

VIDA e CARREIRA

sempre unifa a

Guia definitivo
para desenvolver as
soft skills mais desejadas
do mercado



Introdução:

Conheça as soft skills em alta no mercado do futuro

Descrição:

Neste guia você entender não só quais são as habilidades de comportamento mais desejadas como também o que precisa fazer para desenvolver cada uma delas.

► **1 Aprendizagem ativa e estratégias de aprendizagem**

O que quer dizer: aprenda a selecionar e usar os métodos mais adequados para a sua forma de aprender e para a situação em que você se encontra e, a partir disso, compreenda quais são as consequências das novas informações sobre a resolução dos problemas e a tomada de decisões.

Como desenvolver: entenda as formas como você melhor absorve conteúdos e mantenha a motivação para buscar novas oportunidades de aprendizagem. Procure aplicar o conhecimento adquirido na solução de problemas no seu dia a dia.

► **2 Pensamento analítico e inovação**

O que quer dizer: Observar, detectar padrões, interpretar dados, integrar novas informações, teorizar e tomar decisões com base nos múltiplos fatores e opções disponíveis.

Soluções inovadoras requerem criatividade e pensamento alternativo, e precisam passar pelo crivo da lógica e do raciocínio para identificar os seus pontos fortes e fracos.

Como desenvolver: Seja um observador ativo do seu ambiente, aprenda como as coisas funcionam, leia livros de forma ativa (extraia perguntas, resalte ideias, leia em voz alta), exercite sua capacidade de resolver problemas (prepare duas ou mais soluções e, se possível, teste), analise as próprias decisões e exercite ver os seus prós e contras.

► **3 Criatividade, originalidade e iniciativa**

O que quer dizer: é a capacidade criar relações que antes não haviam sido notadas. Quando aplicada ao mundo do trabalho, significa encontrar soluções a partir da observação do problema de ângulos inéditos e, usando seu próprio repertório de referências (acumuladas ao longo da vida), gerar soluções.

Como desenvolver: Construa uma boa base de referências - consuma conteúdos de vários assuntos, principalmente fora de sua área. Quando estiver diante de um desafio, deixe suas ideias fluírem, anote todas sem julgamento. Somente depois avalie cada solução até chegar à mais adequada, e teste.

► **4 Liderança e influência social**

O que quer dizer: é a habilidade de ser um modelo que inspira os outros por meio de suas atitudes e trajetória de vida.

Como desenvolver: Autoconhecimento é a base para tornar-se um bom líder porque você descobre seus pontos fortes e aprende como usá-los, ao mesmo tempo em que também reconhece suas limitações, assumindo a postura de seguir aprendendo sempre.

▶ **5 Inteligência emocional**

O que quer dizer: Compreender as próprias emoções e ser sensível às necessidades e sentimentos dos outros. Seja compreensivo e útil no trabalho, mantenha-se conectados aos demais membros da equipe e esteja ciente diante das reações dos outros para compreender por que eles reagem como reagem. Exiba uma atitude cooperativa e de boa índole.

Como desenvolver: Aprenda a reconhecer as próprias emoções diante dos desafios, conquistando consciência emocional, e crie mecanismos de autorregulação.

Entenda que as emoções são informações sobre você e sobre os outros e, com base no que elas te dizem, escolha a ação mais adequada para o momento.

▶ **6 Pensamento crítico e análise**

O que quer dizer: Significa não aceitar passivamente as informações, opiniões e conhecimentos que chegam para você - reflita, analise, resuma, quantifique e cruze o que chega para você com outras informações até formar a sua própria opinião a respeito do assunto.

Como desenvolver: Comece a incorporar o hábito de questionar o que você lê, ouve e assiste. Pergunte-se se aquilo é realmente verdade, se a opinião faz sentido, se está faltando alguma coisa naquela informação. Busque fontes confiáveis e boas referências para se manter informado. Questionar suas próprias suposições e crenças.

▶ **7 Solução de problemas complexos**

O que quer dizer: Significa lidar com problemas complexos cujas soluções conhecidas não se aplicam.

Essa habilidade envolve a capacidade de revisar informações relacionadas para desenvolver e avaliar opções que podem se apresentar como soluções diferentes das tradicionais.

Como desenvolver: Quando estiver diante de um problema complexo, fique calmo. Exercite um olhar diferente sobre ele e, com isso, dê espaço para surgirem ideias inovadoras para solucioná-lo. Compartilhe e receba ideias, esteja preparado para sair de sua zona de conforto e, finalmente, seja persistente e resiliente diante das cobranças e tensões ao seu redor.

▶ **8 Resiliência, tolerância ao estresse e flexibilidade**

O que quer dizer: A resiliência é a capacidade de se adaptar a ambientes em que há muita pressão, mudanças constantes e desafios. Completa-se com a flexibilidade, que requer que você esteja aberto a uma variedade considerável de mudanças (positivas ou negativas). A tolerância ao estresse é a capacidade de aceitar críticas e lidar com calma e eficácia nas situações de alto estresse.

Como desenvolver: A autoconhecimento é a chave. Procure observar como você encara as situações desafiadoras e anote suas reações às mudanças. Observe os pensamentos negativos que surgem em momentos de muita pressão ou diante de um desafio, e pense como pode direcioná-los para um polo mais positivo.

▶ **9 Orientação de serviço ao outro**

O que quer dizer: Trata-se de buscar, ativamente, ajudar as pessoas desde tratar colegas de trabalho e clientes com cortesia, consideração e tato, passando por comunicar-se de forma eficaz até chegar à percepção das necessidades de um cliente para escolher a melhor solução.

Como desenvolver: Aprenda a ler o seu interlocutor para compreender seu ponto de vista e seus sentimentos - isso se chama empatia. Mantenha a calma diante da pressão. Exercite a capacidade de adaptar sua abordagem aos diferentes públicos com quem vai interagir, e de lidar com surpresas, expectativas. Use palavras positivas.

▶ **10. Raciocínio, resolução de problemas e ideação**

O que quer dizer: É a capacidade de reunir e analisar uma ampla gama de informações para alcançar soluções positivas, associado a um processo de desenvolvimento e teste de novas ideias.

Como desenvolver: Use os pontos fortes e as experiências das pessoas ao seu redor para ajudar a resolver problemas. Busque ativamente novas perspectivas e use suas habilidades de pensamento crítico para aplicá-las à situação única de seu trabalho.

▶ **11 Solução de problemas e experiência do usuário**

O que quer dizer: significa determinar as causas dos erros operacionais e decidir o que fazer sobre eles. Erros acontecem em todas as empresas, e o que fará diferença é a capacidade de resposta ao usuário/cliente.

Como desenvolver: Compreenda profundamente seus usuários, o que eles precisam, o que eles valorizam, suas habilidades e também suas limitações.

Conheça a operação em que está envolvido e comprometa-se a oferecer a melhor experiência possível para quem está na outra ponta do processo.

▶ **12 Persuasão e negociação**

O que quer dizer: A negociação permite encontrar pontos de equilíbrio entre visões distintas, enquanto a persuasão garante que toda a equipe se motive em torno de uma mesma ideia. Quando juntas, resultam na capacidade de discutir uma questão com uma ou mais pessoas para determinar maneiras de chegar a um acordo de satisfação mútua.

Como desenvolver: Aprenda a escuta ativa - ouvir sem pensar na resposta que vai dizer antes de terminar de ouvir é crucial para ajudar a processar ideias, permitindo que alguém construa um argumento. Treine a apresentação de suas ideias com clareza – comunicação assertiva- para transmitir informações ou ideias de forma eficaz.