

**GUIA DE CARREIRAS:**  
HABILIDADES PARA DESENVOLVER  
E SER UM BOM PROFISSIONAL



- 
- 3** INTRODUÇÃO
  - 4** AFINAL, O QUE SÃO SOFT SKILLS?
  - 6** QUAIS AS PRINCIPAIS HABILIDADES PARA O MERCADO DE TRABALHO?
  - 12** A IMPORTÂNCIA DE DESENVOLVER HABILIDADES NA GRADUAÇÃO
  - 15** CONCLUSÃO
  - 16** SOBRE A EAD UNICESUMAR
- 



# INTRODUÇÃO

Encontrar a sua vocação, compreender as principais técnicas da área, formar-se com tranquilidade e conseguir aquele trabalho que sempre quis. Isso tudo com um salário para lá de atrativo e reconhecimento da empresa. Esse é o sonho de muita gente quando se fala em carreira, não é mesmo? A realização pessoal é só um resultado que acompanha essas conquistas.

Se você faz parte dessa turma, saiba que pegar o diploma do ensino superior não é mais uma garantia de sucesso — apesar de colocá-lo em uma posição bem favorável na disputa por vagas no mercado. Com tantas pessoas que se formam por ano, é preciso se tornar **aquele profissional de que as organizações necessitam**.

Desenvolver algumas habilidades pode ser o que você estava procurando para conquistar destaque. Para ajudar, preparamos este guia de carreiras. Seja qual for a profissão que escolheu seguir, conheça o que as empresas esperam dos colaboradores, o que são as soft skills e como desenvolvê-las!

**AFINAL, O QUE SÃO  
SOFT SKILLS?**



As soft skills são habilidades que envolvem o comportamento de uma pessoa. Por conta disso, são mais difíceis de ser mensuradas — e você vai entender melhor essa questão assim que conhecer as principais competências cobradas pelo mercado. Mas por que elas são importantes?

Apesar de serem válidas para diversas situações na vida, as soft skills estão relacionadas a **como a pessoa age no ambiente de trabalho**. É a partir de uma determinada habilidade que ela não só desenvolve outras, mas, também, mostra seu valor enquanto profissional, faz entregas de qualidade e cria boas pontes dentro da empresa.

As hard skills, por sua vez, são as habilidades técnicas que fazem parte do escopo de cada função profissional. É possível mensurá-las principalmente pelo currículo, a partir da formação acadêmica, cursos realizados, atividades de que participou e assim por diante.

## COMO DESENVOLVER AS SOFT SKILLS?

A melhor maneira de trabalhar essas habilidades talvez seja com um combo poderoso: dedicação e feedbacks. Ao entender quais soft skills deseja dominar, é importante buscar caminhos para inseri-las em sua rotina — e não precisa ir longe: dá para aplicar algumas delas em casa, com a família, os amigos etc.

Já que essas pessoas serão cobaias desse novo experimento, peça a opinião delas sobre como você está se saindo. Muitas vezes, uma visão de fora do cenário é o necessário para entender falhas e melhorar.

Se alguma crítica for bem negativa, lembre-se de que essa também será uma preparação para o mercado. Busque lidar com isso sem se abalar e **transforme o insight em resultado**.

**QUAIS AS  
PRINCIPAIS  
HABILIDADES  
PARA O MERCADO  
DE TRABALHO?**





O conceito das soft skills é simples de entender, mas que habilidades é preciso desenvolver ao longo da carreira para se destacar? É o que veremos a partir de agora.

## INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

A inteligência emocional é a capacidade de controlar as emoções e dosá-las de acordo com o que o momento pede. Antes, é preciso conhecer quais são elas, para conseguir automotivação ao trabalhá-las. O exercício, afinal, deve ser feito todos os dias.

Essa é **uma das habilidades mais complicadas de se desenvolver**. Isso, porque lidar com aquela pontada na garganta ao receber uma crítica muito negativa ou com a raiva diante de uma situação de injustiça é algo com que todos já tivemos dificuldade. Porém, esses são cenários que podem acontecer a qualquer hora, e é por isso que todo profissional deve estar preparado para controlar as emoções.

Alguém com inteligência emocional também sabe reconhecer os sentimentos de outras pessoas, considerá-los em suas ações e agir com empatia. Pode imaginar como isso é um grande benefício para as relações interpessoais? As brigas se tornam menos necessárias, o diálogo é priorizado e assim por diante.

## RESILIÊNCIA

Essa habilidade nada mais é do que a capacidade de se adaptar a mudanças, reviravoltas e obstáculos. Tem muito a ver com a inteligência emocional, porque a pessoa resiliente consegue controlar sua vida para seguir em frente, em vez de ficar se lamentando ou remoendo os acontecidos.

