

# sólides

**Autodesenvolvimento**

Um manual sobre Gestão de Pessoas



## O que é autodesenvolvimento?

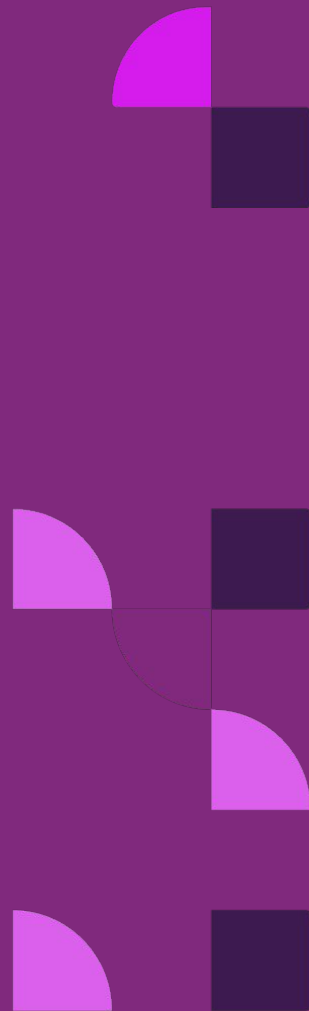
Trata-se do ato de assumir a responsabilidade pelo próprio processo evolutivo. Dessa forma, o indivíduo investe **conscientemente** em seu aprendizado e no desenvolvimento de novas habilidades.

Ainda, o autodesenvolvimento pode ser explorado no **âmbito pessoal ou profissional**, focando em desenvolver competências importantes para atingir necessidades e ambições pessoais ou obter sucesso na carreira.

# Autodesenvolvimento Pessoal

Envolve atividades que não estão diretamente relacionadas com a vida profissional, e sim em trazer mais qualidade de vida e melhores relações. Assim, quem investe no desenvolvimento pessoal foca em melhorar seu relacionamento com outras pessoas e gerenciar melhor suas emoções, sentimentos e atitudes.

Entre as competências sociais desenvolvidas nessa categoria, podemos destacar: inteligência emocional, empatia, gerenciamento de conflitos e autocontrole.





## Autodesenvolvimento Profissional

Esse tipo de autodesenvolvimento busca identificar oportunidades de carreira e desenvolver planos futuros, com base em habilidades que são seus pontos fortes e nos pontos de melhoria.

A ideia é que o profissional consiga refletir sobre sua própria carreira para entender o que precisa ser aperfeiçoado e, então, traçar um Plano de Desenvolvimento Individual (PDI).



## Qual a importância do autodesenvolvimento?

Ele reflete em ganhos como:

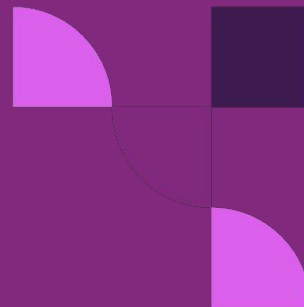
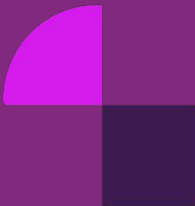
- Melhora no relacionamento interpessoal;
- Aumento da motivação;
- Aumento do autocontrole;
- Melhora na produtividade;
- Alcance de objetivos e metas;
- Melhora no autoconhecimento e na autoestima;
- Maior reconhecimento profissional;
- Incentivo ao desenvolvimento de novas habilidades;
- Melhora na tomada de decisões.



## Qual é o papel da empresa nesse processo?

Independente do modelo de trabalho, os colaboradores precisam dedicar boa parte do seu dia para contribuir com os resultados da empresa. Dessa forma, eles acabam passando muito tempo com seus gestores e líderes e se **inspiram** nesses profissionais.

Exatamente por isso, a gestão e o departamento de RH têm um papel importante no autodesenvolvimento desses funcionários além do próprio desenvolvimento. Uma empresa que investe neste processo, conquista um ambiente de trabalho muito mais engajado e motivado, garantindo times atualizados nas tendências de mercado e que trabalham com muito mais produtividade.





## E como promover o autodesenvolvimento?

- Ofereça e receba feedbacks;
- Invista em treinamentos corporativos;
- Aplique Avaliações de Desempenho;
- Estruture um bom processo de Onboarding;
- Busque conhecimentos além do básico;
- Faça um processo de autoconhecimento e entenda qual a melhor forma de aprendizagem para você e seu público, e trabalhe com isso!

“O maior bem que podemos fazer ao outro  
é levá-lo a descobrir sua própria riqueza”.

Louis Lavelle



# sólides

#completadeverdade