

AQUA NEWS

Acesse o Aqua News na Internet: www.aqualub.com.br

Dicas - SPPA

RESILIÊNCIA

Competência essencial no ambiente organizacional.

Existem pessoas que, quando colocadas em situações de pressão ou estresse, sabem que não podem perder o controle das emoções. Nestes casos, buscam saídas como respirar fundo e lavar o rosto no banheiro. Estes recursos são exemplos simples para ilustrar a resiliência, pois um dos fatores que compõe esta competência é a tolerância.

A resiliência é uma competência influenciada pelo estilo de vida do indivíduo. Quanto mais ganhamos consciência sobre as próprias reações e comportamentos diante de situações de pressão e desafios, por exemplo, mais dominamos estas questões. Empreendedores e líderes vivem, por si só, sob demandas desafiadoras e cheias de pressão. Estes profissionais convivem em ambientes e atuam em situações de alto risco, onde conviver com crises é um fato normal.

Conceito de resiliência provém da Física

O que faz um prédio não sucumbir a um terremoto é a conjunção de força com flexibilidade, o que caracteriza a resiliência. Desde o século XVII se estuda os corpos elásticos por meio da Física, e a psicologia utilizou-se desta analogia para transpor ao universo empresarial o poder de profissionais, submetidos a condições extraordinárias (adversas ou desafiadoras), voltar a suas rotinas consideradas normais. Ser mentalmente flexível é necessário para lidar com novos problemas ou ações pouco estruturadas. Considero a resiliência como a competência mais importante desta primeira metade do século XXI.

10 dicas de como desenvolver a resiliência

- Procure, na medida do possível, protagonizar as situações;
- Visualize o futuro próximo e antecipe tendências e acontecimentos;
- Crie um significado para a sua realidade;
- Procure conhecer a verdadeira dimensão do problema;
- Separe quem você é do que você faz;
- Procure desenvolver relacionamentos significativos;
- Aprenda a enxergar as soluções;
- Reconheça seus sentimentos e necessidades de seu corpo;
- Tenha como parceiro constante a Criatividade e Inovação;
- Cultive e valorize seu poder de escolha.

As características do profissional resiliente precisam ser "manifestadas" nos momentos de complexidade e mudança, não apenas nos momentos de conforto, estabilidade ou conveniência. "O ser resiliente é aquele que está saltando continuamente, renovando e transformando-se sempre. É uma pessoa impulsionada por um propósito maior, proativa e que constrói realidades".

Fonte: Resiliência: competência essencial no ambiente organizacional | Portal Carreira & Sucesso.



AVISO AOS FUNCIONÁRIOS

Férias

- ▣ Claudete (cobrança)
- ▣ Leandro (vendedor)



ATENÇÃO

Estamos trabalhando há **155 dias** sem acidentes de trânsito.
Último acidente ocorrido foi em 28/04/2020.

Nosso recorde é de 480 dias.

Aniversariantes do Mês

- ▣ 05/10 - Amanda (faturamento)
- ▣ 23/10 - Ricardo (vendedor)
- ▣ 27/10 - William (vendedor)

