

# Soft Skills

TUDO O QUE VOCÊ GOSTARIA DE SABER SOBRE  
SOFT SKILLS E TINHA MEDO DE PERGUNTAR!



ESCRITO POR  
**LEONILDES LIRA**  
COORDENADORA DE CONTEÚDO

ARTE  
**ANTONIO WILSON**  
CREATIVE WORKER



# Entendendo melhor o que é Soft Skill

## Tanto se fala em Soft Skill nos dias de hoje, mas o que é isto de fato?

Você sabia que em pesquisa realizada pela Page Personnel, consultoria global de recrutamento, 9 em cada 10 profissionais são contratados pelo perfil técnico e demitidos pelo comportamental? Isto foi alvo de reportagem no G1 em Set/2018.

Pois saiba que Soft Skill tem a ver com isso, sendo um conjunto de habilidades que podem ser estudadas e desenvolvidas e que irão auxiliar em nossa vida profissional e pessoal. Neste contexto, envolve conhecimentos importantes que ajudarão a construir nossa maturidade para assumir desafios, lidar com as dificuldades e cultivar relacionamentos saudáveis.

Por ser um conjunto de habilidades, não é algo que se aprende com um curso ou palestras. Soft Skill é algo que você vai adquirir ao longo de sua vida, estudando, conhecendo, se observando e exercitando.

E estas habilidades vão proporcionar maior flexibilidade para lidar com as pessoas, com o trabalho, com os desafios e conosco mesmo.

Vamos ver algumas delas?!



# AUTOCONHECIMENTO

Talvez este seja o princípio de tudo. A palavra parece que foi tirada de livro de “auto ajuda” e nos soa como fora do contexto profissional. Total engano!

Precisamos nos observar e nos conhecer para ter clara noção de nossas ações e reações. É inclusive um tópico chave que nos ajudará a responder a clássica pergunta em entrevistas quando nos pedem “Me fale sobre você”.

Quando colocamos o olhar sobre nós mesmos através do Autoconhecimento, percebemos por exemplo, quais são nossos hábitos, o que nos motiva, o que

drena nossa energia, que assunto nos traz maior interesse, em nossa maneira de reagir em situações adversas, se a maneira como reagimos são adequadas ou impulsivas, que resultados observamos para estas reações.

Através do Autoconhecimento podemos trabalhar o nosso jeito de ser e de se relacionar, levando a uma vida mais leve e produtiva. Uma das principais habilidades abordadas nos conceitos de Inteligência Emocional, é justamente o Autoconhecimento e o tema Inteligência Emocional também faz parte da construção do seu Soft Skill.



# INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

A partir da década de 90 através de diversas pesquisas da psicologia e em especial o livro Inteligência Emocional de Daniel Goleman, este assunto tem sido estudado e divulgado de forma ampla.

No âmbito profissional identifica-se o grande diferencial nos profissionais que apresentam sua IE elevada, destacando-se como fatores positivos sua facilidade em se relacionar com a equipe.

## DENTRO DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL DESTACAM-SE 12 PRINCÍPIOS E DOMÍNIOS

1. Autoconhecimento emocional
2. Autoregulação emocional
3. Adaptabilidade
4. Orientação para realização
5. Empatia
6. Perspectiva positiva
7. Conscientização organizacional
8. Influência
9. Coaching / Mentoria
10. Administração de Conflitos
11. Trabalho em equipe
12. Liderança inspiradora.



O melhor de tudo é que nossa IE não é estática e pode ser trabalhada e ampliada como afirma Daniel Goleman. Assim você pode buscar ferramentas para conhecer e pôr em prática, ações

que te levem a um upgrade na sua vida e na sua carreira. Desenvolver percepções sobre suas emoções e as emoções dos outros podem fazer toda a diferença.

