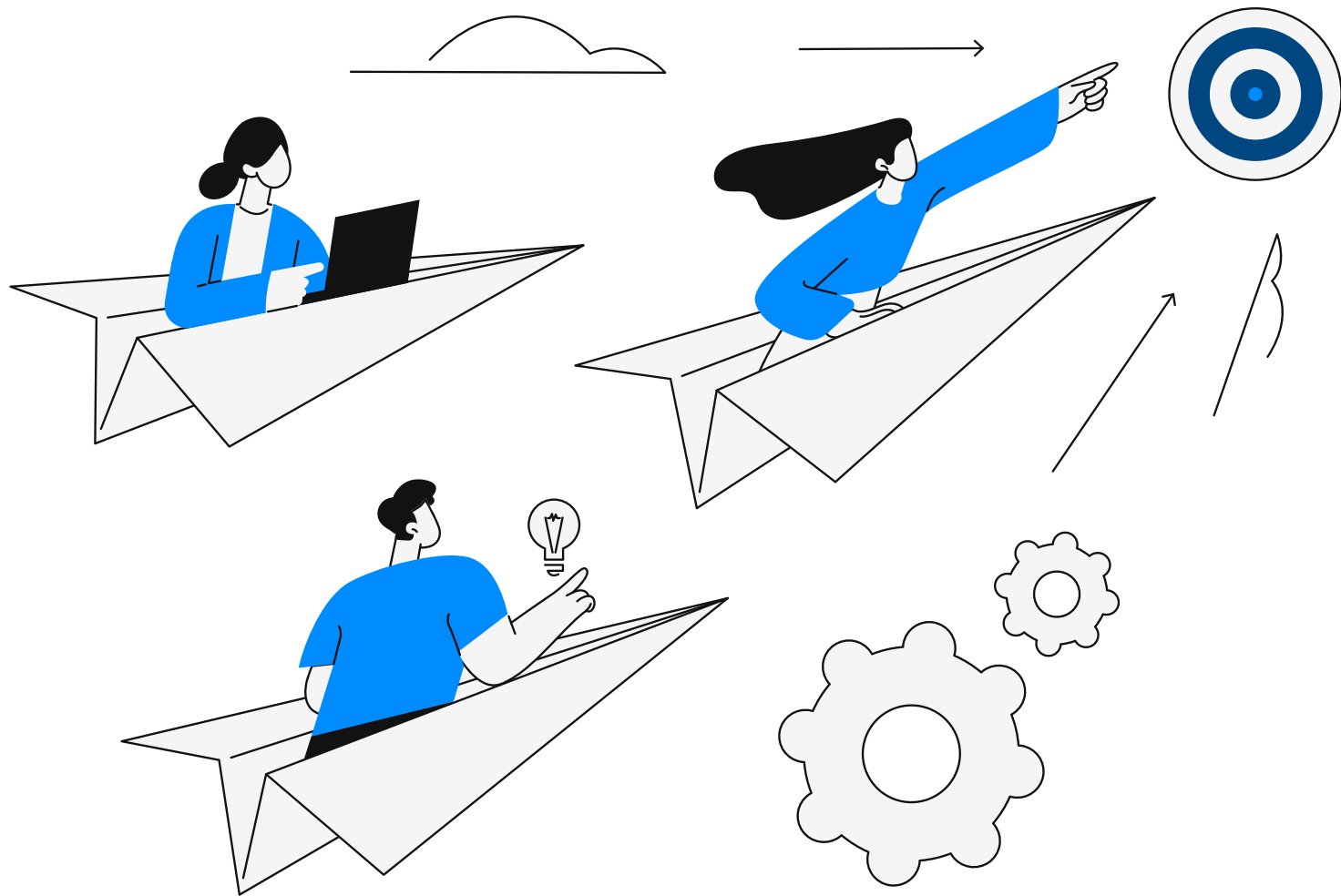


