

Habilidades blandas

Sitio: Agencia de Habilidades para el Futuro

Curso: Práctica Profesional 1: Aproximación al mundo laboral 1º D

Libro: Habilidades blandas

Imprimido por: Eduardo Moreno

Día: lunes, 16 de junio de 2025, 16:09

Tabla de contenidos

1. Introducción

1.1. Definición

2. Habilidades blandas y socioemocionales

2.1. Impacto en el mundo laboral

2.2. Reconocimiento



Introducción

Estamos llegando al cierre de este recorrido y del cursado. Durante cada semana fuiste trabajando algunas habilidades y aptitudes que te permite potenciarte en diferentes áreas de tu vida. En la semana 4, pudiste profundizar en el trabajo en equipo y ahí se mencionó también qué eran estas habilidades.

A modo de cierre, esta semana trabajarás sobre las **habilidades blandas y socioemocionales** en general y la necesidad de reconocerlas, desarrollarlas y aprenderlas para enfrentar los cambios que se producen en el ámbito laboral.

La experiencia y el conocimiento de las dinámicas de grupo, el trabajo en equipo y las relaciones humanas han posibilitado que estas se incorporen en la práctica y permitan la **formación de equipos de personas capaces y que se adaptan a los cambios**.



En síntesis, podemos decir que los cambios que su incorporación en el mundo del trabajo produjo, mejoró el rendimiento y productividad de los equipos así como la experiencia del cliente logrando efectividad empresarial.



¿Qué son las habilidades blandas?

Seguramente la palabra «habilidades» te resulta familiar y de uso cotidiano. Es más, te habrás preguntado si contás con la/s habilidad/es para realizar una actividad o tarea que te permita lograr una meta. Es importante reconocer que en primer lugar hay distintos tipos de habilidades. Pero las que vamos a conocer son aquellas denominadas habilidades blandas o socioemocionales.

Cuando hablamos de **habilidades blandas o socioemocionales** hacemos referencia a un conjunto de destrezas emocionales y sociales que nos permiten desenvolvernó mejor en las diferentes situaciones que atravesamos. Es importante destacar que no son innatas, es decir que no nacemos con ellas, sino que se desarrollan en el transcurso de la vida a medida que se las aprende y estimula.

Su finalidad es **incentivar y reforzar relaciones interpersonales** en conjunto con otros individuos que conforman nuestro equipo. Le brindan a quien las pone en práctica la posibilidad de hacer frente a diversas situaciones: planificar proyectos, crear un buen clima laboral, generar nuevas ideas, etc.

¿Qué ocurre si no forman parte de nuestras aptitudes? Las habilidades se pueden ir adquiriendo mientras te vas formando como profesional y mediante la experiencia laboral, por ejemplo: si alguien se reconoce como una persona introvertida a medida que va generando vínculos en su espacio de trabajo, va enriqueciendo y desarrollando la interacción con sus pares. Esto luego se traduce en una mejora de la forma de comunicar, de cómo enfrentar públicos y clientes, etc.



¿Cuáles son las habilidades blandas y socioemocionales?

Las **habilidades blandas y socioemocionales** aportan valor agregado a los entornos de trabajo. De ahí que son un foco central en quienes se dedican a la selección de personal, por ejemplo. En la última edición del reporte **The Future of Jobs**, el World Economic Forum (WEF) incluyó las 10 habilidades principales que requerirán las personas de cara al 2025:

1. pensamiento analítico e innovación;
2. aprendizaje activo y estrategias de aprendizaje;
3. resolución de problemas complejos;
4. pensamiento crítico y análisis;
5. creatividad, originalidad e iniciativa;
6. liderazgo e influencia social;
7. uso, seguimiento y control de la tecnología;
8. diseño y programación de tecnología;
9. resiliencia, tolerancia al estrés y flexibilidad y,
10. razonamiento y resolución de problemas.



A continuación te dejamos una breve explicación de algunas habilidades más buscadas en general:

Las competencias más demandadas en empresas #MaratonEmpleo





¿Por qué es importante en el mundo laboral?

El mundo laboral es cada vez más consciente de no solo incorporar personas que pongan en juego aquellas competencias que reflejan un conocimiento técnico y que se han adquirido gracias al estudio y la experiencia, es decir las llamadas habilidades duras sino que debido a las transformaciones y dinamismo del entorno laboral de hoy, se reconoce la relevancia que han adquirido las habilidades blandas y socioemocionales para poder enfrentar nuevas situaciones y desafíos.