# EMPATIA

Esta habilidade representa a nossa capacidade de se colocar no lugar do outro de forma genuína, sem julgamentos ou preconceitos. De maneira mais profunda, a pessoa empática é capaz de inferir no que o outro está sentindo baseando-se apenas em seus sinais e atitudes, isto porque está atento ao outro de forma verdadeira. No trabalho, tal habilidade pode ser um diferencial na maneira

como a pessoa se relaciona com seus colegas, seus líderes e liderados. Não é de se admirar que pessoas empáticas podem se tornar líderes excepcionais. Ser um bom ouvinte é um excelente início para desenvolver esta habilidade. Seja flexível, pois mesmo quando você pensa que está com toda a razão, respeite a opinião do outro e as diferenças. Há sempre uma maneira afável de colocar seu ponto de vista.



# LIDERANÇA

No processo de Liderança, como já dissemos, ferramentas como empatia, escuta ativa, uma boa comunicação, estar aberto às mudanças, ter atitudes coerentes com seus discursos, são habilidades essenciais. O líder é a referência para a sua equipe e deve ter atitude, ser carismático, comprometido, ter competência para o papel.

Sabemos que nem todos se preparam para liderar pessoas ou terão tais oportunidades pela frente, mas ter conhecimentos de Liderança contribui para o nosso relacionamento com a

equipe e com o nosso líder. Além do que, sempre pode aparecer um projeto novo onde tenhamos que coordenar nosso grupo de trabalho, e aí você se vê como líder de forma inesperada.

**Estar aberto para um aprendizado contínuo, sempre buscando algo novo para aprender ou se requalificar é uma boa dica. Aliás, este incentivo para atualização contínua se aplica a todos, não apenas aos líderes. O conselho é ficar de olho nas novidades e aprender sempre.**



# RESILIÊNCIA

É um outro atributo muito citado quando falamos em Soft Skill. O termo vem da física e traz a ideia da capacidade de algumas pessoas que a despeito das dificuldades e percalços vividos, enfrentam a situação, balançam e depois voltam ao equilíbrio original. Há ainda conceitos que vão além disso e afirmam que a pessoa resiliente tem a capacidade de elevar seu nível em tais circunstâncias e saírem mais fortes destas experiências. Elas fazem um upgrade de si mesmas.

No trabalho, ser resiliente ajuda a encarar as mudanças sem stress, além disso, enfrentar as adversidades, encarando como oportunidades positivas de aprendizagem. Isto também faz parte da Inteligência Emocional.



# OUTRAS QUALIDADES

Automotivação, disciplina, comunicação, flexibilidade para mudanças, dar e receber feedbacks, também são requisitos de Soft Skill e trazem um diferencial para o profissional.

Lembrando, se você deseja aprender algo ou se dedicar a algum trabalho, mesmo que te falte o talento naquele assunto, coloque foco e persistência. O seu esforço trará resultados e você alcançará o talento gradativamente.

Encontrar no trabalho e nos estudos, o que nos atraem, nos leva a realizações

incríveis. Imagine trabalhar um dia inteiro e nem perceber as horas passarem. Abraçar projetos de trabalho como se fosse um objetivo pessoal. Portanto, invista em descobrir seus potenciais e propósitos, sem pressão ou medo de errar, depois disso a palavra trabalho terá um outro significado para você!

Para finalizar, nosso incentivo a você é buscar o seu Propósito. Descubra o que te agrada, o que você faz bem, o que faz com prazer, que assuntos te envolvem.



**QUER SABER UM POUCO MAIS SOBRE SOFT SKILL, VISITE A PLATAFORMA WORKOVER DE CURSOS ONLINE EM TI. LÁ VOCÊ ENCONTRARÁ A JORNADA DE SOFT SKILL COM MUITOS VÍDEOS SOBRE ESTE ASSUNTO. ALÉM DISSO, TAMBÉM ENCONTRARÁ VÁRIAS JORNADAS COM CURSOS TÉCNICOS QUE PODERÃO FAZER VOCÊ DECOLAR NA ÁREA DE TI.**



# Soft Skills



“

*Não deseje que as coisas sejam mais fáceis,  
deseje que você seja melhor ”*

**Jim Rohn**



**workover**  
Academy

[www.workover.com.br](http://www.workover.com.br)

**Inscreve-se** hoje mesmo e faça parte da maior plataforma de desenvolvimento pessoal. Cursos online e vagas de emprego em um só lugar.