo as atividades da cursoria me ajudou demaiss.

Se alguém quiser conversar sobre algo pode me chamar aqui. Um abraço 💙

12:24



GRAZIELLY PICOLO

SBF

Grazielly Type

@luisabdalla fui aprovada no trainee SBF 🐾🐾🐾🐾🐾
vocês foram mais que essenciais em todo o meu processo, utilizei de todassssss as dicas, estudei cada material e deu super certo. To feliz demais e queria compartilhar aqui com vocês, obrigadaaaaa!!

GT



11:29



GUILHERME RIBEIRO

Raízen

Fala Luís! Tudo bem?

Aqui é Guilherme, aluno da Turma 2 da Cursorial

Tô mandando msg pra falar que eu fui promovido na Raízen! Entrei pelo estágio em 2019, fui efetivado em 2020 e promovido em 2021!

Lá no início desse ano eu tava meio em dúvida na minha carreira e resolvi me preparar para P5 trainees, depois as coisas foram acontecendo e eu fui aplicando as ferramentas que aprendi com vcs em outras oportunidades... A cursorial me mostrou que eu sou capaz de superar qualquer desafio e me ajudou muito em autoconhecimento! No final da cursorial, em maio, as coisas começaram a acontecer no meu trabalho e agora em outubro eu fui oficialmente promovido! É uma posição bastante em linha com o que eu descobri que quero pra minha carreira, com desafios e experiências semelhantes aos de um programa trainee e com uma grande possibilidade de crescimento. Quero te agradecer pelos ensinamentos e te parabenizar pelo belíssimo trabalho que você e a Seja Trainee fazem! A preparação de vocês é muito além de uma preparação pra trainee!

Grande abraço!!

edited 23:32



ISABELA HOJDA

Renner

Isabella Hojda

Bom diiiiiia pessoal! Bemmmm??
Passando por aqui pra compartilhar
com você que fui aprovada no treinee
da renner! IHUUUUUUL 🎉🎉🎉🎉🎉🎉



← 2 09:42



ISABELLA SALOMÃO

J. P. Morgan

Bom dia, tudo bem? Queria agradecer

08:26

Eu passei no JP Morgan numa vaga de analista

08:26

Uauuu 08:26 ✓✓

Parabéns 08:26 ✓✓

Consegui mais que dobrar minha remuneração, estou mt feliz. Infelizmente não consegui trainee

08:26

Fico muuuuuito feliz 08:27 ✓✓

Mas estou mt feliz com essa oportunidade

08:27

Obrigada pelas dicas 🙏

08:27

Mas não tem um único caminho pro sucesso não, trainee é só um deles

08:27 ✓✓

Desejo sucesso 08:27 ✓✓

🥰🥰🥰🥰 08:28 ✓✓



JESSICA FREIRE

Ambev

Jessica Freire

Bom dia pessoal!

Primeiramente gostaria de agradecer ao Luis e a toda equipe da cursoria pelo conteúdo incrível e por todo incentivo que dá a nós! (Aqui e no insta)

Estou muito feliz em dizer que meu SIM chegou 🙌🏻

Fui provada no Programa Primeira Geração e agora faço parte do time AMBEV e ainda farei um MBA.

Tô mtooo feliz e agradecida pelo Seja ter aparecido no meu feed, o que me levou até vcs e me fez chegar até aqui 📍

Não desistam galera, acreditem em vc e principalmente SEJA VC MESMO, seja além dos rótulos e tudo dará certo

A Ambev era um sonho pra mim e agora é REAL!!!

Obrigada mais uma vez é sucesso a todos 💙

#SouAmbev



10:48



JOSUÉ FALQUETO

Brasfels

Josué ?

Pessoal, eis que o "sim" chegou! Fui aprovado no Programa de Engenheiro Trainee 2021 da Brasfels, uma empresa do setor de construção naval e offshore que pertence ao grupo Keppel. Tenho alguns receios quanto a oportunidade e se aceitarei mesmo a proposta, mas se escrever sobre isso aqui, texto ficará mais quilométrico ainda! hahah Entre receber o e-mail até agora, parei um pouco para refletir e gostaria de compartilhar alguns pensamentos com vocês.

Os momentos mais difíceis são também aqueles que geram maiores aprendizados! E sem dúvidas, terminar a graduação e ficar desempregado (no meio de uma pandemia) é um momento adverso. Tentei vários caminhos para mudar essa realidade: me inscrevia para vagas efetivas, de trainees, tentei candidaturas para mestrado no exterior, mas... Agir sozinho e sem ter contato com meus objetivos profissionais não estava dando resultados. Mais do que isso, gerava em mim uma ansiedade muito grande.

Nessas tentativas frustradas é que me conectei com o material da Seja, que já me ajudava demais nas preparações. Mas, sentia que ainda faltava algo para ser aprovado e, no último Desafio da Aprovação, decidi investir na Cursoria e descobrir o que era.

Posso dizer que foi uma escolha mais do que acertada! Me conectei com a minha própria história e acredito que fiz isso transparecer ao longo dos processos que participei: senti que melhorei demais o meu pitch e em saber identificar a conexão de meus objetivos e âncoras de carreira com a empresa e a oportunidade. Além disso, me senti mais confiante e mais preparado nas dinâmicas, painéis e entrevistas. Venci barreiras como "a primeira postagem no linkedin" motivado pelas histórias e a interação com os membros do grupo!

Então, por isso e por tudo, muito obrigado @Luís, Tais e toda a equipe da @sejatraineee !! Vcs ajudam a transformar a realidade de muitas pessoas! Tenham consciência disso!! Continuem com o excelente trabalho que fazem! Muito obrigado também a todos do grupo pelas interações, feedbacks e comentários! Desejo sucesso e espero ler aqui muitos depoimentos sobre as aprovações que chegarão em breve! Um abraço e continuamos juntos!! 🚀🚀🚀



18 11:52



JULIANA OLIVEIRA

Vaga Efetiva – Analista Jr

Juliana B.

Reply

Gente eu sei que aqui é Seja trainee mas acabei de ser contratada pra ser Analista Jr !! Eu só fiz um estágio na Vida 🤩 tô chocada como a preparação da Seja me ajudou nesse processo seletivo vou aceitar e quem sabe até ano que vem a próxima vaga é de Trainee

← 12 15:38



JUSSARA SANTOS

Bosch

Juza

@luisabdalla

Hoje queria comemorar meu SIM chegou e a Cursoria tem muito haver com isso 😊

Eu faço estágio na Bosch, e há tempos que tento efetivar e efetivar na área de Liderança de Projetos, mas só recebia "nãos"

Mas hoje, meu SIM chegou e fui chamada pra fazer parte do time de Líderes de Projeto da Bosch como efetiva.

Minha entrevista aconteceu hoje, e tudo o que foi ensinado e aprendido nas atividades durante essas últimas aulas (principalmente a de ontem) eu utilizei na minha entrevista com o gestor. E ate comentei sobre a Cursoria com ele, pq ele é um ex-trainee.

PS.: eu não desisti de ser Trainee não, vou continuar participando e fazendo todas as atividades e continuar em alguns processos, mas como me formo esse ano, ainda tenho mais 2 anos de oportunidades para Trainees.



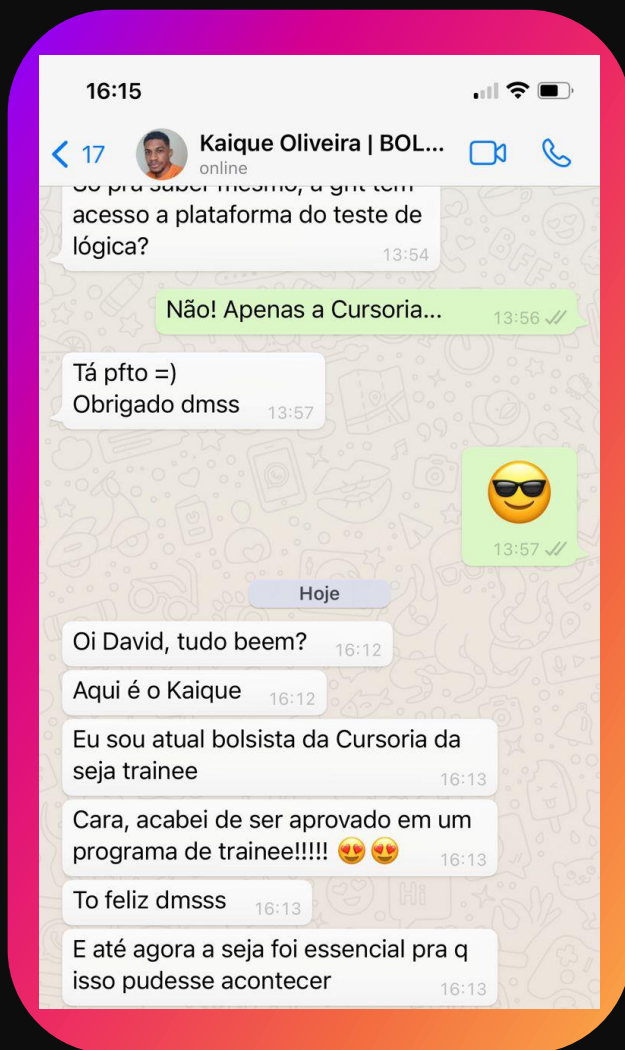
❤️❤️❤️❤️ queria compartilhar com vcs minha felicidade pq quero conseguir motivar todos vcs ❤️

← 35 16:54



KAIQUE OLIVEIRA

2W Energia



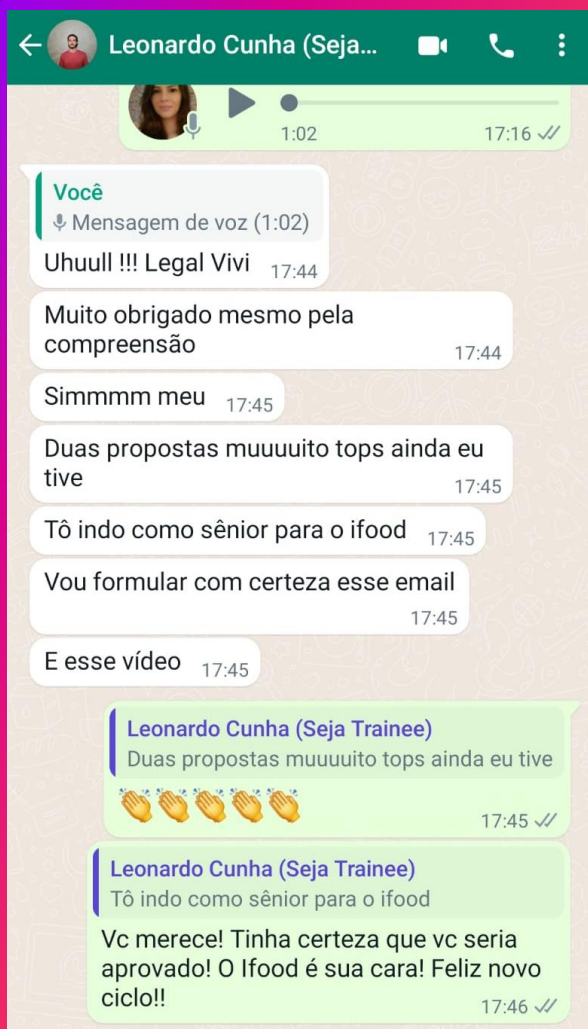
LARISSA SENA

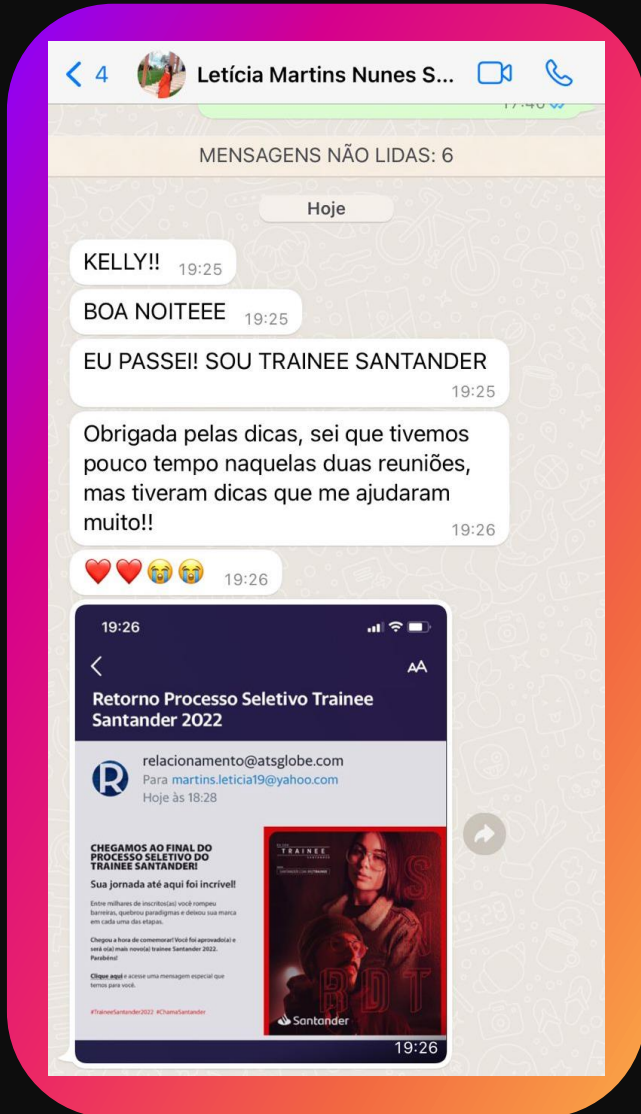
Falconi



LEONARDO CUNHA

iFood





LUCIANA LUSTOSA

Energisa

Luciana Weba

Boa tarde pessoal. Passando pra dar a notícia que fui aprovada no Trainee Energisa.

To muiito feliz e com certeza a cursoria foi fundamental nessa minha aprovação. Principalmente a trilha de autoconhecimento.

Obrigada de coração @caicoam e @luisabdalla !!



2 13:05



MÁRCIO ABRANTES

Senai

Márcio Abrantes

Gente!!! Tô em choque com o email que recebi!!!!!!!!!!!!!! Quase 3 anos na luta já surtandooooo no último e agr to incrível!!!!!!

← 1 18:03



Chega a mão treme digitando kkk

18:03

Luis Otávio Candido

Fala meu filho

18:04

LC

Jajahahha

18:04



Márcio Abrantes

Fui aprovado pro Trainee do Senai!!!!!! 🥳

← 10 18:04



MARCO AURÉLIO RIBEIRO

Grupo Vamos

Marco Ribeiro

Pessoal, boa tarde! Semana passada iniciei uma nova jornada, sou um dos novos trainees do Grupo Vamos! Apesar de não ter conseguido participar de algumas aulas ao vivo, tenho certeza que o material da cursoria disponibilizado na plataforma foi fundamental para o meu resultado final. Agradeço por todo o conhecimento compartilhado, muito obrigado! Para sempre turma 4!