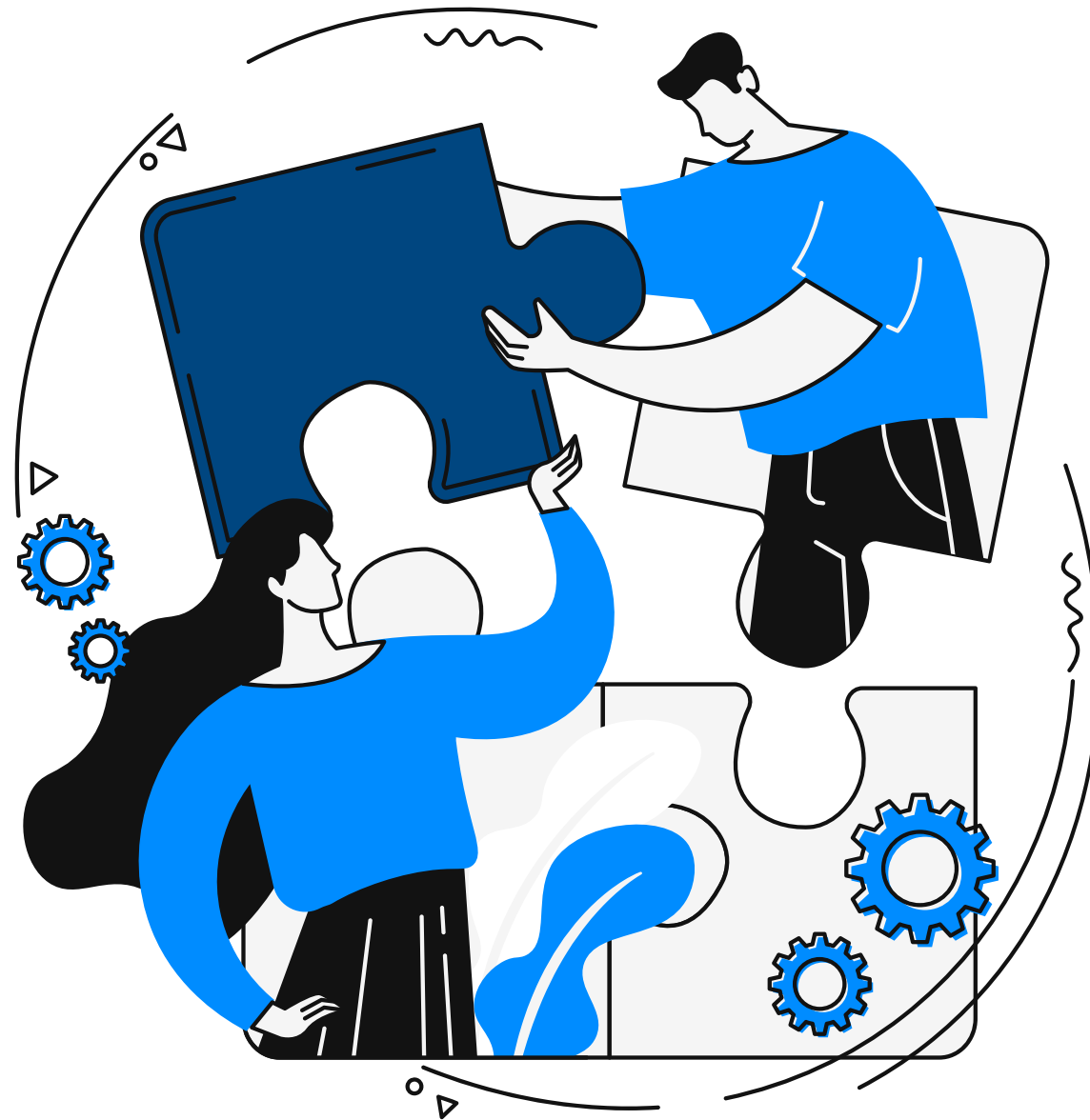
# Soft Skills:

