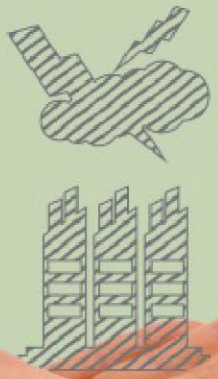
POCKETBOOK ELLEVEN

11 COMPETÊNCIAS COMPORTAMENTAIS

para os Momentos de Crise Econômica



ELLEVEN

11 COMPETÊNCIAS COMPORTAMENTAIS

para os Momentos de Crise Econômica

Somos frequentemente desafiados a desenvolver habilidades que nos projetem para os bons resultados. Habilidades que aliadas a Conhecimentos e Atitudes, formam o conceito de Competência amplamente difundido no meio corporativo para direcionamento nas políticas de Gestão de Pessoas.

Para as relações profissionais e pessoais que temos em nossas vidas, desenvolver competências em nosso comportamento se torna ainda mais fundamental. Quem não consegue observar e agir para se conectar com outras pessoas, frequentemente enfrenta dificuldades em atingir seus objetivos.

Em momento de crise econômica, de recessão como a que vivemos no Brasil atualmente, tudo fica mais escasso. As empresas, por exemplo, enxugam seus quadros de funcionários, diminuem investimentos e escolhem, em prol de manter em seu orçamento, atividades que garantam suas operações mais básicas. Não é diferente da nossa vida doméstica e pessoal, concordam?

Como, então, aproveitar os momentos mais críticos como fonte de aprendizado? Será que nos desenvolvemos tanto em momentos em que tudo é oferecido em abundância? Geralmente não. São as crises que trazem a necessidade. E a necessidade nos movimenta.

Para refletir e treinar, separamos 11 Competências Comportamentais que podem ser desenvolvidas em momentos de crise. Acompanhe:

1ª Competência
Habilidade em lidar com pessoas diferentes

Pessoas diferentes de nós certamente viveram experiências e as processaram de maneiras muito particulares e, disso, nascem os valores, as opiniões e os objetivos também diferentes.

Numa equipe de trabalho, por exemplo, ou em uma família, como lidar com tantas formas de enxergar e agir no mundo, sem criar conflitos e desentendimentos a todo momento?

A primeira coisa a se fazer é ganhar alguma compreensão sobre o funcionamento básico do comportamento humano. Sabia que existem vários perfis diferentes, que pensam, agem e se organizam de maneiras completamente diferentes? Todos os perfis podem se complementar e gerar força a partir das diferenças.

Exercite fazer acordos! Combinar uma agenda de evento familiar, negociar aspectos fundamentais no ambiente de trabalho, convidar pessoas para compor um time de projeto ou até mesmo estudar um assunto novo ao seu escopo de conhecimento. Tudo isso gera esforço para que desenvolvamos a habilidade de lidar com pessoas diferentes.

