

Imagem pessoal e postura profissional

Pilares para uma carreira de sucesso

SILVANA *lages*



Seja bem-vindo!

Olá!

Você já se perguntou alguma vez, como ter um diferencial competitivo dentro de uma mercado cada mais exigente?

A resposta é: através do gerenciamento de sua imagem pessoal, postura e comportamento profissional.

Agregando essas qualidades a foco , determinação, conhecimentos e habilidades você verá que conseguirá uma enorme vantagem na sua Trajetória Profissional.

É por meio da análise do comportamento, da imagem pessoal e da postura profissional que o mercado opta entre um ou outro profissional com competências e conhecimentos similares. Um Profissional, independente da área de atuação, segmento e cargo, que transmite imagem de elegância e credibilidade consegue grande diferencial competitivo.

Confira neste e-book dicas de como gerenciar sua imagem pessoal da melhor maneira para obter resultados incríveis e muito sucesso em sua carreira.



Introdução

“Imagem não é frescura, é chave para o sucesso!”, é o capítulo que abre este e-book. E não podia ser diferente. Afinal, essa é a ideia que defendo há anos em minhas palestras, workshops, treinamentos e até mesmo nos bate-papos que tenho com profissionais que estão preocupados em crescer profissionalmente e não sabem por onde começar.

Sabendo disso, fiz um compilado dos meus artigos que pontuam pontos de extrema importância no processo de gerenciamento da sua Imagem Pessoal e da Sua Postura Profissional. Ele é a porta de entrada para você, desvendar os mistérios da Imagem Pessoal e cuidar melhor da sua para que possa colher ainda mais frutos, transmitindo mais credibilidade para todos a sua volta. Você vai ver como simples cuidados podem fazer uma enorme diferença na construção da sua carreira e no resultado final do seu trabalho.

Afinal de contas a sua Imagem Pessoal é o seu grande diferencial competitivo e eu tenho certeza que você não deseja perder clientes e oportunidades adotando uma Imagem Pessoal e uma Postura Profissional inadequadas.

Boa leitura!

Silvana Lages

(31) 9136-7973

silvana@silvanalages.com.br

www.silvanalages.com.br



O papel do Consultor de Imagem

Entender o papel da Consultoria de Imagem é o primeiro passo para compreender a diferença que o trabalho de um consultor pode proporcionar para a sua carreira , seja qual ela for. Assim, aproveito para explicar alguns pontos importantes sobre a Consultoria de Imagem.

Objetivos

A Consultoria de Imagem auxilia as pessoas e empresas a construírem adequadamente seu Marketing Pessoal e Empresarial, com o objetivo de trabalhar de forma positiva a imagem de um profissional ou empresa, permitindo-lhes realizar uma comunicação eficiente. Assim, o Consultor de Imagem direciona pessoas e empresas para que possam cuidar de três aspectos fundamentais:

Comportamento;
Aparência/imagem;
Comunicação.

Em tempos de alta competitividade , a imagem do profissional tem cada vez mais importância no crescimento, desenvolvimento e prosperidade da sua carreira no mercado, já que a sua imagem e o seu comportamento refletem diretamente na Imagem da Empresa em que trabalha/representa e nas mensagens que esta transmite aos seus clientes.

Porém, o objetivo do trabalho do consultor de imagem não é mudar ninguém, mas sim conscientizar profissionais de que ao adotarem uma imagem e postura coerentes à missão, valores, princípios e objetivos da empresa em que trabalham/representam todos terão muito mais SUCESSO e RESULTADOS.

O papel do Consultor de Imagem

O trabalho que desenvolvo nos meus clientes e parceiros tem como foco principal o ganho pessoal do profissional, para que ele se sinta mais motivado a mudar uma postura ou um comportamento – o que resultará em ganhos percebidos diretamente na carreira do próprio profissional, que não mais terá que mudar porque a empresa quer que ele mude, mas sim porque ele quer mudar para ter ainda mais sucesso profissional.

A metodologia proposta é considerada infalível, porque objetiva dar mais autoconfiança para os funcionários no vestir, no comportar, no falar, no tratar e no portar, para que possam construir uma imagem adequada, sustentável, autêntica e que transmita confiabilidade e credibilidade.

Porque um Profissional mais confiante é um Profissional mais produtivo! Um Profissional confiante é Um Profissional mais interessante! Um Profissional confiante é um Profissional mais ativo! Um Profissional confiante é Um Profissional mais descomplicado! Um Profissional confiante é Um Profissional mais lucrativo!

O que é uma Imagem Pessoal adequada?

Recentemente, recebi de uma leitora do meu blog (www.silvanalages.com.br/blog) a seguinte dúvida: “mas Silvana, o que é imagem adequada?”.

Achei a dúvida interessante e resolvi reunir neste capítulo algumas dicas para ajudá-lo na definição de imagem pessoal adequada.

Para você, a SUA imagem adequada

Cada indivíduo precisa construir a sua imagem adequada. Você pode, claro, ter como referência uma ou várias pessoas que considere elegante, bonita e que transpareça uma imagem pessoal de sucesso. Porém, esse modelo não deve ser copiado, deve servir apenas de inspiração.

Sua imagem precisa ser construída com base na sua carreira, na sua profissão, na sua condição financeira, no seu tipo físico, nos objetivos que você traçou para o futuro... enfim, em todos os itens que fazem parte da **SUA vida**.

Com base nisso, um bom começo para definir a imagem pessoal adequada para você é responder estas perguntas:

Como quero ser percebido pelas pessoas?

Minha imagem é condizente com o meu cargo e com o conteúdo que eu pretendo transmitir?

Meu corpo, meus gestos, minha fala e meu comportamento expressam adequadamente o que pretendo comunicar para atingir meus objetivos?

Minha imagem transmite sucesso?

O que é uma Imagem Pessoal adequada?

Além disso, lembre-se: imagem adequada tem a ver também com hora, local e circunstância. O que é adequado para um evento noturno pode não ser a melhor opção para um compromisso pela manhã. Mesma coisa com a situação de vida. Mudou de emprego, foi promovida, subiu na carreira, tem clientes de áreas completamente diferentes? Repense sua imagem!

Refleta sobre essas questões, comece a desenhar sua imagem pessoal adequada e inicie a busca por essa imagem adequada. O resultado virá em forma de reconhecimento, sucesso e lucro!
Sucesso!

Os 3 pilares da construção de uma Imagem Pessoal de sucesso

Em todos os meus artigos procuro reunir boas dicas para que você melhore sua imagem pessoal e sua postura profissional e, assim, alcance o tão desejado sucesso profissional mais facilmente.

Quando falo em imagem, naturalmente falo sobre três pilares que são essenciais para a construção de uma imagem profissional de sucesso. Porém, até hoje nunca os tinha apresentado aqui. Coisa que faço agora com uma dica a mais: sempre que sua imagem estiver em jogo leve em conta esses três pilares. Eles com certeza farão a diferença!

1) Adequação

Para tudo existe hora, local e circunstância. O que eu quero dizer com isso é que uma roupa que não é adequada para uma ocasião, por exemplo, não precisa necessariamente sair do seu armário. Talvez ela possa ser utilizada em um jantar informal, um coquetel, um evento... No mesmo sentido, um traje social, mas com brilho, pode não ser apropriado para uso no dia a dia de trabalho, mas talvez seja interessante para um evento noturno de celebrações tão comuns na vida de um profissional.

Sabendo disso, pergunte-se sempre “será que estou me vestindo de forma adequada para esta ocasião?”. Essa autoanálise é essencial para que você sempre saia de casa com a imagem adequada à hora, local e circunstância. Lembre-se disso!