Profissionais resilientes tendem a **enxergar essas situações mais como oportunidades**, com uma visão bem otimista. Por mais que pareçam complicadas ou quase impossíveis de aceitar, eles olham para dentro de si para buscar entender do que precisam para acompanhar essas mudanças e contornar qualquer problema.

Isso evita muitas questões relacionadas com a saúde emocional e mental. Afinal, por meio dessa soft skill, é possível ficar livre de cenários de estresse e, assim, viver com mais qualidade e bem-estar.

## AUTOCONHECIMENTO

O autoconhecimento deve ser considerado um processo ao longo da vida. Ele é importante até para escolher a profissão que se encaixa em seu perfil, vagas de emprego que atendem às suas expectativas e por aí vai. Lembre-se de que decisões que não consideram aspectos pessoais têm mais chance de causar frustrações.

## HABILIDADES DE GESTÃO

A liderança é demandada em diversas ocasiões — e não só daqueles que têm um cargo de gestão. É possível liderar pelo exemplo, ser uma referência de conduta para os colegas e **tomar a frente quando os outros parecem perdidos**. Não vale confundir com tirania, pois a ideia é melhorar o trabalho de toda a equipe, e o foco não precisa estar em você.

Um bom líder tem empatia e carisma, sabe se comunicar e se orienta por feedbacks, mesmo quando não é o gestor. Além disso, desenvolve uma visão ampla do setor em que se encontra. Isso pode até levá-lo a posições de supervisão, gerência ou direção algum dia, se for de sua vontade.

## ATUAÇÃO EM EQUIPE

O trabalho individual, certamente, é importante — tanto para o profissional cumprir aquilo para que foi contratado quanto para se destacar em suas ações ou ideias. Porém, o coletivo é o que, de fato, leva a empresa ao crescimento. Quando uma equipe trabalha com os mesmos objetivos e em alinhamento, os projetos fluem melhor.

Pense que sua função em uma empresa é a de vendas. Para conseguir potenciais clientes, verdadeiramente adequados para o produto desse negócio, é preciso contar com a colaboração de uma equipe de marketing, que buscará captar leads. Da mesma forma, enfermeiros precisam do trabalho de um gestor hospitalar para possibilitar um atendimento humanizado em todos os níveis.

## PERSUASÃO

Antes de mais nada, vale lembrar que persuasão **não é o mesmo que manipulação**. A ideia é se posicionar, mostrar suas percepções e, se preciso, discordar respeitosamente dos colegas. Isso é diferente de impor a sua fala e menosprezar os pontos de vista dos outros, certo? Aliás, é bem mais saudável para qualquer relacionamento.

Negócios são feitos de tomadas de decisão. Enquanto algumas levam ao crescimento, outras podem derrubar muitos esforços. Se você consegue perceber algo que a equipe ou os gestores não viram, é interessante apresentar suas convicções e vender a ideia usando tanto a razão quanto a emoção.

## AUTOMOTIVAÇÃO

Muitas pessoas precisam de fatores externos para ser motivadas — desde bônus e recompensas a uma palavra amiga. Diante da agilidade das mudanças que acontecem no mercado, entretanto, manda bem quem consegue a automotivação. Esse profissional é menos dependente e busca o que é melhor para sua carreira.

O ideal é pensar que sempre há o que aprender e caminhos para seguir. Nenhuma área, cargo ou profissão deve chegar a um ponto de estagnação. Quando isso acontece, não há mais desafios que instiguem os profissionais, os quais, inevitavelmente, procurarão novas oportunidades. Saiba enxergar esses momentos e não se deixe abater se mudanças forem necessárias.



## COMUNICAÇÃO INTERPESSOAL

Pessoas tímidas, geralmente, têm muita dificuldade em se comunicar. Costumam temer erros que as envergonhem, não ser compreendidas e ter as ideias recusadas, entre outras situações. Com isso, tornam-se menos participativas e tendem a ficar na zona de conforto para não ganhar atenção. Percebe o quanto essa atitude pode ser prejudicial para a carreira?

Desenvolver boa comunicação interpessoal é importante para **saber transmitir suas ideias, discordar quando necessário e propor melhorias**. Afinal, estar em uma função significa fazer parte do problema e da solução. Não é só a empresa que terá resultados negativos se não contornar as adversidades, certo?

Sem essas trocas entre profissionais, sejam da mesma equipe ou de diferentes setores, o negócio não tem um alinhamento e pode usar forças em direções opostas -- com uma anulando a outra. Por isso, essa é uma habilidade que deve ser trabalhada em qualquer tipo de relacionamento que você tiver: com os pais, outros parentes, amigos, professores etc.





## FOCO NO CLIENTE

Por fim, para completar nossa lista das principais habilidades exigidas no mercado, temos o foco no cliente. Essa tem sido uma das mais procuradas pelas empresas, que desejam **obter resultados a partir de um melhor relacionamento com os seus consumidores**. Por isso, é preciso desenvolver serviços que atendam às suas demandas, considerar as críticas e elogios nesse aprimoramento e assim por diante.

É preciso acompanhar essa tendência não só para conquistar empregos de excelência, mas melhorar a sua atuação profissional. Quem desenvolve o foco no cliente passa a priorizar o atendimento personalizado, um retorno mais rápido nas solicitações, soluções criativas e inovadoras etc. Tudo isso impacta as tomadas de decisão e favorece a produtividade.

**A IMPORTÂNCIA  
DE DESENVOLVER  
HABILIDADES NA  
GRADUAÇÃO**





Até aqui, você pode estar se perguntando o que fazer se não identificou algumas dessas habilidades em seu perfil. A boa notícia é que, mesmo não tendo afinidade com certas competências, é possível desenvolvê-las ao longo de sua jornada de aprendizado. Quanto mais investe nelas, maior é a soma de pontos para sua carreira.

Desde a primeira infância, recebemos estímulos para desenvolver certas habilidades. Isso acontece com o trabalho em equipe, por exemplo, quando o professor forma grupos para que as crianças aprendam uma atividade juntas; ou, então, com a capacidade de se comunicar, quando a mãe pede para interagir com as visitas em casa.

Mesmo assim, não existe maneira melhor para aprimorar múltiplas habilidades do que cursar o ensino superior. Muitas vezes, essa é a primeira oportunidade que as pessoas têm de colocar em jogo a responsabilidade e a autonomia. É, inclusive, uma das principais vantagens de se fazer uma graduação!

Com atividades propostas pela grade curricular, **a educação a distância também é capaz de proporcionar esse aprendizado** aos seus estudantes. Para cumprir prazos, dar o melhor de si e fazer valer o investimento nos estudos, habilidades como automotivação e inteligência emocional são indispensáveis!

Quando você já começa a se dedicar ao aprimoramento dessas habilidades nos primeiros semestres do curso, não corre riscos lá no futuro, quando estiver pleiteando vagas de trabalho. Imagine ter que improvisar alguma delas para conseguir a oportunidade. Bem mais complicado, certo?

Por isso, aproveite ao máximo os recursos que a graduação oferece. Algumas das práticas que podem ajudar nesse quesito são:

- comparecer aos eventos da instituição de ensino;
- fazer networking com colegas e professores;
- investir em cursos livres que complementem seu aprendizado;
- criar uma imagem profissional na internet, que também é uma boa estratégia para impulsionar a rede de contatos;
- frequentar espaços coletivos do campus, como biblioteca e laboratórios, mesmo se seu curso for EAD;
- buscar vivências diversas, desde estágios a projetos de extensão.

Para uma carreira de sucesso, não basta investir nas técnicas e conhecimentos teóricos da área. Mesmo que eles sejam a sua base para uma atuação plena no mercado, são as habilidades profissionais as responsáveis pela diferenciação.

Além de comporem a sua bagagem, elas abrem a mente para colaborar com inovações. Um ótimo jeito de conquistar a atenção de recrutadores e atrair melhores oportunidades, não acha? Isso, sem falar que desenvolver uma dessas desencadeia o exercício de várias outras, tornando você uma pessoa mais preparada para qualquer situação.

Para desenvolver as soft skills, uma boa dica é **buscar a parceria de uma instituição de ensino de qualidade**. Assim, enquanto você tem contato com professores experientes na área, recebe dicas e incentivo para aprimorar as competências que o mercado tanto espera. Se o receio é como conciliar seus compromissos, lembre-se de que a EAD é uma opção cheia de flexibilidade e vantagens a perder de vista.

# CONCLUSÃO



Atuando há 29 anos no Ensino Superior, a **UniCesumar** é conhecida nacionalmente por sua qualidade de ensino, com um IGC 4 (Índice Geral de Cursos) em uma escala de 1 a 5 por 8 anos consecutivos, segundo avaliação do MEC, o que a posiciona entre 4% das melhores instituições de ensino superior do país. A instituição está entre os 10 maiores grupos de educação do Brasil, com mais de 175.000 alunos, possuindo 80% dos seus professores com mestrado e/ou doutorado. São 4 campi presenciais no Estado do Paraná, nas cidades de Maringá, Curitiba, Ponta Grossa e Londrina, e em breve, contará com a implantação de mais dois campus: na cidade de Corumbá (MS) e Campo Grande (MS). A UniCesumar está presente em todo território nacional e se destaca internacionalmente com seus programas de intercâmbio em parceria com diversas universidades ao redor do mundo.



# GOSTOU DESSE MATERIAL E QUER IR MAIS ALÉM?

Então não deixe de seguir o nosso blog para não perder nenhum conteúdo incrível como esse!

**QUERO ACESSAR O BLOG AGORA MESMO!**