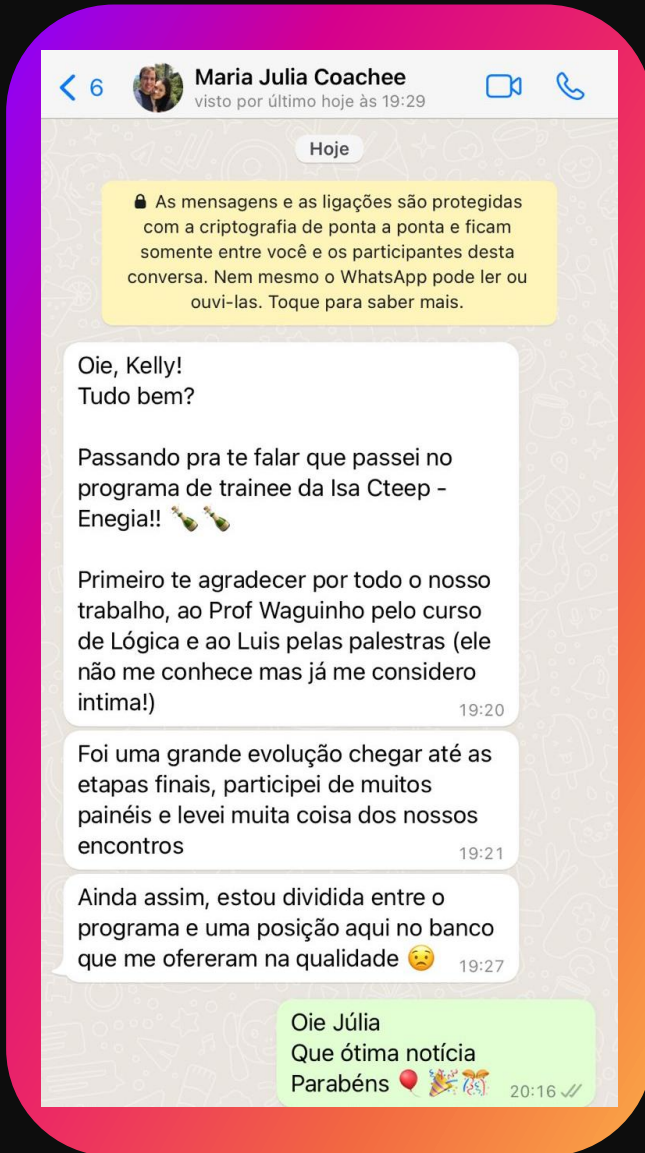
MR

14:44



MARIA JÚLIA CORNEGIAN

Isa CTEEP



MATEUS BARRETO

Saneago

Mateus Barreto

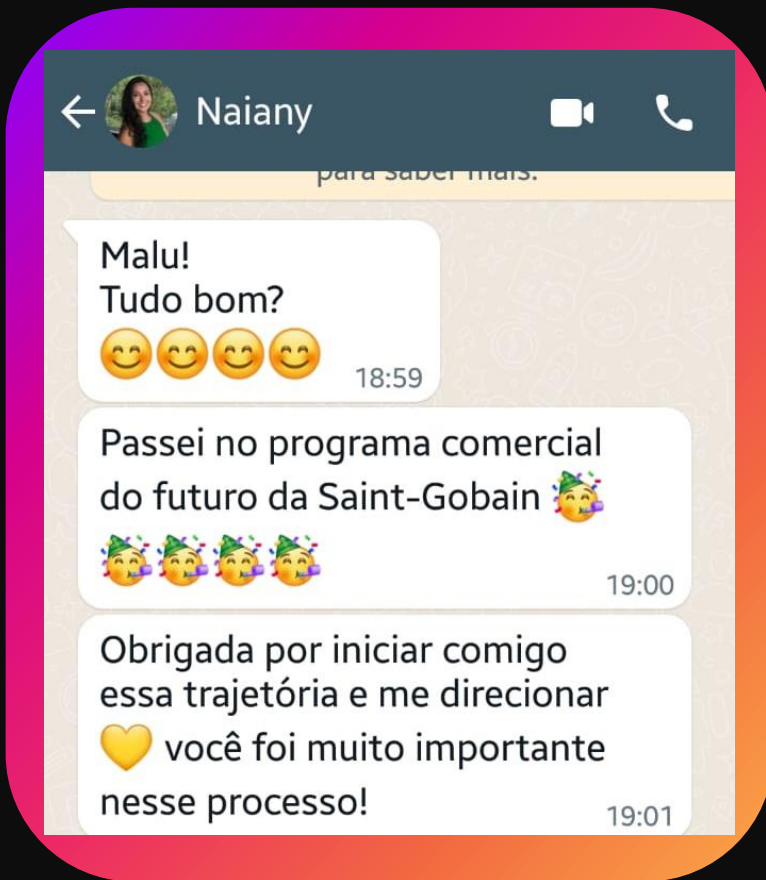
Hoje tive uma boa notícia, fui aprovado no estágio da Saneago para trabalhar no laboratório de análise físico-química.

← 37 11:38



NAIANY ANDRADE

Saint-Gobain



PATRICIA SUZUKI

Saint-Gobain

Patricia Suzuki

Boa tarde pessoal!!

Vim trazer boas notícias e esperança para quem tá nessa trilha!
Fui aprovada para Comercial do futuro saint gobain! Não tenho
palavras para expressar o quanto tô feliz e ansiosa para começar



Nunca esquecerei das dicas da @sejatraineetelegram! Realmente
mudou tudo quando entrei para cursoria!

PS

← 3 15:16



PEDRO CASTRO

PepsiCO

Hoje

KELLY 15:50

EU 15:50

PASSEI 15:50

NOVO TRAINEE PEPSICOOOOO!!!

15:50

 15:50

ESTOU EM ÊXTASE! MT OBRIGADO
POR TUDO! Suas orientações e
materiais certamente foram um
diferencial para que isso se torna-se
real! Estou sem acreditar ainda....

15:51



★ 15:51



POLLYANNA ROCHA

São Salvador Alimentos

Pollyanna Rocha Olivato

Gente, tô tão feliz que não sei nem explicar. MEU SIM VEIO! Eu estava fazendo um processo seletivo para trabalhar com Comércio Exterior na São Salvador Alimentos, hoje fiz a última entrevista com diretor e já me deram o resultado. Eu tô sem acreditar até agora e o mais interessante é que vou trabalhar em uma junção de duas possibilidades que eu pensava para minha carreira no momento: serei Analista de Logística trainee em Comércio Exterior. É a primeira vez que eles estão organizando um programa de trainee e eu vou iniciar com eles! Tô tão feliiiiiz! Agradeço muito a todos vocês, principalmente ao @luisabdalla e a Taís . A melhor decisão que eu tomei esse ano foi entrar para a cursoria!