Os 3 pilares da construção de uma Imagem Pessoal de sucesso

2) Equilíbrio

Equilíbrio é outra palavra-chave importante na construção de uma imagem pessoal forte. Saber se vestir e se comportar de forma equilibrada é essencial para transparecer elegância e construir uma imagem que será sinônimo de sucesso. E o equilíbrio deve ser levado em consideração em todas as esferas da sua vida. Tanto pessoal, quanto profissional. O seu sucesso depende desse equilíbrio.

3) Bom senso

Uma pessoa elegante é uma pessoa pautada pelo bom senso. É verdade que é difícil adquirir bom senso, mas você pode se treinar a isso. Como? Analisando como se vestem e se comportam profissionais considerados elegantes e de sucesso e se inspirando neles para construir a sua imagem.

Tenha bom senso, equilíbrio e adequação e com certeza você terá muito mais sucesso em sua trajetória profissional!

E lembre-se daquela velha máxima que menos muitas vezes será mais. Na dúvida, não ultrapasse.

Como trabalhar a sua imagem no ambiente corporativo

Com isso em mente, desenvolvi um plano de ação que pode ajudar a vários profissionais a iniciarem uma virada no que diz respeito à imagem que desejam estabelecer:

1) Entenda a realidade do seu mercado - analise colegas/parceiras de trabalho, líderes e clientes. A percepção do que é mais comum ajuda a formar a imagem ideal para si. A partir disso, busque criar a sua própria identidade, a sua imagem e construir algo diferente e único para você;

2) Saiba que nem sempre o que funciona para uma pessoa, funciona para todas - analise o seu corpo e busque fontes confiáveis para entender o que funciona pra você;

3) Não deixe que a moda use você. Use você a moda! - nem tudo o que está na moda se encaixa no seu perfil nem no perfil da sua profissão. Desenvolva seu senso crítico e preocupe-se com a sua IMAGEM, não com a moda;

4) Planeje a sua imagem! - com base nas mensagens que deseja transmitir (que devem ser coerentes com seus objetivos profissionais), defina o padrão de imagem que deseja buscar e trace metas para chegar até esse padrão. O resultado você verá na prática!

Tenha isso em mente e busque seu sucesso apoiado nestes pilares.

Imagem não é frescura, é chave para o sucesso!

Fala-se muito sobre o trabalho da mulher dentro das organizações, sobre a capacidade que elas têm de se virar em 30 para dar conta de trabalho, família, casa, amigas, saúde (etc.) e, é claro, sobre o que a “mulher de hoje” precisa saber/fazer para se destacar nas suas áreas de atuação.

Dentro desses debates, um tema que surge com cada vez mais força é o papel da imagem que a mulher constrói e que a auxilia no seu desenvolvimento pessoal e profissional, até porque, como gosto de dizer, imagem não é frescura, é chave para o sucesso! Assim, antes de mais nada, é preciso entender o que é imagem...

Diferenças entre imagem e moda

A moda tem crescido muito nos últimos tempos. Diariamente, a mulher é bombardeada de informações sobre o que usar, o que não usar, como usar. Porém, isso tudo é muito perecível. Ao invés de falar em moda, é preciso falar em imagem, que é o que perdura. É preciso despertar na mulher a consciência de que a roupa e a maquiagem que ela escolhe transmitem uma mensagem.

O problema em pensar em moda, e não em imagem, é que essa visão míope faz com que muitas vezes as Mulheres errem na mão na hora da escolha do traje profissional, levando em consideração “o que está na moda”, e não o que é adequado ao seu próprio estilo, ao momento, ao ambiente, ao seu tipo físico e assim por diante.

Imagem é importante, bom senso é fundamental!

Ao fim de minhas palestras, costumo dedicar um tempo para ouvir e responder as dúvidas de quem estava na plateia.