uma história em 10 slides

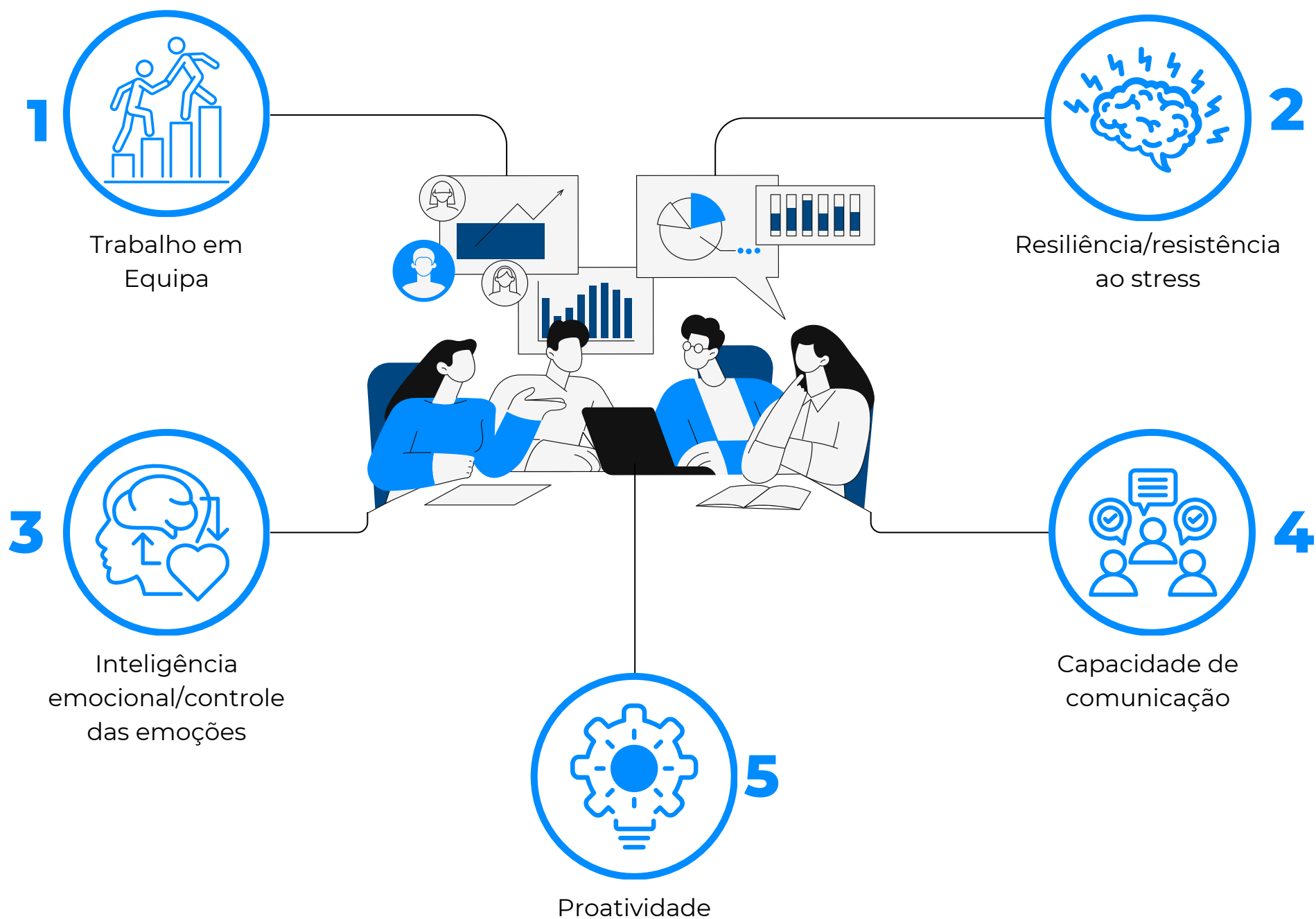


As soft skills até podem ser intrínsecas a nós.  
Mas, mais do que isso, são competências que devemos ter e desenvolver na nossa performance profissional e na vida pessoal.

Novos comportamentos e novas premissas acabam por fomentar um cenário em que novas exigências interpessoais são solicitadas para ambos os lados (empresa e colaborador), independentemente dos mercados e nichos de atuação.



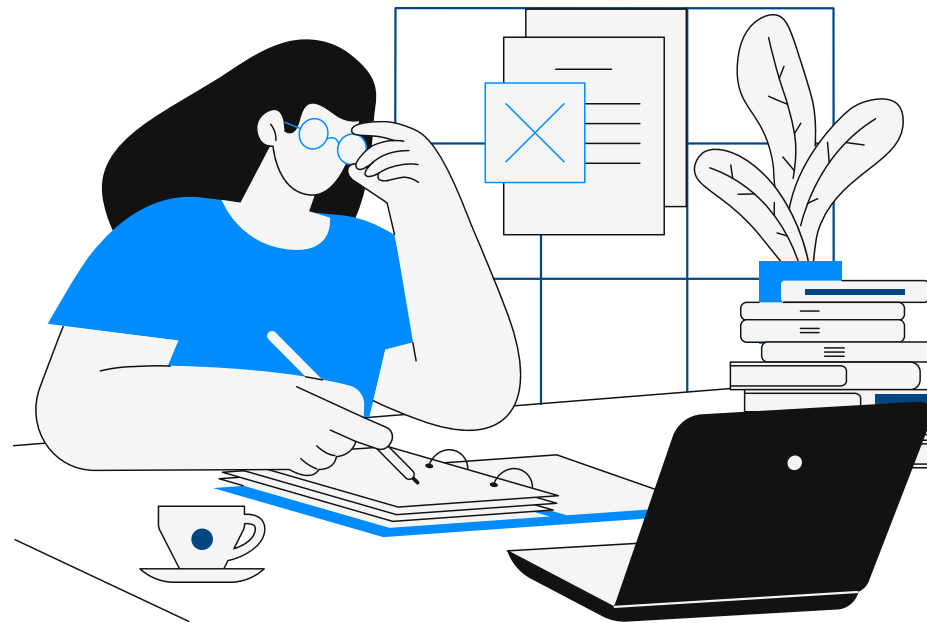
# Recentes estudos revelam 5 competências interpessoais consideradas essenciais em qualquer empresa:



