

“Um bom planejamento de vida deve ter uma relação direta com seus sonhos e com o futuro que almeja conquistar, é por meio destes que definimos e organizamos nossas metas e objetivos para direcionarmos nossas ações à sua realização.”

Cavaletti



sociabilidade

DICAS PARA UMA
MELHOR CONVIVÊNCIA
NO AMBIENTE
PROFISSIONAL

Estamos em constante interação com outras pessoas, seja em casa, no ambiente de trabalho, nos estudos ou mesmo no meio social. A Habilidade Social é um conjunto de habilidades que aprendemos no decorrer da vida, mas que muitas vezes precisam ser desenvolvidos de acordo com a necessidade de cada um. Pode ser reconhecida pela nossa capacidade de fazer amigos, demonstrar empatia, assertividade na comunicação, civilidade, autocontrole, entre outras características.

Cada ser humano é único e possui características positivas e negativas. Por sermos diferentes nem tudo que é do outro irá me agradar, por conta disso é importante desenvolver e aplicar alguns pontos no nosso cotidiano, seja no trabalho ou em casa, assim conseguiremos ter relações mais positivas.

Algumas Habilidades Sociais

1 Habilidades comunicativas:

É a capacidade de saber conversar, fazer perguntas quando necessário, responder perguntas ou fazer um simples elogio.

2 Habilidades de civilidade:

É respeitar o próximo, agradecer, ter boas maneiras, etc.

3 Habilidades assertivas:

Conversar de forma equilibrada, saber receber críticas e reconhecer erros.

4 Habilidades de trabalho:

Trabalhar em equipe, repassar conhecimentos, resistir ao medo de falar em público, resolver problemas e propor soluções.

5 Habilidades empáticas:

Empatia é ter a capacidade de se colocar no lugar do outro para reconhecer suas necessidades e sentimentos.

Essas são algumas das habilidade sociais que existem e nem todas as pessoas possuem de forma desenvolvida. É importante se olhar e perceber quais possui ou precisa melhorar, só desta forma podemos desenvolvê-las.

Além do mais, o Departamento de Gestão de Pessoas está preparado para ajudar na boa relação das pessoas, desenvolver e aprimorar as habilidades sociais dos seus colaboradores, estando sempre à disposição para lhe auxiliar.

Uma forma de você treinar e desenvolver as suas Habilidades Sociais no seu dia a dia é:

- ✓ OUVIR MAIS
- ✓ SEJA MAIS POSITIVO
- ✓ NÃO JULGAR
- ✓ SEJA EMPÁTICO
- ✓ RESPEITE AS DIFERENÇAS
- ✓ SEJA PACIENTE
- ✓ NÃO FAÇA INTRIGAS/FOFOCAS
- ✓ VEJA O LADO POSITIVO DAS PESSOAS
- ✓ ENSINE MAIS



**HABITUE-SE A
ESSA ROTINA,
ENCARE-AS COMO
HÁBITOS DIÁRIOS E
PRATIQUE SEMPRE
QUE POSSÍVEL.**