Há alguns meses, em um desses momentos uma jovem chegou para mim e perguntou o seguinte:

- Silvana, assistindo sua palestra percebi que preciso renovar meu guarda-roupas para melhorar minha imagem profissional. Porém, no momento não tenho dinheiro para isso. Estou pensando em fazer um empréstimo para conseguir essa renovação. O que você acha?

Fiquei extremamente preocupada com o questionamento da jovem e, ao respondê-la, percebi que deveria escrever sobre o assunto para ajudar quem enfrenta o mesmo problema.

O fato é que apesar de ser consultora de imagem e saber do peso que uma boa imagem exerce no sucesso profissional, entendo que o bom senso é ainda mais importante. Afinal, de nada adianta se endividar para ficar mais elegante e sofisticada e depois gastar todo o seu lucro/salário no pagamento da dívida.

Assim, caso você esteja passando pela mesma situação recomendo que antes de mais nada analise todas as peças de roupa que tem em casa e verifique como é possível trabalhá-las a favor da sua imagem profissional. Caso após essa análise você perceba que precisa mesmo de algumas novas peças, vá com calma. Compre uma calça ou saia e algumas blusas, camisas, gravatas, para que possa fazer diferentes combinações, e também aposte em acessórios que podem dar um novo ar a um mesmo traje.

Imagem é importante, bom senso é fundamental!

Além disso, adquira o hábito de observar seus colegas, amigos e celebridades e tentar aprender com o que eles vestem. Ver alguém usando uma peça parecida com uma que você tem no armário pode ajudá-lo a pensar em um look interessante que nunca tinha passado pela sua cabeça. No caso de se inspirar em celebridades, você pode ainda recortar de revistas looks que considerar interessantes e deixá-los sempre a sua mão para se inspirar. Essa atividade com certeza vai fazer com que você tenha novas ideias e que não precise gastar para se vestir melhor!

Dessa forma você estará renovando um pouco seu visual sem se endividar. Com o tempo você conseguirá comprar mais peças e aumentar o leque de opções.

Por último, procure não se preocupar com as marcas que veste. Mais importante do que a etiqueta é a forma como você usa a roupa que tem dentro do armário.

Pense nisso e não se esqueça: imagem é importante, mas bom senso é fundamental!

Novos tempos? Nova Imagem!

Neste capítulo quero contar a você uma história que aconteceu com uma amiga minha e que me fez perceber como precisamos enxergar as mudanças com melhores olhos...

Assim que essa minha amiga engravidou do primeiro filho e começou a ganhar os primeiros quilos (e a ver seu manequim alterar de numeração), olhou para as suas roupas pré-gravidez e falou: “não se desesperem, logo vocês voltarão a ser utilizadas”. Claro, era essa a convicção dela: um mês depois do nascimento do bebê ela voltaria à antiga forma, podendo reaproveitar todas as roupas.

Porém, não foi bem assim. Problemas pessoais fizeram com que o retorno dela ao antigo manequim demorasse mais tempo do que ela imaginava. Quando finalmente conseguiu emagrecer, quase três anos depois da gravidez, a primeira coisa que fez foi revirar o armário, escolher umas peças antigas e sair feliz e saltitante pelas ruas, super realizada por estar de volta ao antigo peso.

Qual foi o erro da minha amiga?

Contente por ter vencido a luta contra a balança, minha amiga levou apenas em consideração o fato de as roupas voltarem a servir, sem pensar se elas eram adequadas ao seu novo estilo (sim, ao se tornar mãe ela mudou um pouco seu pensamento e comportamentos), à moda, ao momento profissional. A impressão que tive quando a encontrei usando aquelas peças foi que ela saiu de casa cheirando naftalina!

Dicas práticas

Isso que aconteceu com minha amiga com certeza acontece com muita gente – tanto com mulheres que engravidam quanto com homens e mulheres que engordam por outros motivos e um tempo depois retornam à numeração anterior.

Nada de cheirar naftalina e “coleção passada de você mesmo”, hein?

Novos tempos? Nova Imagem!

Sabendo disso, resolvi reunir aqui algumas dicas para você não deixar que esse hábito prejudique sua imagem pessoal (sim, pois é isso que acontece se você não se vestir de maneira adequada ao ambiente, ocasião e ao seu próprio estilo naquele momento). Acompanhe.

1) Faça uma análise criteriosa das peças que você poderia voltar a usar

Não é porque as roupas voltaram a servir que você precisa utilizá-las. Tire tudo do armário e analise peça a peça. Depois disso, passe para a segunda etapa...

2) Pratique o desapego sem dó!

Concluiu que algumas peças devem ficar no passado? Doe, venda, troque com amigos, faça um bazar... enfim, só não deixe que elas ocupem espaço no seu armário!

3) Cuide das roupas que mantiver

Pequenos ajustes podem fazer peças velhas se tornarem novas de novo. Depois de analisar tudo o que você tem no seu armário e de desapegar do que não vai mais usar, dê uma atenção às roupas que você decidiu manter. Uma costureira pode fazer milagres!

4) Precisa de algo mais? A hora é agora

Depois disso tudo você vai poder dizer se necessita de novas peças de roupa para construir sua imagem pessoal e, também, para amaciar o ego, pois poder adquirir uma peça alguns tamanhos menor é uma delícia!

7 dicas para melhorar sua Imagem Pessoal

Todo Bom Profissional sabe que cuidar da sua imagem pessoal é essencial na busca pelo sucesso. Porém, a tarefa de descobrir o que fazer para que a imagem pessoal reflita seus talentos, conhecimentos e habilidades pode não ser das mais fáceis.

Para começar, recomendo que você:

1) Busque se conhecer

Olhe para o espelho e se enxergue como você realmente é. Ao fazer essa autoanálise você terá a noção exata do que fica bem para você, além de conseguir fazer escolhas mais assertivas.

2) Saiba o que você almeja

Tenha seus objetivos profissionais muito claros. Saiba o tipo de profissional que é, como as pessoas o enxergam e como quer ser percebido por elas. Sabendo o que você quer e quem você é fica muito mais fácil traçar o caminho para chegar aos seus objetivos e definir como você deve se comportar para chegar ao “destino desejado”.

3) Analise se a sua imagem pessoal corresponde com o seu conhecimento

A relação entre embalagem e conteúdo deve ser equilibrada. Você não pode, nem deve, vender uma imagem do que não é, porque assim não conquistará credibilidade junto aos outros.

4) Esteja aberta a mudanças

Imagem não é algo estático, precisa ser adaptada o tempo todo, seguindo as mudanças que acontecem em sua vida: em casa, na carreira, nos objetivos profissionais e pessoais, etc. Tudo isso demanda mudança na sua imagem pessoal.

7 dicas para melhorar sua Imagem Pessoal

5) Nunca relaxe

Às vezes o Profissional cai no comodismo – ou porque já chegou a determinado cargo ou porque acha que as pessoas não reparam mais nele – e acaba deixando de lado preocupações essenciais para o sucesso. Nunca descuide da sua imagem, afinal você pode servir de exemplo para outras pessoas e deve continuar se valendo das ferramentas que lhe levaram ao sucesso.

6) Mantenha a alegria e a positividade

Não adianta adequar a imagem e a postura e se fechar para os outros, cultivando o pessimismo. O foco é o equilíbrio! E o otimismo traz as pessoas pra mais perto de você.

7) Nunca se esqueça de sorrir

Sorria e abuse das palavras mágicas “obrigado”, “desculpa”, “por favor”, “com licença”, etc. Estas simples ações abrirão portas e contarão pontos na avaliação que os outros farão da sua imagem pessoal.

Coloque essas dicas em ação, continue acompanhando nossos posts no nosso Blog www.silvanalages.com.br para aprender muitas outras e dê tempo ao tempo; é o que você precisa para poder assegurar uma imagem pessoal sólida e que dê suporte aos seus talentos e objetivos.

5 dicas para cuidar da sua Imagem Pessoal nas redes sociais

As redes sociais fazem parte da nossa vida. Hoje, sabemos da vida de nossos amigos e familiares por esses canais, e até mesmo nos desenvolvemos profissionalmente por meio deles.

Por conta disso é cada vez mais importante que estejamos atentos ao que postamos, ao que curtimos, ao que compartilhamos em nossos perfis.

Afinal, às vezes uma postagem despreziosa pode causar um grande estrago...

Redes sociais x Vida profissional

Uma recente pesquisa feita pela empresa de recrutamento Robert Half apontou que 44% das empresas brasileiras desclassificam candidatos a uma vaga de emprego devido à má utilização das redes sociais.

Sabendo disso, resolvi escrever este capítulo pensando em ajudá-lo a fazer com que as redes sociais contem pontos a favor da sua imagem pessoal, e não contra. E reuni algumas dicas que farão a diferença. Acompanhe.

1) Saiba dosar a quantidade de posts que você faz por dia

Ninguém gosta de ver sua “timeline” composta apenas por posts de uma pessoa, muito menos seus clientes. Isso passa a impressão que essa pessoa passa o dia inteiro naquele mundo virtual, e não dedicando tempo a crescer profissionalmente.

Claro que você não precisa deixar de postar. O importante é ter bom senso, escolher bem os temas a serem postados (não preciso nem falar que pornografia, violência e drogas são assuntos nunca bem vistos no ambiente profissional, né?) e não virar um “poluidor” de redes sociais dos amigos, colegas, clientes, etc. Post o que interessa aos seus clientes, pense em algo que possa ajudar o seu cliente a solucionar um problema na vida.

2) Não use suas redes sociais como terapeutas

Desabafar, falar mal do cliente / superior / da empresa, reclamar dos ganhos e lucros... nada disso é legal para sua imagem pessoal quando o assunto é o uso profissional das redes sociais. Se um potencial cliente se deparar com esse tipo de comentário no seu perfil, ele com certeza vai colocá-lo no fim da lista de profissionais a contratar. Afinal, você entraria na vida dele com o selo reclamação na testa, e ninguém quer esse tipo de pessoa por perto, pois eles contaminam o ambiente e até mesmo os resultados do time.

3) Uma imagem fala mais do que mil palavras

Já ouviu este ditado, não é mesmo? Pois apesar de clichê, ele é absolutamente real. Ou seja, aquela foto da festa do último fim de semana que mostra que você passou dos limites no volume de álcool consumido deveria ficar apenas no seu computador; aquela outra do pessoal curtindo a praia, todo mundo de biquíni, roupas sensuais, também ficaria melhor se fosse dividida apenas entre vocês, e assim por diante.

Pode até parecer algo simples, mas são pequenos cuidados que lá farão a diferença na sua carreira. Pode ter certeza disso.

4) Não saia curtindo todas as páginas que lhe parecerem legais

Hoje aquela página “Odeio segundas-feiras” pode parecer legal para você. Amanhã, ela vai mostrar ao seu superior, cliente que você não gosta, na verdade, é de trabalhar. E você estará prejudicando sua imagem ao passar essa impressão. Por isso, pense muito bem antes de clicar no “seguir”, “curtir”. Estes cliques têm um poder maior do que você pode imaginar.

5) Use suas redes sociais para compartilhar conhecimento

As pessoas gostam de saber como está a vida do amigo, do parente, do vizinho, do colega, mas também gostam (e querem) ter acesso à informação de qualidade por meio das redes sociais. E se você for esse compartilhador de conhecimento seus clientes e potenciais iniciados valorizarão essa sua característica.