Será que se relacionam de alguma maneira?

## Optemos pela competência número 2 – Resiliência/resistência ao stress

uma competência muito aclamada no  
universo corporativo.



No contexto laboral, ser resiliente é a qualidade de um colaborador flexível e altamente adaptável.

No entanto, apenas diante de um facto cortante, real e que possa pôr em risco uma atividade, por exemplo, é que se notará a resiliência nos indivíduos envolvidos.

Imaginemos que haja um facto e tenha demonstrado resiliência: que teve de alterar as suas férias porque um colega precisou de uma intervenção médica de urgência.



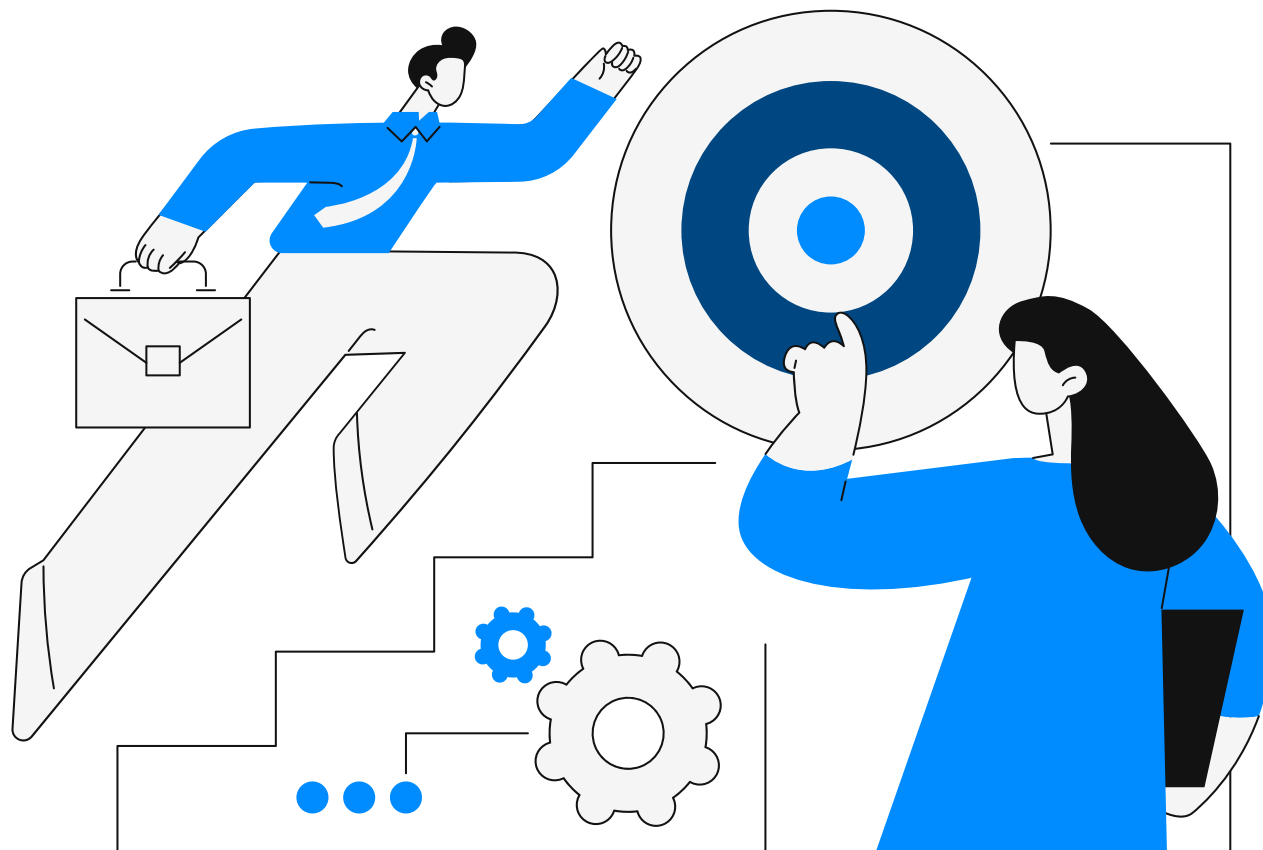
A sua liderança chama a **equipa** e comunica o sucedido com o colega. Em seguida, informa que precisarão de ajustar as férias de todos.

Não há muitas opções! Sente-se devastado com a notícia, tinha feito planos e agora tudo desmoronou.



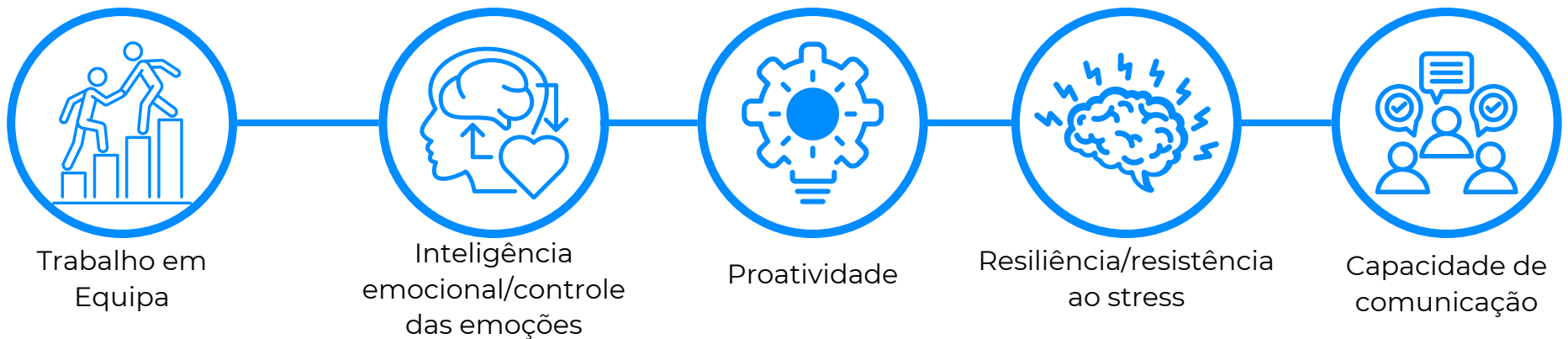
Um misto de raiva e apatia instala-se. Mas, aí vem outra competência excepcional: a **proatividade**.

Reconecta-se e pensa em possibilidades para que a situação seja a menos traumática possível, ou seja, usa a sua **inteligência emocional** e convida os seus colegas - através da sua excelente **capacidade de comunicação** - a pensarem em alternativas para uma situação tão sensível.



E, conseguem definir que tirarão menos dias de férias e que não haverá “lacunas” nas entregas das atividades até que o colega esteja apto a voltar. Nada mais resiliente que tal atitude, não acha?!

Percebamos que, em qualquer cenário (priorizando o mundo corporativo), todas as cinco competências mencionadas acima estão e estarão interligadas.



**Uma reflete a outra que chama a seguinte e é completada por uma terceira. É uma conexão!**

2024 é o ano de trabalhar de forma disruptiva  
para gerar impacto entre as equipas, do topo  
hierárquico à base.



E, que melhor ponto de partida que as competências  
interpessoais?

**Quer alcançar os objetivos propostos e maximizar a eficiência da equipa?**

Contacte-nos aqui:

**[materiais.oportofortegroup.com/mais-informacoes](https://materiais.oportofortegroup.com/mais-informacoes)**

ou via telefone

**225 088 015**



Rua Francisco Carqueja, 179  
2º Dtº 4350-185 - Porto/Portugal  
+351 22 508 80 15  
[comercial@oportoforte.com](mailto:comercial@oportoforte.com)



R. Prof. Aloísio Pessoa de Araújo, 75 - Boa Viagem, Recife - PE, 51030-020  
81 2626-0210 | 81 9 9556.6566 | 11 3136 0079  
[comercial@oportoforte.com.br](mailto:comercial@oportoforte.com.br)

**[oportofortegroup.com](https://oportofortegroup.com)**