

12 DICAS PARA TER POSTURA PROFISSIONAL

A primeira impressão é a que vale, então é melhor estar preparado para mostrar uma postura profissional. E não é só a roupa que conta, as atitudes e a linguagem corporal também dizem muito sobre você.

Veja nossas **12 dicas** para você ter uma postura profissional apropriada.

- 1-** Aparência engloba tudo o que pode ser visto à sua volta. Objetos, mesa, seu escritório etc. Considere também a escolha dos lugares em que você marca um encontro ou reunião.
- 2-** Inicie bem um encontro com um aperto de mão seguro e confiante. Cuidado para não apertar muito forte ou muito fraco.
- 3-** Mostre-se aberto à conversa. Sorria, descruze os braços e tenha uma postura alinhada.
- 4-** Pronuncie bem as palavras. Fale em tom adequado ao ambiente; não queira ser o centro das atenções.
- 5-** Cuidado para não ser afobado, ouça antes de falar. No discurso do outro estão as dicas dos caminhos a ser seguidos para conduzir uma boa conversa.
- 6-** Demonstre interesse ao guardar o cartão de visitas alheio. Não o jogue de qualquer forma dentro da bolsa ou do bolso.

7- No dia a dia da empresa, seja gentil e educado. A dica vale tanto para os colaboradores de posição mais simples como para os mais importantes da hierarquia empresarial. “Bom dia”, “por favor”, “com licença” e “obrigado” são palavras bem-vindas.

8- Procure estabelecer relações cordiais e de confiança com seus colegas. É importante que eles saibam que podem contar com a equipe para solucionar problemas mais difíceis.

9- No escritório ou baia, seja comedido. Limite-se a uma foto pequena de entes queridos e a itens de escritório com um toque pessoal. Deixe bichinhos, objetos espalhafatosos e ícones de hobbies em casa.

10- Não force intimidade com seus colegas. Lembre-se: a relação é de trabalho, não pessoal.

11- Evite atender a diversas ligações pessoais no trabalho. Isso faz com que todos acompanhem os pormenores de sua vida naquela semana, mês, ano.

12- Dê continuidade aos bons hábitos de postura profissional. Essa conduta é importante para consolidar a impressão positiva ao longo do tempo.