2ª competência

Trabalho em Equipe

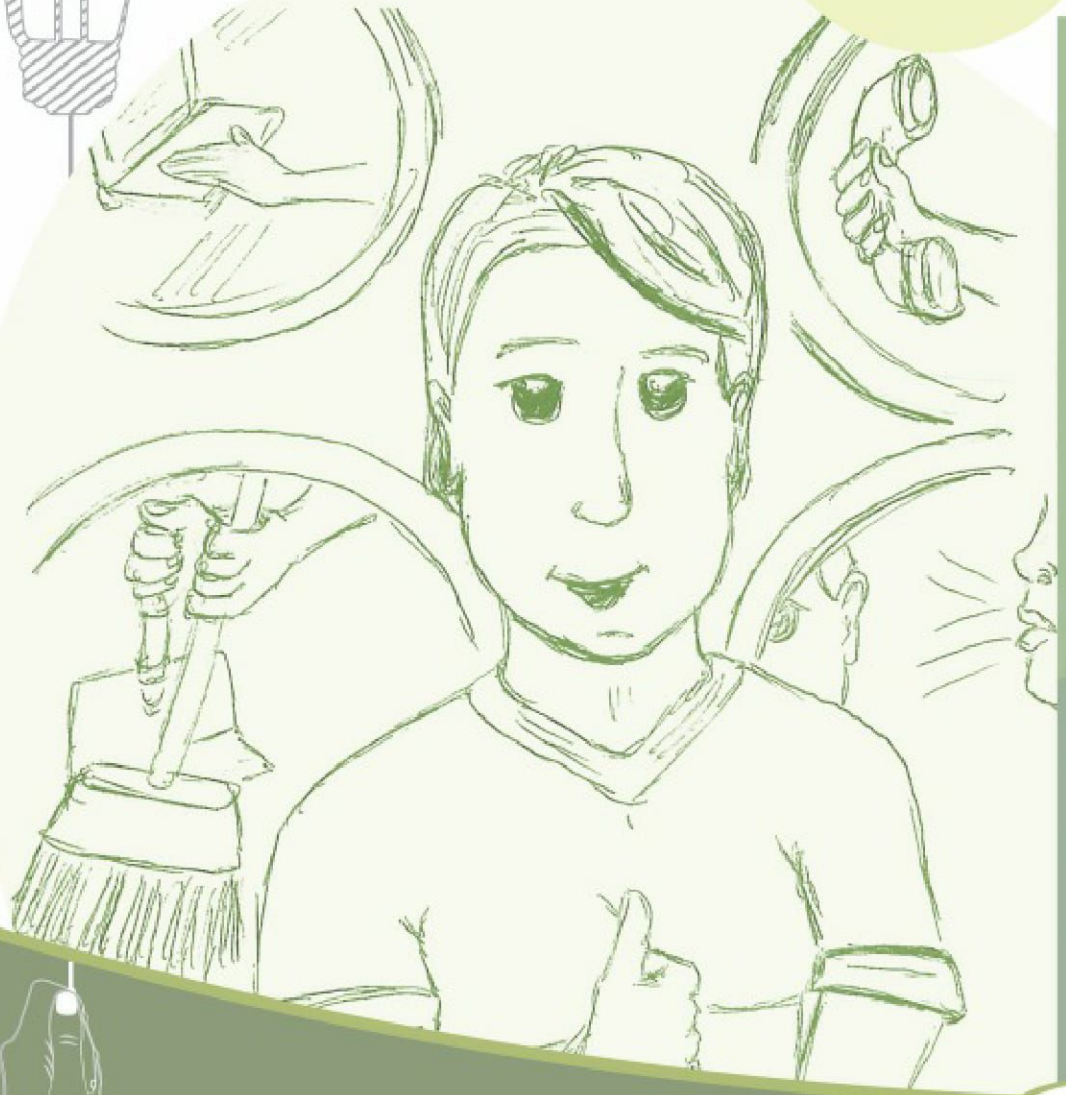
Contar com outras pessoas para realizar suas atividades e metas. Já pensou em como as coisas ficam mais possíveis quando conseguimos firmar parcerias? A habilidade de trabalhar em equipe ultrapassa os escritórios. Está no Empreendedorismo, nos profissionais liberais, na vida dos estudantes, nas relações de amizade.

Relações que tenham o formato ganha-ganha, que ofereçam aquilo que, de fato, ajuda o outro a executar suas atividades e a enriquecer as próprias experiências é a prática dessa competência.

Quais são os conhecimentos que possuímos e que podem servir para um colega que está num determinado projeto? Que experiência já vivemos e aprendemos suas lições e que podem fazer um amigo a errar menos nas escolhas?

Complementariedade é a palavra do trabalho em equipe. É entender que não somos bons em tudo, mas que somos bons em muita coisa. É colocar à disposição efetiva o que sabemos fazer para que aqueles que trabalham conosco – formal ou informalmente – possam ganhar tempo em suas realizações.

