

Jak dać się zauważyć w pracy

Mam dobre pomysły, znam się na tym, co robię i wiem, że stać mnie na więcej. Niestety czuję się niedoceniany przez przełożonego. Po kilku latach ciężkiej pracy, mam przeczucie, że szef nie do końca zdaje sobie sprawę, że większość sukcesów naszego działu było wynikiem moich działań i zaangażowania. Mimo mojego dużego doświadczenia nigdy nie zostałem wydelegowany jako przedstawiciel firmy na coroczny prestiżowy kongres naszej branży, na czym mi bardzo zależało. Młodszy stażem koledzy szybciej awansują i dostają ciekawsze projekty. Wszystko to sprawia, że zmniejsza się moje zaangażowanie i innowacyjne podejście do pracy.

Budowanie własnego wizerunku w pracy jest równie ważne, jak wiedza i umiejętności zawodowe. To, jak jest się postrzeganym, może mieć nawet większy wpływ na możliwości zawodowe niż rzeczywiste kwalifikacje. Nawet bardzo dobry produkt może pozostać niezauważony bez odpowiedniego marketingu. Podobnie jest z dobrym pracownikiem. Konieczne jest zbudowanie odpowiedniego wizerunku w świadomości osób, które mają wpływ na naszą zawodową przyszłość.

Specjaliści PR wiedzą, że wszystko komunikuje. Wysyłamy komunikaty poprzez sposób, w jaki jesteśmy ubrani, poprzez zachowanie, przez dobór słów czy to, jak się prezentujemy podczas oficjalnych wystąpień i w nieformalnych sytuacjach. Zajmijmy się dwoma obszarami, które bez wątpienia mają duży wpływ na budowanie wizerunku profesjonalisty:

- wygląd zewnętrzny
- sposób wypowiedzania się

Wygląd zewnętrzny oraz sposób, w jaki się wypowiadamy, tworzą pierwsze wrażenie. To wrażenie jednak często pozostaje na dłużej. Wiele badań potwierdza fakt, że ludzie przywiązują większe znaczenie do tego, co widzą, niż do samej treści wypowiedzi.

Co w takim razie powinni zobaczyć? Zacznijmy od ubrania. Pierwsza zasada mówi, że twoje ubranie powinno być dostosowane do stanowiska, do którego aspirujesz, a nie do tego, które obecnie zajmujesz. Zastanów się, wybierając swoje ubranie, czy tak może wyglądać osoba na stanowisku, o jakim marzysz. Wyróżnij się w pozytywny sposób wyglądem zewnętrznym od innych, w podobnej sytuacji zawodowej. Kiedy nadejdzie odpowiedni moment, to właśnie ty możesz być brany pod uwagę przy awansach, ciekawych projektach i nowych możliwościach.

Osoba na wyższym stanowisku buduje też wizerunek firmy, którą reprezentuje. Długie, czerwone paznokcie lub zbyt krótka spódnica u pani dyrektor nie zbudują profesjonalnej wiarygodności osoby ani firmy. Podobnie pomięta koszula i źle dobrana marynarka u menedżera w poważnej organizacji. Nie szkodzi, że coraz więcej firm wprowadza dni mniej

formalne. Nawet nieformalny strój może cię wyróżnić. W każdym momencie budujesz swój wizerunek. Jeżeli masz wątpliwości, wybierz strój bardziej formalny i klasyczny.

Odpowiedni wygląd zewnętrzny to dopiero początek. Teraz ważne jest, aby dać się zauważyć jako ktoś, kto ma coś do powiedzenia. Już dawno legendarny prezes Forda i Chryslera Lee Iacocca stwierdził bardzo ważną prawdę, że można mieć wspaniałe pomysły, jednak bez umiejętności przekazania ich innym, pomysły te są nic nie warte. Jak wobec tego zaznaczyć swoją obecność i wyróżnić się przez sposób wypowiedzania się.

Sposób wypowiedzania się

Przyjrzyjmy się dwóm ważnym sytuacjom z punktu widzenia budowania swojego wizerunku zawodowego. Pierwsza to formalna prezentacja, druga dotyczy wypowiedzania się bez wcześniejszego przygotowania, np. zgłaszania swoich opinii, pomysłów podczas spotkań i zebrań.

Formalna prezentacja zawodowa to świetna okazja do zaprezentowania siebie. Wypowiedzanie się publicznie jest według wielu badań najwyżej w rankingu sytuacji, których się obawiamy. Wyżej nawet od śmierci. Bez względu na to, jak bardzo się obawiamy prezentacji, mają one wielki wpływ na to, jak będziemy postrzegani.

Pierwsza zasada mówi: nie pozwól, aby twoje zdenerwowanie było widoczne. Nieważne jak bardzo odczuwasz stres, ważne, aby nie obniżył on profesjonalizmu twojego wystąpienia. Większość z nas odczuwa pewien poziom stresu, jednak najlepsi tworzą wizerunek spokojnych, opanowanych, pewnych siebie i tego, co mówią.

