

# 11 frases que você nunca deve dizer no trabalho

Se você busca ver as coisas melhorarem, mas está acomodado, é difícil aceitar, mas a mudança está bem longe de acontecer. É preciso tomar um posicionamento e fazer do seu local de trabalho um ambiente mais saudável e aconchegante. Cuide de sua imagem no meio profissional. Seja ético e pense sempre nos outros. Veja algumas dicas do que nunca dizer ambiente de trabalho:

## **"NÃO É JUSTO"**

Todos sabem que a vida não é justa. Ficar dizendo o tempo todo que ela não é, só o faz parecer ainda mais imaturo.

## **"ISSO SEMPRE FOI FEITO DESTA FORMA"**

É preciso entender que a tecnologia evolui, que as coisas mudam e que o seu jeito nem sempre é o melhor para fazer as coisas.

## **"SEM PROBLEMAS"**

Quando alguém pede para você fazer algo e sua resposta é "sem problemas", você quer dizer que em outro momento isso seria um problema.

## **"EU ACHO QUE.../ NÃO É UMA IDEIA TÃO BOA ASSIM, MAS... / É UMA PERGUNTA ESTÚPIDA..."**

Instantaneamente esses inícios de frases retiram sua completa credibilidade, mesmo que seja uma boa ideia a ser reportada.

## **"ISSO VAI APENAS LEVAR UM MINUTO"**

Determinar a quantidade de tempo que alguma conversa levará é muito pouco para você mesmo, ao menos que você verdadeiramente leve 60 segundos.

## **"EU VOU TENTAR"**

Essa é uma resposta bastante incerta e desanimada. É preciso ter entusiasmo, dar a certeza de que você colocará o seu melhor em tudo o que se propuser a fazer.

## **"ELE É PREGUIÇOSO, INCOMPETENTE, TOLO"**

Falar mal do colega de trabalho não só fará mal a você, mas a todos que estão a sua volta. Não é um hábito saudável, principalmente à harmonia do local.

## **"MAS ESSA NÃO É A MINHA FUNÇÃO"**

Esta frase é uma das mais sarcásticas e não pega bem em nenhum cenário. Ao dizê-la, você dá a entender que está ali apenas para cumprir o mínimo necessário do seu trabalho. E, sinceramente, você deve ser melhor do que isso.

## **"NÃO É CULPA MINHA"**

Não é nunca uma boa ideia fugir das responsabilidades. Mesmo que você sabia quem foi o culpado e que ele não foi você, a melhor opção é sempre se abster de opiniões e auxiliar na procura de soluções.

## **"EU NÃO POSSO"**

Pessoas não gostam de ouvir "eu não posso", pois logo parece um "eu não vou". Procure, então, meios mais sutis e delicados de dar algumas notícias.

## **"EU ODEIO ESTE TRABALHO"**

A última coisa que alguém deseja ouvir de um funcionário é que há desgosto em estar ali - por mais que haja concordância. Esforce-se, então para disfarçar este sentimento e fazer do lugar cada vez melhor para todos.

Fonte: <http://www.msn.com/pt-br/dinheiro/carreiraeducacao/>

# 6 atitudes banais que podem ser motivo de demissão

Redação

Existem muitos motivos pelos quais, mesmo um bom profissional, pode ser demitido de seu emprego. É preciso ter ciência de que não só na vida, mas também no mercado de trabalho, algumas atitudes que parecem corriqueiras podem trazer consequências bastante graves.

[VEJA TAMBÉM: 10 coisas para se fazer quando você odeia o seu emprego](#)

Um estudo do Instituto ePolicy entrevistou mais de 300 empresas e descobriu que um terço delas tinha demitido funcionários pelo mau uso da tecnologia e 45% delas rastreavam seus funcionários por meio da tecnologia. Não há uma regra para que os funcionários saibam quando isso está acontecendo. Nos Estados Unidos, por exemplo, apenas dois estados obrigam suas companhias dar este tipo de alerta.

[E MAIS: 10 perguntas que o seu currículo deve responder em 10 segundos](#)

Mas, quando se trata de razões para ser demitido, existem milhares de possibilidades. Portanto, vale a pena ver algumas das mais corriqueiras e até mesmo, imperceptíveis que você pode prevenir. Veja na galeria de fotos abaixo:

## **Prometer a mais e cumprir a menos**

Se você fez uma promessa implícita para ser aceito no emprego em que está hoje, saiba que é bom você ser capaz e estar disposto a cumpri-la junto com todas as outras responsabilidades do cargo. Aceitar um emprego que você não está qualificado, pode comprometer sua carreira. Entenda que essa atitude não pega bem. Seja sincero ou dê o seu melhor para crescer e cumprir com suas palavras.

## **Negatividade**

Você foi contratado para facilitar o trabalho do seu superior ou o de uma outra área, mas na prática não é bem assim. Algumas coisas cairão sobre o seu colo e não há muito o que fazer. Ser sincero é o correto, mas existem formas e formas de se dizer algo. Seja, portanto, cauteloso com a forma e com a frequência em que você vai reclamar da situação. Isso pode, facilmente, se tornar um peso a mais aos que trabalham com você.

## **Amigável demais**

Ser sociável e fazer amizades durante o período de trabalho pode ser saudável e harmônico ao escritório. Mas fazer isso o dia inteiro, o tempo todo, indica que há

alguma coisa de errado. Verifique se os seus colegas verdadeiramente correspondem a esta sua empolgação, se o seu chefe não está incomodado e, principalmente, se isso não interfere na sua produtividade.

## **Falta de inteligência emocional**

Todos sabem que pessoas são complexas e conviver com elas é ainda mais. Para criar uma boa relação profissional, é preciso ter inteligência emocional, saber a hora de dizer certas coisas, fazer uma piada no momento certo ou até mesmo desabafar no lugar e momento mais adequados. É preciso ser emocionalmente inteligente para não explodir, não menosprezar os outros, não ignorar todas as opiniões ao seu redor.

## **Bom senso**

Muitas pessoas não pensam duas vezes antes de levar para casa um pacote de papéis da impressora, ou antes de usar o táxi da empresa para satisfações pessoais. No entanto, aos olhos do seu empregador, isso pode ser considerado roubo ou, no mínimo, falta de bom senso. Abusar dos recursos da empresa é um delito grave, mesmo que o valor monetário não signifique muito.

## **Falar em nome da empresa**

A partir do momento em que você fala em nome da empresa, você pode, não só se queimar como profissional, mas também jogar por água abaixo todo o trabalho que uma equipe fez durante anos. Então consulte seus superiores, não se arrisque muito. Se surgirem dúvidas: tire-as.

Fonte: <http://www.forbes.com.br/carreira/>