



POR JACKELINE LEAL

Psicóloga clínica, coach de carreira e consultora em Desenvolvimento Humano e Organizacional.
E-mail: contato@jackelineleal.com.br



PÓS-PANDEMIA: COMO SE PREPARAR PARA O “NOVO NORMAL”?

As incertezas trazidas pela pandemia têm sido motivo de reflexões constantes para todos que, direta ou indiretamente, seguem sendo atravessados por ela. Empregados e empregadores têm lidado com a complexidade de um cenário que é impactado a cada segundo pela instabilidade que assola além da economia, a saúde física e mental de todos nós.

Lidar com tantos desafios ao mesmo tempo cria uma realidade sem precedentes que exige de todos uma alta capacidade de adaptação, flexibilidade para lidar com as incertezas e, mais ainda, criatividade para reinventar as nossas carreiras e negócios para que seja possível nos adaptar ao que já está sendo chamado de o “novo normal”.

A partir dessa constatação, abordaremos neste texto como acelerar a nossa curva de aprendizagem dentro de um processo que envolve a aceitação da realidade em que estamos imersos, para que seja possível lidar de forma estratégica com as mudanças em nossas vidas, profissões e negócios.

Em tempos de incerteza, é preciso ir além do conhecimento técnico em qualquer que seja a sua posição. Empregado ou empregador, as **Hardskills (conhecimento técnico)** são, sim, muito desejadas e esperadas no momento em que contratamos um serviço, um profissional ou compramos um produto, mas não garante que nenhuma dessas relações ganhe solidez e se perpetue.

Quando falamos de sustentabilidade nas relações profissionais é preciso ir além dessa busca mais técnica, das Hardskills. Falamos da necessidade de desenvolvermos as **Softskills (comportamentais e de relacionamento)**, principalmente em momentos em que as emoções interferem diretamente na entrega.

O mundo precisa agora de profissionais e mercados que tenham habilidade de sair do padrão de rigidez e medo do novo para um cenário de alta performance que só pode ser alcançado quando a nossa Inteligência Emocional e habilidades de relacionamento se encontram bem resolvidas. Também conhecidas como habilidades comportamentais ou de relacionamen-



to, as Softskills são aquelas competências que falam sobre a maturidade das relações que experienciamos, seja empregado x empregador, seja mercado x empresa.

E foi pensando em uma forma de contribuir para a potencialização dos resultados neste momento de crise que compilei cinco pontos que considero essenciais de serem cuidados neste momento de retomada da economia:

Expansão da consciência sobre realidade: é preciso ter clareza sobre o desafio em que vivemos e é ainda mais necessário compreender que os efeitos não são apenas econômicos. Temos pessoas em sofrimento emocional, e aceitar que o processo de retomada pode ser mais lento do que o esperado e envolve mais cuidado com quem coloca a mão na massa, é fundamental. Essa consciência tem o propósito de expandir a mente e possibilitar novas formas de agir;

Autoconhecimento: base para qualquer tipo de transformação, seja ela pessoal ou profissional, pessoa ou empresa, é via maior consciência sobre si mesmo que identificamos talentos e oportunidades de melhorias, possibilitando assim um redesenho que inclui situação atual e situação desejada. Em tempos de crise, acreditar que não é preciso mudar nada e manter as coisas como estão é um ato de coragem, para não dizer insano;

Autogestão: conhecida como a capacidade que temos de gerir nossas emoções, falamos aqui também sobre Inteligência Emocional. Estar aberto para o novo e ainda perceber a forma como você se comunica, se relaciona com as pessoas, supera obstáculos, trabalha em equipe, lidera projetos e lida com frustrações, reduz a chance de que o pessimismo tome conta e que você siga em frente com maior clareza até mesmo de propósi-

tos. Para desenvolver este item, empresas buscam consultorias e desenvolvem pessoas; pessoas buscam ajuda quando precisam, via Psicoterapia e processos de Coaching;

Relacionamento Interpessoal: os relacionamentos são a base dos nossos negócios e da nossa vida. Saber como comunicar nossas ideias e vender o nosso trabalho garantem que sejam construídos bons relacionamentos; além disso, expandir a nossa rede de networking, trabalhar bem em time e ainda saber lidar com conflitos fazem parte de qualquer relacionamento que esteja sendo construído para durar; e

Empatia: por fim, mas não menos importante, falar sobre empatia é de fato dar para você, leitor, o famoso “pulo do gato”. Empatia não é para qualquer um, porém, qualquer um pode desenvolvê-la. Ser empático é diferente de ser simpático, bonzinho ou ainda acreditar que você vai impedir que o outro sofra dor ou consequências por seus atos. Empatia é escuta honesta e ativa, é um espaço seguro onde as pessoas podem falar livremente sobre como se sentem sem medo de represálias. No espaço de trabalho é fornecer um ambiente que proporcione segurança psicológica. É escuta sem julgamento, pois você sabe que a dor do outro não foge muito da sua própria dor. Empatia é também acolhimento.

Finalmente, lembre-se que, para se diferenciar no mercado e desenvolver habilidades de liderança, é preciso ter consciência de que empresas são feitas por pessoas, e pessoas precisam se sentir engajadas para darem o seu melhor e se você não consegue olhar as necessidades delas por um olhar empático, dificilmente irá conseguir segurá-las.

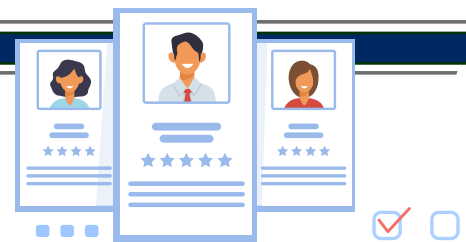
Pensem nisso e vamos juntos recomeçar! ■

OFERTA DE PROFISSIONAIS

Sandro Paulo Marques de Nobrega

Formação Acadêmica: Graduação em Engenharia Civil pela Universidade Estadual de Londrina.

Áreas de interesse: Engenharia; Manutenção; Utilidades.



VAGAS

Empresa: MELHORAMENTOS FLORESTAL LTDA

Vaga oferecida: REPRESENTANTE COMERCIAL

Para entrar em contato com os profissionais ou verificar as vagas publicadas nesta página, acesse: www.abtcp.org.br/associados/associados/curriculos-e-vagas

IMPORTANTE: Associados ABTCP – empresas e profissionais – podem divulgar currículos e vagas nesta coluna! Para conhecer as condições de publicação do seu perfil ou vaga da sua empresa, envie e-mail para relacionamento@abtcp.org.br