3ª competência Flexibilidade/Comunicação



Uma das pressuposições mais importantes da PNL é "em qualquer sistema, o elemento com mais flexibilidade o influenciará." Compondo essa dica, temos a COMUNICAÇÃO, que pode ser INTRAPESSOAL e INTERPESSOAL.

Muito bem. Tendo esses dois aspectos claros, o que importa dizer sobre flexibilidade e comunicação é: quanto mais flexível você for para compreender seu mundo e o mundo do outro, mais influente você será.

É uma equação simples e de aplicação atenta. Você conhece seu próprio modelo de mundo? Tem clareza daquilo em que acredita? Sabe como é visto e sentido pelas pessoas com quem convive? Esse é o primeiro passo a ser dado para se tornar sênior em comunicação. A partir disso, é fundamental que compreenda o modelo de mundo das outras pessoas com quem se relaciona. A compreensão gera proximidade e reais possibilidades de negociar suas necessidades e objetivos com o objetivo de conseguir atende-las.

Corroborando com isso temos o ditado "o preço da liberdade é a eterna vigilância." Preste atenção em você, em como sua comunicação toca o outro. Seu corpo concorda com aquilo que diz? Pois 55% de nossa comunicação é linguagem corporal, 38% é tom da voz que usamos e apenas 7% são as palavras em si. Que tal flexibilizar-se, atentar-se ao modelo de mundo dos outros e, assim, ser efetivo naquilo que quer e precisa? Exercite!

4ª competência — Planejamento de metas e objetivos

Metas, sonhos, objetivos. Para serem atingidos, conquistados, alcançados. Todos nós desejamos muitas coisas. Aumentamos consideravelmente a chance de chegarmos lá quando lidamos de uma forma mais prática com nossos sonhos.

Por exemplo: você escreve suas metas? Tem elas num papel ou algo que a deixe sempre visível? Pois é. Isso faz uma grande diferença, pois mobilizamos recursos para atende-la quando a temos sempre inserida na nossa realidade.

Outra dica aqui é: é uma meta/sonho/objetivo ecológico? Ou seja, é algo que afetará positivamente todas as outras áreas da sua vida? Podemos ter algumas metas que impactarão negativamente outras áreas, mas podemos decidir que isso é importante para aquela decisão. Basta saber conscientemente o que é realmente necessário e o que pode ser melhor negociado.

Ah! Lembre-se: planejar metas e objetivos pode mostrar o tamanho de cada um deles e se é possível alcançar com os recursos que se tem hoje e, se não os tiver todos, quanto tempo demorará para isso. Ter o tamanho correto do desejo X o que precisa para ser alcançado faz grande parte do seu sucesso. Atente-se!

5ª competência Liderança

Líder está muito longe de ser aquele que tem uma posição formal de liderança. Transformou-se em uma competência multifuncional, algo que se lança mão em micro e macro projetos dentro das empresas, nos empreendimentos e nas carreiras autônomas.

Define os autores da Liderança Situacional, Hersey e Blanchard, que "liderança é uma tentativa de influenciar o outro". E só se faz isso colocando-se em seu lugar, compreendendo suas motivações e facilitando o aprendizado para aquilo que o meio e a pessoa precisam.

Portanto, pense: quem poderia influenciar positivamente em momentos de crise? A resposta poderia ser: quem melhor direcionar esforços para compreender o outro e assim o influenciar na direção de objetivos.

Treine essa competência comportamental nos pequenos e nos grandes objetivos, em casa ou no trabalho, pela sua influência direcionada a realização, ao FAZER, apoiando a todos que o cercam eliminando generalizações, como por exemplo: todo o Mercado está ruim! Será?

6ª competência Proatividade

"Nem toda iniciativa deve ser incentivada, nem todo conhecimento é útil" – nos pontua o historiador Leandro Karnal. A competência comportamental de Proatividade é bastante efetiva em torno daquilo que é necessário e também como forma de estimular criatividade para resolução de problemas com impacto ecológico nas pessoas e no meio em que a vida acontece.

