

Podcast sobre postura profissional

Olá! Vimos que a postura pode influenciar no ambiente profissional tanto por questões de saúde quando pensamos na postura física, quanto por questões profissionais, ao nos referirmos a postura profissional.

Refletindo um pouco mais sobre a postura profissional, o modo de falar e agir diz muito sobre quem somos e, nas empresas o que é mais avaliado são pontos como: educação ao cumprimentar e ao atender as pessoas, seja por telefone, e-mail, videoconferência ou mesmo pessoalmente.

Pensando nisso, você pode seguir algumas estratégias na interação no seu dia a dia profissional que podem lhe auxiliar a ter uma boa postura, como por exemplo:

- ser cordial nas interações;
- não praticar bullying ou usar palavras de baixo calão;
- ter seriedade nas suas falas;
- olhar nos olhos das pessoas;
- apertar a mão com firmeza equilibrada;
- não apontar defeitos de outras pessoas;
- não se envolver em assuntos nos quais não foi convidado;
- manter uma distância que respeite o espaço do outro, que pode não gostar de ser tocado a todo instante;

E claro utilizar as famosas palavras mágicas: por favor, obrigada(o), com licença e desculpa sempre que necessário.

Essas interações são naturais e conforme aprendemos, já sabemos o momento de agir, por isso a prática dessas ações equilibradas é essencial, pois, passam a ser de uso quase que despercebido.

Além disso, são nestes momentos de interações que podemos trazer o melhor de nossa imagem pessoal e equilibrar o profissional para não parecermos robóticos.

Afinal de contas, existem sotaques diferentes, pessoas que gesticulam ao falar ou mesmo que sorriem de forma mais espontânea.

Estas são as particularidades que farão parte, do todo, que faz com que sua imagem profissional seja única.

Viu só como a postura profissional o torna excepcional? No próximo tópico confira mais detalhes sobre a comunicação.