Nesse sentido, participar de grupos da sua área é uma excelente maneira não apenas de compartilhar, mas de receber conhecimento. E também de aumentar sua rede de relacionamentos. Aposte nisso!

Claro que essas não são as únicas dicas para cuidar da sua imagem pessoal nas redes sociais, mas segui-las já é um bom começo. Pense nisso, pare de cometer gafes e cuide também de quem você é na internet. E não se esqueça de obedecer as regras da sua Empresa. Sua carreira agradece!

4 dicas para passar uma Imagem Pessoal confiável

Você é uma pessoa confiável? Mais que isso: suas atitudes, sua postura, seu comportamento e seu visual passam uma imagem confiável?

Todos queremos pessoas confiáveis ao nosso lado. Por isso, passar uma imagem de confiança é tão importante para ser reconhecida pela sua empresa, subir na carreira e principalmente para conquistar mais clientes.

A confiança é a base em qualquer tipo de relação. É claro que é algo que se contrói com o tempo. Porém, algumas atitudes em seu dia a dia mostram às pessoas à sua volta – mesmo para aquelas que não o conhecem muito bem – que você é uma pessoa confiável.

Com isso em mente, reuni algumas dicas pensando em ajudá-la a passar cada vez mais confiança por meio de sua Imagem Pessoal. Acompanhe.

1. Seja fiel à sua palavra

Jamais prometa algo que não pode cumprir. Promessas não cumpridas são a principal fonte de desconfiança. É só pensar em como tantas pessoas perderam a fé na política por conta de candidatos que prometeram várias coisas que não chegaram nem perto de realizar. Por isso, se você falou que iria chegar naquele horário, chegue; se disse que iria enviar aquele e-mail, envie; se falou ao cliente que enviaria o produto na semana seguinte, faça o que prometeu. Prometer e não cumprir é o mesmo que mentir, e mentira e confiança são coisas totalmente opostas.

4 dicas para passar uma Imagem Pessoal confiável

2. Saiba dizer não

A princípio você pode achar que dizer “não” vai fazer com que os outros não confiem em você. Porém, é melhor dizer um não verdadeiro, que um sim falso. Se ficar com medo de negar alguma coisa a alguém, você pode ser sincero quanto às possibilidades e, sempre que possível, buscar alternativas para compensar o “não” que você deu.

Por exemplo: se sua Diretora deu um prazo que você não vai conseguir cumprir, seja honesta, diga quais são as dificuldades e forneça saídas como “Essa semana não conseguirei entregar o relatório porque tenho muitas visitas e reuniões a fazer. Eu posso entregá-la daqui a 10 dias? Assim consigo tempo para incluir mais dados importantes”. Você foi sincera quanto à sua capacidade de produção naquele momento. Isso vai fazer com que ela acredite em você e confie que realmente vai entregar o relatório ainda mais completo em 10 dias.

3. Faça do conhecimento a sua base

Você já parou para pensar como confiamos nos médicos? Muitas vezes, deixamos nossas vidas em suas mãos. O motivo para tamanha confiança é que temos a certeza que ele tem o conhecimento necessário para resolver nossos problemas de saúde. E como sabemos disso? Se sentimos uma dor de cabeça, por exemplo, não sabemos do que se trata. Só o médico, a partir de seu conhecimento técnico, poderá descobrir o que está realmente causando essa dor e indicar o melhor tratamento. Por isso confiamos nele, pois ele entende muito bem daquilo que ele faz.

E assim é com qualquer um. Todos confiam em profissionais com conhecimento. Busque sempre aprender cada vez mais e mostre que pode ajudar as suas clientes, amigos, parceiros, liderados, seu diretor sempre que eles precisarem.

4 dicas para passar uma Imagem Pessoal confiável

4. Tenha controle emocional

Pense em uma pessoa inconstante, que muda de opinião e de humor a todo momento. Você não tem como saber de que forma ela vai reagir à determinada situação. Ou ainda, sabe como ela vai reagir: muito mal. Você confiaria nessa pessoa?