A dica é tomar a frente com suas ideias e habilidades sempre que puder contribuir ou sempre que precisar aprender algo. A boa proatividade é estar à disposição para o novo, pela importância que isso representa. Pense: no que, em seu trabalho ou família, é fundamental, em momentos de crise especialmente, que seja realizado? Você está disposto a ajudar naquilo que observa?

7ª competência Ações importantes X Urgentes

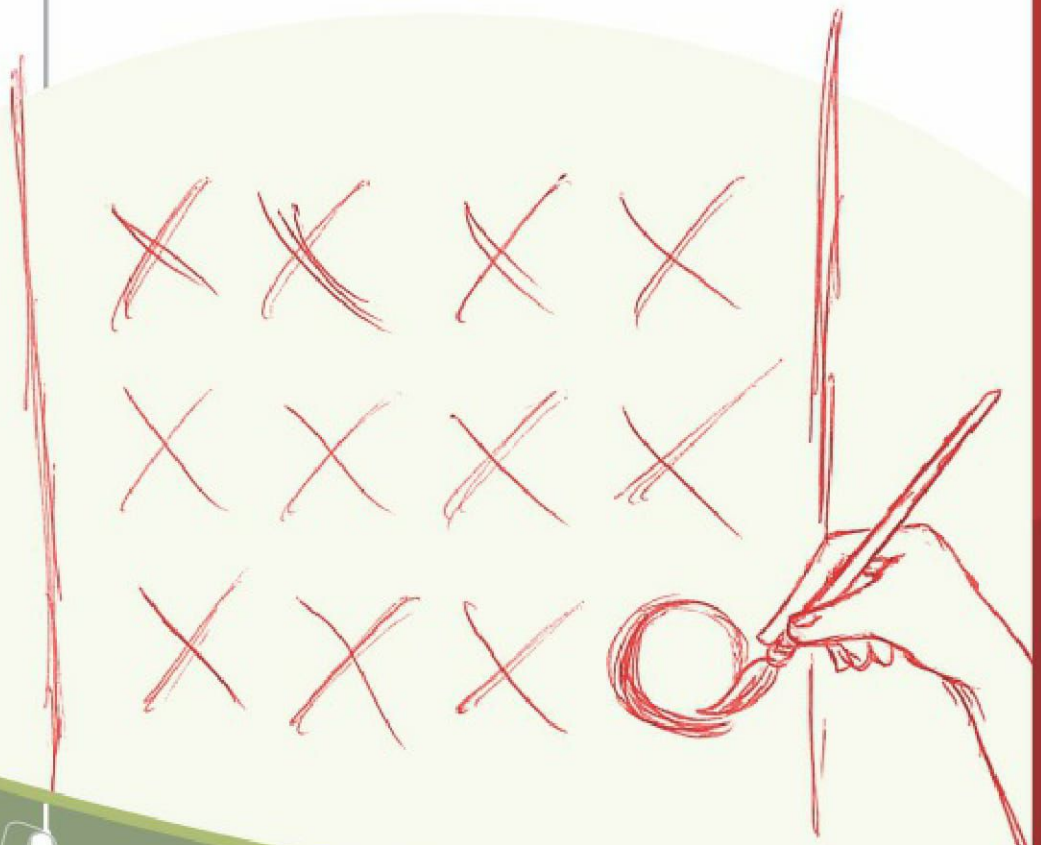
O que é realmente importante para você? O que, de fato, faz parte das ações fundamentais? Quais as pessoas que lhe são caras o suficiente para que se ocupe primeiro delas? Quais os objetivos que merecem estar no topo da lista, pois com eles são arrastados tantos outros?

Compreender o que é importante facilita a vida para que não vire uma lista interminável de urgências. É bastante comum observarmos isso: as urgências já foram importâncias desprezadas.

O cuidado e a atenção compõem essa competência comportamental. Se uma análise for feita de maneira bastante racional, poderemos compreender que são poucas as urgências, os eventos e atividades inesperadas, os acidentes de percurso.

