

## 1. Soft Skills & Hard Skills

Nos dias de hoje as Soft Skills fazem grande parte da nossa carreira, na maioria das vezes somos contratados com base nas nossas Hard Skills, porém dentro do ambiente corporativo quem dita se vamos dar continuidade em cargos maiores são as Soft Skills.

Uma empresa poderia contratar uma pessoa que tem empatia e boa comunicação, trabalho em equipe e respeito e dar o ensinamento técnico necessário para ela depois, e isso seria menos trabalhoso que contratar alguém com conhecimento técnico elevado mas sem suas soft skills e respeito no ambiente corporativo.

Principais Soft Skills:

- Resiliência
- empatia
- boa comunicação
- inteligência emocional
- inteligência positiva

## 2. Valores Humanos

Valores morais é sua conduta e tratamento consigo mesmo e as pessoas ao seu redor, é a maneira que você entende o ser, baseado nas experiências e decisões que tomou ao longo da sua vida, tratar pessoas com respeito, não só as que fazem parte da sua rotina em si que estão de passagem e presentes no ambiente corporativo.

Isso é adquirido no dia a dia e é muito importante no seu trabalho, muitas vezes passamos horas em frente a uma máquina e esquecemos que em frente do outro monitor existe uma pessoa que está dando seu máximo.

**Quadro 1: Valores Humanos/morais mais importantes.**

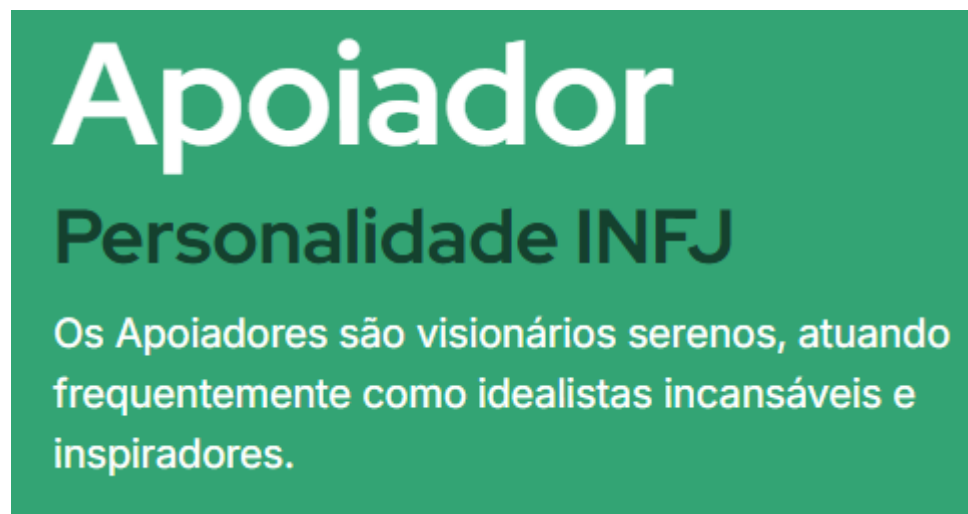
Honestidade	Tolerância	Liberdade	Compaixão
Igualdade	Compreensão	Disciplina	Paciência
Prudência	Gratidão	Abnegação	Respeito
Responsabilidade	Lealdade	Harmonia	Ambição
Altruísmo	Confiança	Coragem	Valentia
Modéstia	Perseverança	Solidariedade	Vontade
Autocontrole	Superação	Laboriosidade	Magnanimidade
Objetividade	Pontualidade	Aprendizagem	Fidelidade
Generosidade	Honra	Sinceridade	Força
Discernimento	Empatia	Cortesia	Colaboração

### 3. Autoconhecimento

Entender a forma que nós aprendemos, nos dias de hoje com tanta informação e métodos diferentes, podemos ser criativos e entendermos a nós mesmos.

Com tanta informação chegando a tanto momento é preciso de um tempo para se entender e estar presente no agora, se afastar das telas e deixar seu cérebro descansar, o uso de técnicas meditativas facilita esse processo e ajuda na rotina e se faz essencial.

- Mindful break & Mindfulness



faça seu teste de personalidade também:

<https://www.16personalities.com/br/teste-de-personalidade>

### 4. Learning 3.0

A internet mudou o mundo, sendo assim mudou a maneira e velocidade que aprendemos, os métodos que usamos para aprender anos atrás passaram a ser um “sistema legado”.

Com tantas informações novas chegando a todo momento, não podemos apenas nos agarrar aos estudos da faculdade, as coisas que irei aprender nesse semestre servirão de base para algo que precisa ser constantemente atualizado, com a prática do trabalho, cursos, compartilhamento e comunicação.

Estudo Realizado por: Rafael Marcucci Benfatti. 7 de agosto de 2024.

Baseado nas aulas das Professoras:

- **Elisa Sola.** Soft Skills & Autoconhecimento.
- **Andrea Volante Costa.** Learning 3.0.
- **Bruna Bilecki.** Valores Humanos.
- **Renata C. Nieto.** Valores Humanos.