É por isso que o controle emocional é tão importante para você construir uma Imagem Pessoal confiável. Você precisa conhecer seus sentimentos para poder lidar com eles. Ficar nervosa demais, com medo ou com raiva e deixar que isso influencie em suas ações e seu desempenho faz com que as pessoas não confiem em você.

Como você viu, uma Imagem Pessoal confiável é construída por meio de suas atitudes e postura diante das diversas situações do dia a dia. Não tem jeito: a única maneira de parecer confiável é realmente ser confiável.

E você, acredita que passa confiança às pessoas a sua volta? Aliás, você tem confiança em si próprio? Preocupe-se em desenvolver essa autoconfiança e coloque todas as outras dicas em prática com muito mais facilidade.

Sucesso!

E este é apenas o começo...

Então, querido Profissional, este e-book foi apenas uma amostra do conhecimento que tenho sobre imagem pessoal e postura profissional para transmitir a vocês.

Fique sempre atenta às dicas postadas no Blog (www.silvanalages.com.br) e na Fan Page (www.facebook.com.br/silvanalagespalestrante).

Se você ainda não faz parte das minhas redes sociais, basta procurá-las e curtir. E, para você que já acompanha continue participando, pois é um prazer poder compartilhar meu conhecimento com você ajudando-a a se tornar ainda mais Elegante e Sofisticado.

Você verá como através do gerenciamento da sua imagem, postura e de seu comportamento profissional seus resultados aumentarão cada vez mais, trazendo mais lucro e crescimento em sua carreira.

Contem comigo como uma aliada para seu sucesso profissional. Espero sempre poder ter a oportunidade de estar perto de você, te auxiliando em todos os momentos possíveis.

SILVANA *lages*

31 9136.7973

silvana@silvanalages.com.br

www.silvanalages.com.br



Currículo Silvana Lages

Sobre Silvana Lages

Ao longo de mais de 11 anos, Silvana Lages foi empresária da moda corporativa e trabalhou no desenvolvimento, implementação e manutenção do dress-code em empresas de pequeno, médio e grande porte. Essa experiência trouxe à ela uma visão que possibilitou a entrada no mercado de palestras com um conhecimento inquestionável!

Além disso, com o tempo Silvana foi se capacitando e se especializando neste ramo de atuação. Hoje, Silvana é:

- Formada em Consultoria de Imagem, Etiqueta Profissional e Oratória pelo SENAC;
- Especialista em Consultoria de Imagem, tendo como orientadora Ilana Berenholc, pioneira em Consultoria de Imagem do Brasil e Vice Presidente de Relações Internacionais do Comitê de Globalização da Association of Image Consultants Internaional (AICI);
- Especialista em Consultoria de Imagem Corporativa com Ilana e Patrícia Dalpra (consultora de imagem corporativa e pessoal pelos Behavioral Coaching Institute e Image Resource Center de Nova York e pelo Image Institute de Londres) e Consultoria de Imagem Masculina com Ilana, Patrícia e Lula Rodrigues, editor de moda masculina, considerado referência no Brasil neste assunto;
- Silvana Lages também fez curso de Consultoria de Imagem e Personal Stylist com Titta Aguiar e de Etiqueta Social e Profissional com Esther Soares, assessora de marketing pessoal, e Virginia Gargiulo, professora de etiqueta e comportamento com formação na Suíça;
- Recentemente, aprimorou seu currículo fazendo o curso completo de Visagismo ministrado por Philip Hallawell, elevando o patamar de seu entendimento sobre criação de Imagem Pessoal.

**A felicidade não se resume na
ausência de problemas, mas sim na
sua capacidade de lidar com eles.**

(Albert Einstein)

SILVANA *lages*

31 9136.7973

silvana@silvanalages.com.br

www.silvanalages.com.br

