

## **O comportamento é o seu espelho**

### **Cuide da imagem para colher os louros mais tarde**

Por Isabel Amaral

**P- Nos almoços de negócios não sei onde colocar os guardanapos de pano que ora são pequenos ou verdadeiros lençóis?**

R- Pequenos ou grandes, os guardanapos servem para proteger o colo das nódoas e para limpar a boca antes de beber e depois de comer. Por isso os deve pôr no colo, quando se sentar para começar a comer. Se for muito grande, não precisa de o desdobrar, mas se for pequeno deve desdobrá-lo para ficar com o colo mais protegido. No fim da refeições, não o volte a dobrar mas pouse-o em cima da mesa amachucado para se ver que foi usado.

**P- O que fazer quando se tem um desejo incontrolável de bocejar durante uma reunião? Quais os riscos desse acto e como disfarçar?**

R- Deve disfarçar o bocejo pondo a mão à frente da boca e fingindo, por exemplo, que está a tirar qualquer coisa da cara. Se não conseguir disfarçar, o orador ou os participantes na reunião vão achar que está muito maçado ou que é muito malcriado. Bocejar é um reflexo saudável para oxigenar o cérebro mas fazê-lo ostensivamente à frente de pessoas, denota má educação ou aborrecimento.

**P – Em reuniões ou apresentações, falar com eficácia e sem medo ajuda muito. Onde se podem aprender esses truques de comunicação?**

R- A maior parte dos executivos portugueses têm mais medo de falar em público de que ir ao dentista. Falar em público é de facto assustador. Apesar falar todas as semanas para públicos diferentes, sinto sempre um certo medo antes de tomar a palavra numa. Só que já aprendi que o medo se vence que e as técnicas de expressão oral se aprendem com especialistas. Sugiro que contacte as empresas de formação com que costumo trabalhar neste tipo de acções e que são as seguintes: ANJE, Global Estratégias, IAEC, IFE, IGAP, INA, etc.

**P O que devo fazer ao saber que o meu colega ou subordinado acaba de ser pai? Devo comprar um presente?**

R- Depende do grau de convivência que tiver com o seu colega ou subordinado. Se for amigo dele, compre um presente para o bebé. Se não, basta dar-lhe os parabéns. Como toda a gente gosta de receber presentes, também pode lançar a ideia de se juntarem todos os colegas para oferecer um presente conjunto ao pai babado.

(Você SA Novembro 2001)