Mapa mental

# Habilidades blandas: qué son, ejemplos y cómo desarrollarlas

## Qué son las habilidades socioemocionales

- Autoconciencia: reconocer emociones, pensamientos y valores
- Autogestión: regular emociones y comportamientos para...
- Conciencia social
- Habilidades de relación

## Por qué ganaron tanto peso

- Un informe de la OCDE publicado en 2015
- En el mercado laboral, un estudio del economista David Deming

## Las habilidades blandas más valoradas en el trabajo

- Comunicación: expresar ideas con claridad y adaptar el...
- Escucha activa: prestar atención real y comprobar que...
- Trabajo en equipo
- Inteligencia emocional

**Habilidades blandas**

## Cómo desarrollar habilidades socioemocionales

- Práctica deliberada
- Retroalimentación de quienes conviven contigo
- Reflexión estructurada
- Aprendizaje con referentes

## Cómo mostrar habilidades blandas en el currículum y en la entrevista

- No basta con escribir “buena comunicación” o “trabajo en equipo”
- Para los líderes, estas competencias se suman a las habilidades...

## Preguntas frecuentes

1. ¿Cuál es la diferencia entre habilidades blandas y habilidades duras?
2. ¿Las habilidades socioemocionales se pueden aprender en la vida adulta?
3. ¿Qué habilidades blandas buscan más las empresas?

**Para recordar**

Qué son las habilidades blandas o socioemocionales, por qué el mercado las valora cada vez más y cómo desarrollarlas con práctica y retroalimentación.

Autor: **Vagner Soares**
vagnersoares.com.br