



**Formação em *reverse* *mentoring***

**Autoria:** Institute of Development, Chipre

Módulo 2: **Matriz de competências em *mentoring***

**UA3:** Competências interpessoais e de pensamento crítico

Ficha 2: Seis formas simples para causar uma boa impressão (parte 1)

Atividade 3:Seis formas simples para causar uma boa impressão

**Seis formas simples de fazer uma boa impressão**, baseado no livro de Dale Carnaghie “Como ganhar amigos e influenciar as pessoas”.

1. **Interessar-se** **genuinamente por outras pessoas**. “Pode fazer mais amigos em dois meses por estar interessado nos mesmos, do que em dois anos por fazê-los se interessarem por você.” A única forma de fazer amizades duradouras e de qualidade é aprender a interessar-se genuinamente por essas pessoas.
2. **Sorrir.** A felicidade não depende de circunstâncias externas, mas sim de atitudes internas. Além disso, quando sorri parece mais convidativo, amigável e aberto.
3. **Repetir pelo menos duas a três vezes o nome da outra pessoa.** Lembre-se que o nome de uma pessoa é, para essa pessoa, o som mais doce e importante em qualquer língua. Podemos fazer com que as pessoas se sintam extremamente valorizadas e importantes, lembrando-se do seu nome.
4. **Ser um bom ouvinte.** Encoraje os outros a falar de si mesmos. A maneira mais fácil de se tornar um bom conversador é tornar-se um bom ouvinte. Muitas vezes, as pessoas não querem ouvir um conselho ou opiniões; querem somente alguém que as escute.
5. **Falar do interesse da outra pessoa.** Se falarmos com as pessoas sobre aquilo em que estão interessadas, sentir-se-ão valorizadas e irão retribuir.
6. **Fazer a outra pessoa sentir-se importante.** Faça-o com sinceridade. A regra de ouro é tratar as outras pessoas como nós gostaríamos de ser tratados. Gostamos de nos sentir importantes, assim como todas as outras pessoas.