



## HABILIDADES QUE TE HARAN EL MEJOR

La flexibilidad y temporalidad que caracterizan hoy en día al mercado laboral, con serias dificultades ya no sólo para crear empleo, sino para conservar el existente, obliga a los trabajadores a reciclarse y aportar un valor añadido para conservar su puesto. Ante un ERE o una reducción de plantilla, las empresas deben elegir a quien despedir y a quien no, y lo hacen no sólo en función de los conocimientos y habilidades del empleado, sino también en base a otra serie de competencias más transversales, como es su capacidad comunicativa, de liderazgo, su networking o su identificación con la identidad corporativa. Es decir, de las denominadas habilidades “blandas”, que tienen tanto o más peso que las “duras” y son determinantes cuando hay igualdad de competencias con otros trabajadores.

Para desarrollar las habilidades “blandas” y ganar puntos para mantenerse en un puesto de trabajo, la directora adjunta de Aol Jobs Mariya Pylayev ofrece una serie de consejos que podrían resumirse, a modo de decálogo, en estas claves.

### **1. Aprende a aceptar las críticas**

La mejor forma de evitar las críticas es escucharlas, reflexionar sobre ellas e introducir los cambios necesarios para que no se vuelvan a repetir. El día a día laboral debe ser un aprendizaje continuo, por lo que es normal cometer errores, e incluso positivo si estos nos ayudan a evolucionar y a aprender. En ocasiones puede ser que no compartamos el reproche de un superior, pero con razón o sin ella, no queda más remedio que resignarnos y mostrarnos proactivos, aplicando la máxima de que ‘el jefe siempre tiene la razón’.

La peor actitud en estos casos, apunta la experta en temas laborales, es ponerse a la defensiva. Por una parte, nos impedirá aprender del error, mientras que por otra se generará una discusión innecesaria, en la mayoría de ocasiones, que aún llevando razón, estamos abocados a perder, pues la última palabra no suele ser la del trabajador.

## **2. Flexibilidad y adaptación**

Hay que mostrarse siempre proactivos y resolutivos para no cargar a los superiores de más trabajo

Los nuevos parámetros del mercado laboral y la velocidad con la que se están introduciendo cambios, desde los tecnológicos hasta los legislativos, nos obligan a estar siempre actualizados, atentos a las nuevas demandas y necesidades. El aprendizaje debe ser constante y, en palabras de Pylayev, “debemos estar fijándonos siempre en lo que ocurre en la carretera para cambiar de marcha cuando el momento lo requiera”. Si predomina esta actitud, añade, tendremos la suficiente confianza y capacidad para enfrentarnos a nuevos retos que en un principio nos parecían imposibles”. Querer es poder.

## **3. Capacidad resolutiva**

Lo último que espera un jefe de sus trabajadores es que creen problemas. Si surge alguno, lo más recomendable es presentarlo con una batería de propuestas para solucionarlo. Hay que mostrarse siempre proactivos y resolutivos para no cargar a los superiores de más trabajo, que es lo que se espera y se valora de un buen empleado.

## **4. Motivación y confianza**

Para avanzar y alcanzar los objetivos laborales es imprescindible contar con una buena dosis de confianza en nosotros mismos. Si nosotros no creemos en lo que hacemos, en nuestras capacidades, difícilmente lo van a hacer los demás. El primer paso para alcanzar las metas es visualizarlas, mentalizarnos de que somos capaces de llegar a ellas y esforzarnos día a día.

## **5. No perder de vista los valores éticos**

La selva en la que se han convertido algunos centros de trabajo está haciendo que se descuiden los principios morales más básicos. La ultra competitividad se está imponiendo por encima de la colaboración, lo que puede llevarnos a descuidar los valores éticos. En muchas ocasiones, este ambiente hace que los trabajadores se olviden de que trabajan para una misma empresa, de que tienen unos objetivos comunes y de que son compañeros, en lugar de enemigos. Esta transformación está haciendo que, cada vez más, los responsables de recursos humanos se fijen

y valoren los principios morales de los candidatos a la hora de contratarlos, según asegura la directora adjunta de Aol Jobs.

## **6. Saber trabajar bajo presión**

Como afirmaba el escritor Robert Louis Stevenson, “la vida no es una cuestión de tener buenas cartas, sino de saber jugar bien una mala mano”. Muchas veces nos vemos obligados a trabajar con el tiempo en contra y otras trabas que dificultan nuestra labor. Por eso, acostumbrese a manejar la presión, controlando las situaciones de estrés y manteniendo la calma, nos ayudará a salir delante de la mejor forma posible y ganar puntos en nuestra carrera profesional. Lograr cumplir los plazos asignados es hoy en día una de las cuestiones más valoradas por los empleadores.

## **7. Trabajar en equipo**

La ultra competitividad se está imponiendo por encima de la colaboración, lo que puede llevarnos a descuidar los valores éticos

La colaboración y la coordinación con el resto de compañeros son requisitos cada vez más importantes cuando desempeñamos tareas en grupo. La complejidad de muchos trabajos obliga a realizarlos en equipo, para lo que es necesario saber asumir responsabilidades, cumplir lo mejor posible con las exigencias y tener ciertas dotes de liderazgo. Para la responsable de Aol Jobs, el trabajo en equipo es como una orquesta: un solo músico puede arruinar el trabajo del resto de compañeros, por lo que hay que prestar atención y dar todo de sí para que salga bien”.

## **8. Planificación**

La gestión del tiempo es imprescindible para cumplir con las tareas, al menos con las más importantes, sabiendo discernir entre lo accesorio y lo urgente o prioritario. Para ello, es necesario contar con una buena capacidad de planificación, disciplina, constancia y conciencia de hasta dónde pueden llegar nuestras capacidades para no cargarnos con demasiadas tareas que luego se queden en el tintero.

## **9. Habilidades comunicativas**

El poder del lenguaje suele subestimarse en los centros de trabajo, pero la habilidad de relacionarse y mantener una comunicación fluida tanto transversal como de abajo hacia arriba es esencial para el correcto desempeño en un puesto de trabajo. Para la directora adjunta de Aol Jobs este es otro de los activos que más se están perdiendo entre los trabajadores, sobre todo entre los jóvenes, por lo que cada vez se valoran más.

## 10. Positivismo

El optimismo es una actitud que facilita el trabajo, ya no sólo de uno, sino del resto de compañeros. Mirar el vaso medio lleno, en lugar de medio vacío, no sólo hace que el trabajo sea más agradable, sino también menos estresante e incluso relajado. Además, diversos estudios han demostrado que mantener una actitud positiva aumenta la productividad al generar un buen ambiente de trabajo.