Flexibilidad y creatividad son esenciales para lograr el salir airoso frente a una crisis o para dar forma a un proyecto a partir de ideas novedosas, potentes e innovadoras.



Te invitamos a leer el siguiente artículo donde la empresa Randstad realizó una encuesta a personas que están buscando trabajo sobre las habilidades blandas más destacadas. Accedé haciendo clic [aquí](#).

Por lo tanto es de destacar que **las habilidades blandas y duras se complementan**. Por ejemplo: la resolución de problemas así como el pensamiento analítico necesitan de una base y un conocimiento básico para cumplir con las necesidades de cada puesto y proyecto.

Como puede verse, las habilidades blandas han demostrado su importancia para un mundo que cambia a gran velocidad. Entender qué son ayudará a abrir paso en el ámbito laboral actual y en las relaciones personales.



¿Cómo se reconocen las habilidades blandas?

Todos tenemos cualidades que nos hacen especiales y nos destacan sobre el resto. Sólo hace falta mirar en nuestro interior y con **los siguientes ejercicios** lo lograrás:

1. Gestiona tus emociones

El hacernos cargo de las emociones que tenemos, nos hace tener mayor control sobre situaciones de alta dificultad que puedan manifestarse en el trabajo: momentos de mucho estrés, crisis, pérdidas repentinas o temporadas de alta demanda.

Para que tengas mayor control sobre lo que sientes y no peligren tus estribos, te aconsejamos **ser consciente de aquellas situaciones que gatillan las emociones** que, personalmente, consideras como una debilidad, como, por ejemplo: el enojo, la euforia, el miedo o la tristeza.

Tener esta información te ayudará a idear un plan que te ayude a **aprovechar de forma positiva tus emociones** y abrir posibilidades, dándote una actitud proactiva frente a las dificultades.

2. Trabaja en tu concentración

Concentrarnos es fundamental para poder canalizar nuestras energías en el desarrollo de tareas y la realización de proyectos extensos, de aquellos que pueden durar meses. Para ello, **te aconsejamos trabajar arduamente en tu compromiso**.

Si bien, muchos creen que el compromiso es algo que se logra únicamente cuando nos mentalizamos en querer lograr algo o cuando estamos enfocados en una sola cosa; sin embargo, esta cualidad está siempre presente, aunque no seamos conscientes de ello.

El compromiso está presente **incluso cuando nos quejamos del por qué no logramos algo** que anhelábamos. Cuando esto sucede, estamos enfocándonos en dar explicaciones y no en accionar para hacer algo al respecto.

Para desarrollar un compromiso que genere resultados positivos, te recomendamos conectarte con tu interior y enfocar tu motivación a tus intereses, a aquella Realidad Ideal que quieres alcanzar a futuro, como por ejemplo: **ser el mejor profesional de tu rubro**.

3. Dispone de energías que contagian

Si restamos tus horas de sueño, el tiempo que pasas en el transporte público y tu tiempo en el trabajo, he de considerar que pasas la mayor parte de tu día en tu centro de laburo. Por ello, es esencial que recrees un espacio cómodo y saludable mental y emocionalmente para ti. He ahí donde juega nuestra actitud.

Nuestra actitud es esencial para hacer nuestro entorno positivo. **¿Te ha pasado que ingresas a una oficina y detectas instantáneamente el ambiente de dicho lugar?** Esto puede reflejarse en las interacciones entre cada miembro del equipo.

Para lograr que tus energías positivas te ayuden a ti y a tu entorno a gozar de un clima laboral dinámico y atractivo, es fundamental trabajar en una comunicación efectiva a través de **los pedidos que realizamos a otros, las ofertas de ayuda que brindamos y en el cumplimiento de las promesas que hagamos**. Esto fomentará la confianza y el apoyo en la oficina donde te desempeñes.

4. Conecta tu cuerpo al quehacer diario

Saber conectar nuestro cuerpo y mente con nuestras ocupaciones es esencial para no realizar las cosas por obligación, sino por vocación. Esto se logra cuando logramos poner en primera instancia nuestro Ser; es decir "quien somos".

Para ello, te invitamos a preguntarte si lo que haces hoy está conectado con lo que quieres ser. Si la respuesta es sí, es que tus ocupaciones se conectan con lo que más valoras; de lo contrario, **te invitamos a hacer un análisis de tus prioridades.**

Fuente: Axon Training (2020). Habilidades blandas qué son y para qué sirven. Argentina. Recuperado de <https://blog.axontraining.com/habilidades-blandas-son-sirven/>