As perguntas para essa reflexão podem ser as citadas acima. Perceba: suas ações estão ressonantes com as respostas?

8ª competência Paradigmas Pessoais

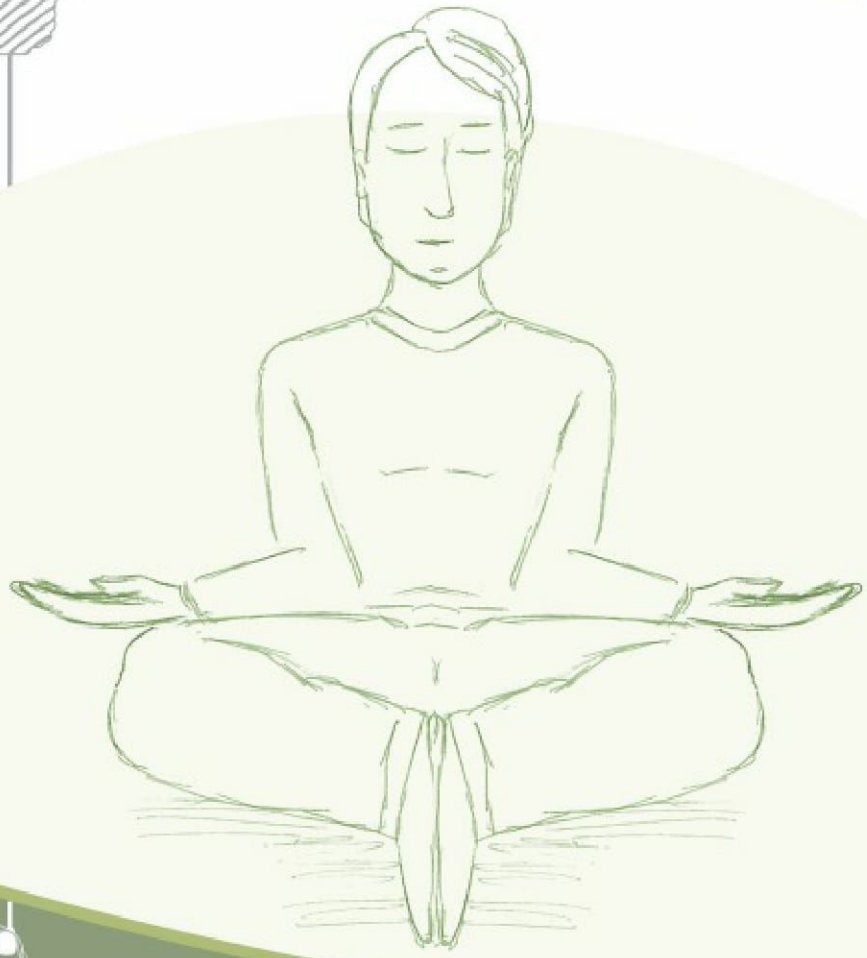


Temos nossos hábitos, por muito tempo alimentados e sedimentados em nossa estrutura de personalidade. O hábito é fruto de muita repetição que gerou uma determinada crença ou preferência. Em momentos de crise econômica, especificamente, nossos hábitos e, portanto, paradigmas são colocados à prova e, com frequência, são desafiados pelas novas contingências que se apresentam.

Podemos pensar que a competência sobre de que já falamos, a flexibilidade, é a chave para essa competência. Além de flexibilidade, há outro aspecto relevante na mudança de paradigmas pessoais: coragem. Observar novos cenários, novas necessidades que se apresentam, lidar com situações diferentes daquelas que acontecem em momentos de maior estabilidade exige mais do flexibilidade. Exige enfrentamento, aceitação real de desafios.

Uma boa dica para desenvolver essa competência comportamental é uma afirmação bastante simples e muito efetiva: nada é óbvio. Essa sentença direciona nosso sistema de crença para uma abertura ao questionamento. Será que é somente de uma maneira que as coisas podem ser realizadas?

