

Formação - Anexo 1

Proatividade - Definição importância.

A proatividade é uma característica ou comportamento de um indivíduo que se esforça para que algo aconteça. Esse atributo foca como base o comprometimento e modificação de forma responsável as situações a sua volta. Dessa maneira, o indivíduo consegue antecipar possíveis problemas e consequências e trabalhar para contorná-los, além de ser capaz de definir meios para solucionar as circunstâncias identificadas. Indivíduos proativos não trazem benefícios apenas à eles, mas também às pessoas a sua volta e ao ambiente em que estão, pois eles influenciam comportamentos, proporcionam harmonia e direcionam caminhos. Muitos consideram isso como uma virtude que pode ser usada tanto na vida pessoal quanto na profissional.

Um **comportamento proativo** está relacionado ao ato de evitar ou resolver um provável problema mesmo que ele aconteça. Os indivíduos proativos acreditam que podem sempre encontrar alternativas para uma situação difícil e promover mudanças. Por isso, são mais produtivos e assertivos. Esses profissionais também são criativos, praticam a inovação e se arriscam mais. Outra característica dos profissionais proativos é a automotivação e a positividade. Acreditam em sua capacidade de fazer as coisas acontecerem e não desistem facilmente.

Um **comportamento reativo**, ao contrário do proativo, é o ato de reagir após um acontecimento, após uma ação, é ter uma reação. O oposto da proatividade, não possui uma qualidade positiva, pois indica alguém que não se preocupa com os problemas ou que deixa as situações sem resolução. Muitas vezes ele pode ser omissivo e só agir se tiver permissão de alguém para cumprir alguma tarefa. Os profissionais reativos são dependentes e praticam a autosabotagem.

Há também o **comportamento ativo**, onde estes são capazes de ter a iniciativa e não esperar por outros e sabem como agir perante uma situação. De certo modo, um profissional assim consegue ter um desempenho razoável na sua rotina de trabalho, mesmo não sendo o ideal. Porém, caso ele queira evoluir, terá mais facilidade para alcançar a proatividade.

Formação - Anexo 2

Melhorar e desenvolver produtividade.

Qualquer profissional pode sair da sua zona de conforto e trocar a postura reativa para proativa.

Veja a seguir sete dicas para promover mudanças de hábitos e se tornar uma pessoa mais eficaz na carreira e vida pessoal. Confira:

1- Seja responsável Se organize para cumprir suas tarefas dentro dos prazos recebidos. Faça uma avaliação do que é mais urgente e o que pode esperar. Tente descobrir formas mais eficientes de executar seu trabalho. Não adie tarefas. Se possível, converse com seu gestor e peça opinião de como pode melhorar a cada dia.

2- Mais foco na solução do que no problema Em vez de ficar focado apenas no problema e reclamando, concentre-se na busca de uma solução para resolvê-lo. Busque históricos e tente achar alternativas para corrigir a situação.

3- Controle suas emoções Invista em seu autoconhecimento para controlar emoções negativas em situações de crise. As pessoas mais calmas se comunicam melhor e conseguem transmitir suas ideias em momentos de estresse.

4- Cultive o otimismo Não se precipite e diga que algo é impossível ou que não está capacitado para tal. Levante o máximo de informações para saber todas as possibilidades de atendimento de uma determinada demanda. Seja mais positivo e acredite em suas capacidades.

5- Acompanhe as tendências Mantenha-se informado e em linha com as últimas tendências do setor em que atua. Participe de eventos e de outras atividades relacionadas ao seu setor. Quanto mais informação você tiver, mais fácil ficará para inovar, criar, trazer ideias e ser mais assertivo com produtividade.

6- Desenvolva novas habilidades Seja um visionário e continue aprimorando seus conhecimentos. Verifique se não é a hora de voltar a estudar para adquirir novas habilidades para ganhar mais performance nas suas atividades.

7- Não seja puxa-saco Muitos ainda confundem a proatividade com puxa saquismo. Tome iniciativas e busque soluções no seu ambiente de trabalho sem ficar bajulando seu chefe. Ele e seus pares vão descobrir suas intenções e saber que suas iniciativas visam interesses, como uma promoção, por exemplo. Seja proativo com profissionalismo.