

## Flexibilidade Cognitiva, uma das mais importantes habilidades do futuro

Foto Freepik

**C**onhecendo as 10 habilidades exigidas no mercado de trabalho para 2020, publicadas na matéria “10 competências de que todo profissional vai precisar até 2020” da revista Exame (1) segundo o relatório do Fórum Econômico Mundial e tratadas no Grupo de Estudos “LAB Habilidades do Futuro” da ABRH-SP, foi primordial entender a importância do desenvolvimento da “**flexibilidade cognitiva**” para um profissional se destacar.

Essa publicação traz o levantamento do Fórum Econômico Mundial, num contexto da 4ª Revolução Industrial, mostrando que em cinco anos, 35% das habilidades exigidas hoje terão mudado. Ou seja, o profissional terá uma grande **adaptação no mundo do trabalho**.

A flexibilidade é uma entre as dez (2) *soft skills* (habilidades interpessoais) que pode contribuir para a evolução do aprendizado de um profissional, pois sem ela o profissional terá menos consciência de suas potencialidades, poderá rejeitar ricos feedbacks dos pontos de melhoria e diminuir a capacidade de adaptação as situações.

Fique perto e conecte-se com a gente!

[www.univoz.com.br](http://www.univoz.com.br)

Segundo, Maria Adrielle Vicente (3), “a flexibilidade cognitiva consiste em usar o pensamento criativo para se ajustar às mudanças. Essa habilidade auxilia crianças a utilizarem sua imaginação e criatividade, para desenvolver novas respostas aos problemas. E em adultos, traduz-se na capacidade de encontrar repostas alternativas diante de uma mesma situação”.

Os estudos sobre a neurociência (4) estão contribuindo para disseminar a compreensão do que é a flexibilidade cognitiva. Esclarece que ela inicia no nascimento e é formada até os 20 anos. E que a flexibilidade cognitiva está relacionada às funções executivas do cérebro no lobo pré-frontal, que são: a memória de trabalho, a flexibilidade cognitiva e o controle inibitório.

Outro autor que contribui para esse conhecimento é Spiro (5), que diz: “a flexibilidade cognitiva é a capacidade que o sujeito tem de, perante uma situação nova (ou problema), reestruturar o conhecimento para resolver a situação (ou o problema) em causa”.

Ao compreender a flexibilidade cognitiva o profissional terá um avanço considerável em suas competências sócios emocionais, principalmente em momentos de incertezas e com isso poderá:

- 1) ampliar a consciência sobre o seu jeito de ser, reconhecendo seus pontos fortes e seus pontos vulneráveis e a partir desta descoberta conduzirá seu aprimoramento como uma conquista;
- 2) compreender que há ganhos ao receber o feedback, pois considerar o ponto de vista do outro é uma forma de nutrir sua visão sobre si mesmo e principalmente terá a oportunidade de alinhar a percepção sobre um fato ou sentimento e;
- 3) aumentar a capacidade de adaptação à situações diversas, diminuindo a rigidez psicológica que inconscientemente bloqueia novos hábitos e poderá se reinventar e redescobrir.

Portanto, é fundamental que os líderes conheçam **a flexibilidade cognitiva** para facilitar o desenvolvimento humano por meio de ações de aprendizagem diferenciadas, enfrentando os medos e criando um ambiente de abertura e confiança.

Maria Edna S. Lima  
Consultora da Equipe Univoz


- (1) Revista Exame de 13/03/2019 - <https://exame.com/carreira/10-competencias-que-todo-profissional-vai-precisar-ate-2020/>  
(2) 10 Habilidades do Futuro - Resolução de problemas complexos, Pensamento Crítico, Criatividade, Gestão de pessoas, Coordenação, Inteligência emocional, Capacidade de julgamento e tomada de decisão, Orientação para servir, Negociação e Flexibilidade Cognitiva.  
(3) Maria Adrielle Vicente - <https://aneblogbra.wordpress.com/2016/09/29/flexibilidade-cognitiva>.  
(4) <https://www.cognifit.com.br/habilidade-cognitiva/>  
(5) Spiro et al., 1987 - <https://www.redalyc.org/pdf/374/37413108.pdf>

Fique perto e conecte-se com a gente!

[www.univoz.com.br](http://www.univoz.com.br)



Para mais informações,  
entre em contato conosco

www.univoz.com.br  
univoz@univoz.com.br  
Telefone: (11) 3262-2209  
 (11) 9 9125-4248