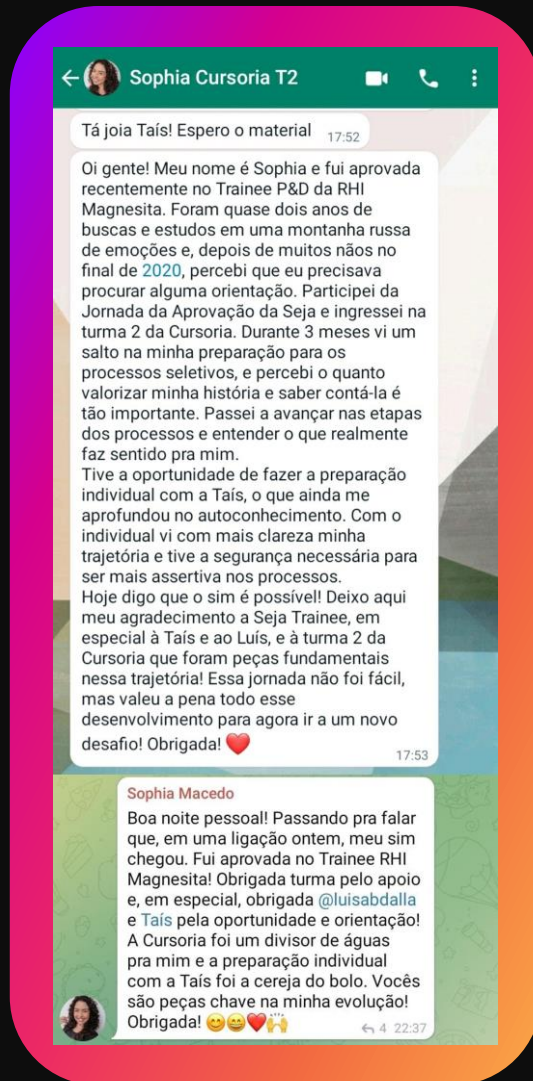


← 16 20:36



SOPHIA MACEDO

RHI Magnesita



THAICE MANCINHO

Intercement

Ola Luis, Bom dia.

Estou passando por aqui pra dizer que eu estou na fase final do trainee da Intercement. Fiz a DG na quinta pela manhã e já na sexta recebi o resultado sendo chamada para a entrevista que acontecerá na terça às 14h.

Fiquei surpresa pois não esperava, mas eu sabia que estava preparada e tudo fluiu muito natural.

Não sei qual vai ser o resultado, mas já passo para agradecer por todo o ensinamento e por ter feito acreditar na minha história. A equipe da Seja fez a diferença em minha vida!

Sou da turma de cursoria 4.
Sou muito grata!

Bom fim de semana e feriado!

09:10



VERÔNICA VASCONCELOS

Unilever

Today

Oi, Caio! Vi que vc colocou no grupo sobre os trainees aprovados... fui aprovada no trainee da Unilever 🧡 Fui aluna da Cursoria! 😊

Foi tanta coisa acontecendo que não joguei no grupo, mas fiz questão de avisar o quanto vocês foram importantes nessa jornada

18:05

MEU DEUSSSS MENINA 18:30 ✓

VC FOI APROVADA NA UNILEVER 18:30 ✓

E NAO CONTOU PRA MIMMM? 18:30 ✓

hahahaahhaahahahahahah 18:30 ✓

Parabénsssss!!!! 18:30 ✓



VICTOR TEIXEIRA

Enforce

Victor Santos Cusoria

Reply

Galera nem acredito que o meu dia de mandar essa mensagem chegou hahahahah. Fui aprovado no trainee da Enforce. Vim mais agradecer ao @luisabdalla e toda equipe da Seja, que meu deus, me ajudaram demais, não consigo nem mensurar. O trabalho da seja é incrível e impacta muitas vidas, hoje eu sou mais uma delas. Um obrigado em especial a Yngrid Seja hahahahaha que toda eu hora eu corria pra pedir ajuda e sempre foi muito solícita.

← 3 13:56



YAN AMBRÓSIO

C6 Bank

Yan Ambrósio de Oliveira

Boa tarde genteeee!!

Acabei de receber a notícia que passei no processo seletivo do c6 bank. Não tenho palavras pra expressar a emoção que estou sentindo. Obrigado por tudo amigos e pessoal da

@sejatraineetelegram 🚀🚀🙏🙏🙏

← 19 17:27

