

APTIDÃO E INTERESSE



Com todo o material levantado nas etapas anteriores, procure organizar as respostas segundo duas categorias diferentes: suas aptidões e seus interesses. **Aptidão** é tudo aquilo em que você “leva jeito”, “tem queda”, que você faz com facilidade; enfim, aquilo que você tem mais capacidade para executar. **Interesse** é aquilo que mais lhe satisfaz que você mais gosta de fazer, que mais lhe desperta um interesse genuíno e constante.

Para ajudar nessa etapa, apresentaremos um quadro no qual estão relacionadas as principais aptidões e os interesses por áreas de atividades. Verifique se ficou faltando alguma coisa.

APTIDÕES

Verbal – Habilidade de entender, utilizar e definir bem as palavras; domínio do vocabulário.

Fluência Verbal – Facilidade de se expressar e expor suas idéias com clareza por escrito ou oralmente.

Numérica – Habilidade para lidar com números, quantidades e grandezas.

Mecânica – Raciocínio sobre mecanismos e movimentos, possibilitando imaginar a manipulação de objetos, movimentos, dimensões e formas.

Abstrata – Habilidade de definir e compreender os princípios das coisas, resolver problemas mentalmente e perceber as relações de causa e efeito neles contidas.

Espacial – Habilidade de imaginar formas no espaço e de resolver problemas que exijam mudanças de posição e projeção.

Velocidade de percepção – Capacidade de reparar minúcias, notar detalhes que distinguem as coisas entre si;

Memória – Capacidade de lembrar fatos, pessoas, coisas, sons, formas, cores, emoções ou odores com facilidade.

Manual – Destreza manual, isto é, capacidade de precisão e coordenação no uso das mãos e dedos.

Social – Facilidade no convívio com outras pessoas e na resolução de situações em grupo.

Executiva – Capacidade de liderança, sabendo comandar e dirigir pessoas em grupo.

Artístico-plástica – Capacidade de criar obras artísticas e de apreciar formas e cores.

Musical – Habilidade para apreciar, reproduzir e utilizar os sons e ritmos de maneira criativa.

Criadora – criatividade, espírito inventivo.

Tenacidade – Persistência na consecução dos objetivos e obtenção de determinadas coisas.

Curiosidade – Habilidade em informar-se constantemente, desejar conhecer mais sobre alguma coisa.

Sagacidade – Perspicácia, astúcia, capacidade de compreender sentidos não-explicítos nas coisas.

INTERESSES

Ao ar livre – contato com a natureza, no campo, no ar ou no mar.

Desportivo – Exercícios físicos com finalidade lúdica ou competitiva;

Manual-técnico – manipulação e precisão de técnica para execução de tarefas específicas.

Numérico – Gostar de trabalhar com grandezas e cálculos.

Científico – Pesquisa constante e utilização de métodos precisos.

Persuasivo – Contato com outras pessoas no sentido de convencê-las a algo.

Musical - Composição, execução e escrita musical.

Literário – Expressão oral ou escrita; poesia, prosa, crítica literária.

Artístico-plástico – Desenho, pintura, escultura e criação artística em geral, além de julgamento artístico.

Assistencial – Assistência, ajuda e orientação a outras pessoas.

Administrativo – Planejamento e organização.

Comando – Liderança, adequação à vida em grupo e aceitação de normas disciplinares.

Religiosos – Espírito místico.

Além de suas aptidões e seus interesses, qualifique também os dados levantados segundo o seu **temperamento**, ou seja, sua forma de ser e de agir – quieto, paciente, expansivo, alegre, dinâmico, etc.; verifique suas características físicas – voz, resistência, peso, altura, por exemplo; seu **grau de sociabilidade** – você se relaciona bem com as outras pessoas? Com facilidade ou com dificuldade? – e suas **realizações**, aquilo que você já desempenhou nos estudos, em trabalhos, esportes, **hobbys**...

Fonte: Adaptado de GOLEMAN, Daniel. **Inteligência emocional**: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente