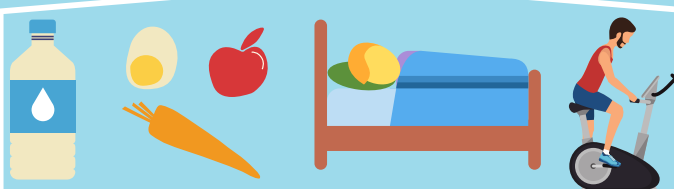


VOCÊ JÁ PAROU PARA PENSAR EM COMO SUA LINGUAGEM CORPORAL INTERFERE NO AMBIENTE DE TRABALHO? AINDA NÃO?

ENTÃO AJEITE ESSA POSTURA E CONFIRA ALGUMAS DICAS E
CURIOSIDADES SOBRE O ASSUNTO

01

SE VOCÊ DESEJA CONQUISTAR O RESPEITO DOS SEUS COLEGAS E GESTORES, PROCURE MANTER UMA POSTURA RETA, OLHE DIRETAMENTE NO OLHO E DEIXE QUE O GESTO ACOMPANHE SUAS PALAVRAS



BEBER CERCA DE DOIS LITROS DE ÁGUA POR DIA, APOSTAR EM UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, TER UM PERÍODO DE SONO REGULAR E FAZER EXERCÍCIOS, MELHORAM SUA APARÊNCIA NATURAL.

02

SUA IMAGEM FALA MUITO SOBRE QUEM É VOCÊ. CUIDE DE SUA APARÊNCIA, DE SUAS ATITUDES E DE SEU VOCABULÁRIO, A FIM DE TRANSMITIR UMA IMAGEM ASSERTIVA



O NERVOSISMO E A ANSIEDADE DURANTE UMA APRESENTAÇÃO PODEM ATRAPALHAR SEU DESEMPENHO. A VOZ FIRME É IMPORTANTE, MAS TAMBÉM PROCURE EVITAR BATUCAR NA MESA, MEXER NO CABELO, ESTALAR OS DEDOS, BATER OS PÉS E TODAS ESSAS MANIAS QUE TEMOS QUANDO ESTAMOS TENSOS OU NERVOSOS.

03

GESTOS, EXPRESSÕES E ATÉ OLHARES NOS DENUNCIAM MUITO EM SITUAÇÕES DE ALTA PRESSÃO NO TRABALHO, EVIDENCIANDO UM POSSÍVEL DESÂNIMO OU IRRITABILIDADE.

7% FALA

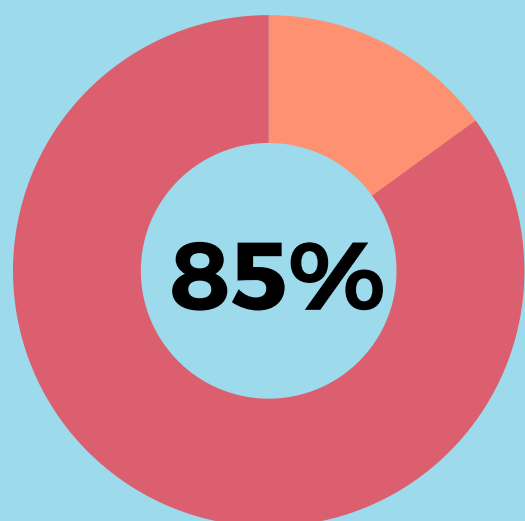
38% TOM DE VOZ

55% LINGUAGEM CORPORAL

NOSSA COMUNICAÇÃO

PROCURE TER O HÁBITO DE MANTER SUA POSTURA FIRME E ERETA NESSAS SITUAÇÕES, POIS ISSO TENDE A DESPERTAR MAIOR SEGURANÇA NO INTERLOCUTOR, ALÉM DE CONTRIBUIR COM SUA AUTOCONFIANÇA.

VOCÊ SABIA?



DE NOSSO RELACIONAMENTO COM O AMBIENTE É ATRAVÉS DA VISÃO!

04

OBSERVE! ATÉ PORQUE VOCÊ É OBSERVADO A TODO MOMENTO. APRENDA COM SUAS OBSERVAÇÕES E A PARTIR DELAS, CORRIJA O QUE FOR NECESSÁRIO. NÃO SE ESQUEÇA DE QUE SEU CORPO FALA. PROCURE ATRAVÉS DELE ENRIQUECER SUAS RELAÇÕES INTERPESSOAIS.

BRUNO HENRIQUE SOUZA SILVA
CESAR AUGUSTO SANTIAGO DA SILVA
CLAUDIO HENRIQUE DA SILVA ALMEIDA
FELIPE PATRICIO DOS SANTOS

JOYCE DOS SANTOS ROCHA
MATHEUS RIBEIRO DOS SANTOS
THIAGO SOUZA DE OLIVEIRA