Como planejar a minha vida acadêmica e profissional baseada em competências?

*Luciana Bilitário, Lígia Vilas Bôas*

O texto de hoje será um instrumento prático para qualquer pessoa que deseja planejar. Objetivo da atividade: pensar de forma estratégica sobre o que está aprendendo e como irá aplicar na vida esta aprendizagem na vida.

Definindo competência

Competência pela linha de pensamento americana é definida como um conjunto de qualificações (conhecimentos, habilidades e atitudes) para se exercer ou fazer determinada ação/ atividade/ trabalho/ produção. Já os franceses a definem não apenas como qualificações, ampliam para o que você é capaz de realizar com esse aprendizado em diversos ambientes1,2. Unindo os conceitos, podemos pensar no valor e no ganho social que o seu fazer pode entregar à sociedade. Assim, quando pensar em competências, pense em entrega de valor, no que “a mais”, no valioso, diferenciado, que você está desempenhando, gerando benefícios, melhorias, inovações. Lembre-se que a competência não existe fora da pessoa, vivemos em sociedade e para que o seu propósito tenha um impacto social, o espírito de colaboração e a capaciddae de enxergar o outro são fundamentais para o sucesso individual e coletivo.

O que sua carreira tem a ver com competências?

Planejar sua vida acadêmica e profissional exige que você pense quais competências deseja construir e para quais objetivos. Se deseja investir na carreira acadêmica, cuide do seu currículo enquanto ainda é estudante. Uma boa oportunidade é a participação em monitorias. Essa experiência pode ampliar seu estudo na área de conhecimento que escolheu, pois terá que produzir um plano de aula, roteiros para estudo, e sob orientação de um professor, auxiliar seus colegas, pois a melhor forma de aprender é ensinando. Participar de um grupo de pesquisa é outro caminho interessante, que além de ser fundamental para a carreira acadêmica lhe proporciona conhecimento para atuar no campo da pesquisa científica, já que ela é necessária em outros contextos, além da universidade. A iniciação científica lhe insere no aprendizado sobre etapas da pesquisa, coleta e análise dados, discussão e análise crítica de artigos científicos, que são algumas das habilidades fundamentais para a(o) futur(a)o pesquisadora ou pesquisador. Assim, sua carreira vai se definindo de acordo com sua estratégia de crescimento acadêmico e as competências agregadas no decorrer da vidal.

Vamos a prática!

Veja os exemplos e preencha o instrumento:

*Exemplo 1:*

Meta do semeste: Ser monitor de Metodologia da Pesquisa na faculdade.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Conhecimentos (saber, ação cognitiva, conceitual) | Habilidades (saber fazer, procedimento, ação prática)  | Atitudes (saber ser, saber conviver, postura ética, alteridade) |
| Conhecer tipos de estudos científicos. | Elaborar projeto de pesquisa  | Trabalhar em equipe |
| Conhecer a legislação pertinente ao desenvolvimento da pesquisa científica. | Utilizar bases de dados adequados e validados para busca bibliográfica | Respeitar a propriedade intelectual e os direitos autorais. |

Exemplo 2:

Meta do ano: Fazer uma pós graduação em Cuidados Paliativos

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Conhecimentos (saber, ação cognitiva, conceitual) | Habilidades Habilidades (saber fazer, procedimento, ação prática) | Atitudes (saber ser, saber conviver, postura ética, alteridade) |
| Conhecer as definições, especificidades do trabalho da equipe multiprofissional nos cuidados paliativos | Realizar diagnóstico funcional para esses pacientes  | Trabalhar de forma colaborativa |
| Conhecer as diretrizes para cuidados paliativos | Prescrever tratamento para pessoa em cuidados paliativos | Atuar de forma humanizada com pacientes, familiares e outros profissionais. |

Identificado os exemplos, vamos a sua prática:

* Escolha uma modalidade de atividade que você já fez na graduação ou está fazendo agora.
* Identifique os conhecimentos, habilidades e atitudes que você construiu ou deseja/precisa construir.

Atividade que fiz ou desejo fazer (aumente quantas linhas achar necessário):

|  |
| --- |
| Atividade: |
| Conhecimentos (saber, ação cognitiva, conceitual) | **Habilidades Habilidades (saber fazer, procedimento, ação prática)** | **Atitudes (saber ser, saber conviver, postura ética, alteridade)** |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

* Está compatível com o que você esperava conhecer, saber fazer e com suas atitudes?

( ) Sim ( ) Não

Pense no motivo da resposta:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

* Quais os *gaps*/ lacunas que você encontrou no processo de aprendizagem? (escreva aqui o que esperava alcançar? No que deseja melhorar? Quais as oportunidades de melhorias?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

* Deseja aprender mais ou está satisfeita(o) com o que aprendeu?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

* Escreva pelo menos uma competência que deseja construir em um período de ano:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Agora o principal**: o que será necessário você fazer para construir essa competência?

* Gestão de tempo:

Organização do tempo (como você vai adaptar ou adequar seus horários e atividades para executar sua ação?)

Adequação em atividades diárias/ rotina (isso irá mudar sua rotina? Terá que adaptar alguma atividade cotidiana?

* Gestão Financeira – super importante!

Disponibilidade financeira (tenho recurso financeiro para investir nesse curso, atividade, especialização, extensão?)

Busca de alternativas (bolsa de estudo, aumento de rentabilidade e outros)

* Gestão de oportunidade – ficar atenta(o) a tudo!

Oportunidade, novas habilidades e foco!

Referências Bibliográficas:

1. FLEURY, Maria Tereza Leme; FLEURY, Afonso. Construindo o conceito de competência. Rev. adm. contemp., Curitiba,  v. 5, n. spe, p. 183-196, 2001 .
2. CARBONE, Pedro Paulo et al. Gestão por competências. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2016.

*“Sem estratégia, você não sabe para onde está indo. Não confie somente nos seus instintos, planeje!”*

*Luciana Bilitário*

*@lucianabilitario*

*#fisioestrategica*