

Avaliando Habilidades Comportamentais Um Guia Prático

Por Escola Dnc

Introdução

No mundo corporativo atual, as habilidades técnicas (hard skills) são importantes, mas não são mais suficientes. As empresas estão cada vez mais valorizando as chamadas habilidades comportamentais ou soft skills, como inteligência emocional, criatividade, liderança, trabalho em equipe, entre outras. No entanto, avaliar essas habilidades pode ser um desafio, uma vez que são mais subjetivas e dependem da percepção de outras pessoas.

Neste ebook, vamos explorar as melhores práticas para avaliar as habilidades sociais, com base nas dicas e experiências compartilhadas na transcrição. Você aprenderá a importância da autoavaliação, como obter feedbacks construtivos e como identificar suas lacunas de habilidades comportamentais para traçar um plano de desenvolvimento pessoal e profissional.

Por que as Habilidades Comportamentais são Difíceis de Avaliar?

Ao contrário das habilidades técnicas, que podem ser facilmente medidas por meio de testes e certificações, as habilidades comportamentais são mais subjetivas e dependem da percepção das pessoas ao seu redor. Como a transcrição menciona, "o comportamento está muito atrelado à interface e à percepção das pessoas".

Você pode achar que possui uma determinada habilidade comportamental, como inteligência emocional, mas se as pessoas próximas a você não possuem essa percepção, isso pode ser um indicativo de que você precisa melhorar nessa área. Por exemplo, se todos ao seu redor perceberem que você tem dificuldade em controlar suas emoções, mesmo que você sinta o contrário, é provável que sua inteligência emocional precisa seja aprimorada.

A Importância da Autoavaliação

O primeiro passo para avaliar suas habilidades comportamentais é realizar uma autoavaliação honesta. Como mencionado na transcrição, "tem coisa que a gente sabe que a gente já não é bom. Então, isso aqui não sou bom, tem que melhorar".

Fazer uma autoavaliação sincera pode ser um desafio, pois muitas vezes temos uma visão distorcida de nossas próprias habilidades. No entanto, é essencial considerar nossas fraquezas e áreas de melhoria para podermos crescer e nos desenvolver.

O Poder do Feedback 360°

Após a autoavaliação, o próximo passo é obter feedbacks de diferentes fontes, o que é conhecido como feedback 360°. Como explicado na transcrição, esse modelo "pega de cima, de lado e de baixo". Ou seja, você deve buscar feedbacks de seu gestor (de cima), colegas de trabalho (de lado) e, se for o caso, de pessoas que você liderou (de baixo).

Se você não está trabalhando atualmente, não se preocupe. Você pode buscar feedbacks de familiares, amigos, professores ou qualquer pessoa que convive com você regularmente e observar seu comportamento em diferentes situações.

Para obter feedbacks construtivos, a transcrição sugere criar um formulário simples, com perguntas claras sobre cada habilidade comportamental que você deseja avaliar. Por exemplo: "Como você avalia minha criatividade?", "Como você avalia minha inteligência emocional?". Peça às pessoas para classificar cada habilidade em uma escala de baixo, médio e alto.

Você pode criar esse formulário facilmente usando ferramentas online gratuitas, como o Google Forms, ou até mesmo por meio do WhatsApp, enviando as perguntas individualmente para as pessoas selecionadas.

Identificando suas Lacunas

Após coletar os feedbacks, você terá uma visão mais clara de suas forças e fraquezas em termos de habilidades comportamentais. Como a transcrição indica, "se duas ou mais pessoas falam que aquela habilidade é baixa, pode ter certeza que é baixa".

Por exemplo, se várias pessoas mencionaram que sua energia é baixa, é um sinal claro de que você precisa trabalhar nessa área. Mesmo que outras pessoas tenham ficado com vergonha de apontar essa fraqueza, se duas ou mais pessoas concordam, é provável que seja uma lacuna real.

Ao identificar suas lacunas, você terá uma lista clara das habilidades comportamentais que precisam ser aprimoradas. Essa lista será o ponto de partida para criar um plano de desenvolvimento pessoal e profissional.

Desenvolvendo um Plano de Ação

Com a lista de lacunas em mãos, você pode começar a traçar um plano de ação para desenvolver as habilidades comportamentais necessárias. Aqui estão algumas dicas para criar um plano eficaz:

1. **Estabeleça metas claras e mensuráveis:** Defina metas específicas para cada habilidade que você deseja melhorar. Por exemplo, em vez de simplesmente "melhorar a inteligência emocional", estabeleça uma meta como "ser capaz de identificar e gerenciar minhas emoções em situações de estresse".
2. **Busque recursos de aprendizagem:** Existem inúmeros recursos disponíveis para desenvolver habilidades comportamentais, como livros, cursos online, workshops, coaching e mentoria. Explore as opções que melhor se adequam às suas necessidades e preferências de aprendizagem.
3. **Pratique regularmente:** Assim como qualquer outra habilidade, as soft skills precisam ser praticadas regularmente para serem aprimoradas. Procure oportunidades para aplicar o que você está aprendendo no seu dia a dia, seja no trabalho, em casa ou em outras situações.
4. **Peça feedbacks contínuos:** Após implementar seu plano de ação, continue solicitando feedbacks das pessoas ao seu redor. Isso lhe ajudará a monitorar seu progresso e fazer ajustes conforme necessário.
5. **Seja paciente e persista:** Desenvolver habilidades comportamentais leva tempo e esforço consistente. Não desista se não ver resultados imediatos. Mantenha-se comprometido com seu plano de ação e celebre cada pequena vitória ao longo do caminho.

Conclusão

Avaliar e desenvolver habilidades comportamentais é um processo contínuo e desafiador, mas essencial para o sucesso pessoal e profissional. Ao seguir as dicas e estratégias apresentadas neste ebook, você estará bem encaminhado para identificar suas forças e fraquezas, obter feedbacks valiosos e traçar um plano de ação eficaz para aprimorar suas soft skills.

Lembre-se de que o autoconhecimento e a disposição para crescer são fundamentais nesse processo. Esteja aberto a feedbacks construtivos, mantenha uma mentalidade de aprendizado contínuo e não tenha medo de sair da sua zona de conforto. Com dedicação e persistência, você pode desenvolver as habilidades comportamentais necessárias para se destacar em qualquer ambiente profissional.