9ª competência Equilíbrio Emocional

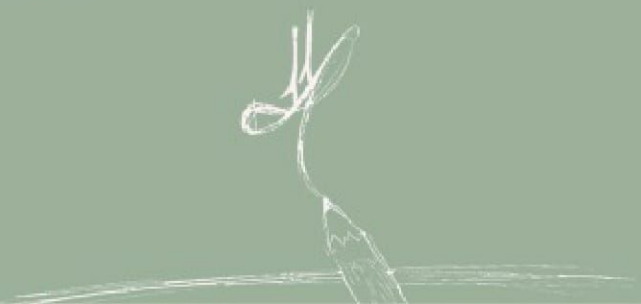


Controlamos nossas emoções? A resposta é: não. Podemos controlar nossa reação diante das emoções. Então, do que se trata quando falamos em equilíbrio emocional?

Trata-se do aumento do saber sobre nós mesmos. Saber como e o que faz nos sentirmos como nos sentimos nas mais diversas circunstâncias. Dominar as reações significa saber mais sobre os motivos que nos levam às determinadas emoções para que possamos nos beneficiar de cada emoção, até mesmo daquelas que julgamos ruins.

A raiva é extremamente útil se bem canalizada e direcionada a objetivos de transformação. A tristeza pode ser uma pausa necessária para reflexões. O medo pode nos proteger de perigos. O amor e a alegria, nos impulsiona, nos renova as esperanças e podem ser os grandes suportes em momentos difíceis.

Equilíbrio emocional é estar no controle e não apenas ser controlado por aquilo que nos acomete. É se perguntar: para que essa emoção é útil?



10ª Competência
Autoconfiança

Como fazemos na telefonia celular pré-paga, é como fazem as pessoas com autoconfiança: colocam créditos. Autoconfiança é colocar créditos nos aspectos individuais que são fortes, consolidados e que já nos trouxeram bons frutos ao longo da vida.

Todos temos zonas cinzentas, pontos de dúvidas sobre nossas capacidades e até mesmo sobre nossa personalidade. Autoconfiança não significa confiar cegamente em si mesmo. Significa poder contar com a zona clara em nós, com os aspectos frutíferos.

Em situações de crise, isso se transforma em diferencial, pois são recursos comportamentais de que se pode lançar mão a qualquer momento para a melhor utilização e aplicação.

Pense: quais são os aspectos que compõem a sua zona clara?

11ª Competência
Entender e alterar padrões emocionais e comportamentais

Segundo a PNL, somos programados e programáveis. Nosso cérebro o é! Funcionamos com base nessas programações, muitas delas já em nível inconsciente sem que possamos controlar e que definem muitas das nossas ações e reações.

Entender quais são esses padrões, como funcionam, a serviço de que existem e qual é a intenção positiva por trás deles nos dá a possibilidade de altera-los de acordo com os resultados que queremos atingir.

Comportamentos que não são úteis e que "rodam" como se tivessem vida própria, insubordinados ao nosso controle consciente, podem ser fortalecedores ou limitantes. Em momentos críticos, que pedem novas posturas e atitudes, é fundamental questionar esses padrões, compreende-los para então altera-los. Muitas vezes, só com o ato de refletir sobre como funcionamos comportamentalmente já nos dá certa vantagem.

Dica para desenvolver essa competência: faça um planejamento comportamental, começando por momentos bem definidos, como reuniões importantes, novos acordos ou até mesmo naquela conversa com alguém próximo. Planejar o próprio comportamento partindo de uma nova compreensão sobre como funcionamos traz boas vantagens em momentos de crise.

ELLEVEN

TREINAMENTO E DESENVOLVIMENTO HUMANO

Material produzido pela Equipe Editorial Elleven.

Conheça-nos:

www.ellevendh.com.br

(11) 2626.0211 | (12) 3302.0111

Gostou? Compartilhe. |