Po pierwsze: przygotuj się. Przećwicz swoją prezentację kilka razy. Przygotuj się na pytania, wyprzedź możliwe wątpliwości i zastrzeżenia dotyczące treści prezentacji. Przygotuj sobie dodatkowe informacje. Sprawdź sprzęt i sposób obsługiwanie go. Upewnij się, kto będzie uczestniczył w prezentacji i na czym mu zależy. Dobre przygotowanie daje ci więcej wewnętrznego spokoju i obniża poziom stresu.

Podczas prezentacji utrzymuj kontakt wzrokowy z poszczególnymi słuchaczami. Zatrzymaj wzrok dłużej na kolejnych osobach. Przekaż całą myśl jednej osobie, a potem innej. Nie obiegaj wzrokiem twarzy, tylko mów do konkretnych osób, tak jak to robisz w nieformalnej rozmowie z kimś, kto ma dla ciebie znaczenie. Nie patrz w sufit lub w podłogę. Patrząc w oczy pokazujesz pewność siebie, przekonanie i wiarygodność. Dzięki kontaktowi wzrokowemu kontrolujesz sytuację, będziesz więc postrzegany jako osoba, która potrafi wpływać i kontrolować rzeczywistość, czyli zarządzać.

Nie stój w jednym miejscu. Pokaż, że mówisz do swoich słuchaczy i się ich nie obawiasz. Pokaż, że masz coś do powiedzenia, a nie tylko, że potrafisz przeczytać slajd. Umieść niewiele tekstu na slajdzie, powiedz więcej podchodząc bliżej do słuchaczy. Pamiętaj, że to jesteś osobą, która ma coś do powiedzenia, a słuchacze przyszli zobaczyć i posłuchać ciebie, a nie oglądać slajdy.

Mów głośno. Nie wystarczy mówić tak, aby wszyscy słyszeli. Ważne jest też, abyś budował przekonanie w świadomości słuchaczy, że jesteś pewny siebie. Kiedy mówisz cicho, robisz wrażenie osoby nieśmiałej, nawet jeżeli wszyscy słyszą, co mówisz.

Zwiększ tempo mówienia. Wolne mówienie nie tylko usypia słuchaczy, ale przede wszystkim tworzy odczucie, że prezydent sam jest znudzony tematem i mało zaangażowany. Mów nieco szybciej, a będziesz odebrany jako osoba entuzjastyczna i zaangażowana. Nie zapomnij o modulacji głosu i podkreślaniu tego, co mówisz pewnymi gestami. Pokażesz, że wiesz, o czym mówisz.

Nie obawiaj się włączyć w swoje wystąpienie słuchaczy. Zadaj im pytania. Ten, kto zadaje pytania, kontroluje sytuację. Wzmocnisz w ten sposób wizerunek osoby pewnej tego, co mówi.

Nie zawsze mamy okazję pokazać się podczas formalnych prezentacji. Są jednak też i inne sytuacje, które można świetnie wykorzystać w budowaniu odpowiedniego postrzegania własnej osoby.

Wszyscy uczestniczymy w mniej lub bardziej formalnych spotkaniach w pracy. Niektóre osoby zawsze zaznaczają swoją obecność, inne niemal trudno zauważyć i nikt nie pamięta, czy w ogóle uczestniczyły w spotkaniu. Jeżeli masz coś do powiedzenia, twój punkt widzenia na sprawę, odmienną opinię lub pomysł do rozważenia, zrób to w taki sposób, aby twój wkład został zauważony.

Po pierwsze nie zaczynaj rozwijać swojej myśli, dopóki wszyscy zebrani nie zaczną cię słuchać. Zaczynaj od „mam w tej sprawie odmienną opinię”, „chciałbym coś dodać...” lub „czy mogę prosić o jeszcze chwilę uwagi?”. W ten sposób skupisz uwagę innych na swojej osobie. Dopiero wtedy powiedz, jaki jest twój punkt widzenia. Najpierw, co konkretnie uważasz, potem dlaczego tak uważasz. Na koniec powtórz jeszcze raz swój punkt widzenia, aby podkreślić i zakończyć na tym, co jest głównym twoim komunikatem.

Wszyscy teraz są zagubieni w nadmiarze informacji napływających ze wszystkich stron. Najbardziej nawet racjonalne decyzje personalne zawsze będą w pewnej mierze opierać się na subiektywnym postrzeganiu naszej osoby przez tych, którzy mają wpływ na naszą karierę zawodową. Trudno jest liczyć na to, że nas wyróżnią, a nasza wiedza i umiejętności zostaną odkryte, jeżeli świadomie nie zadbamy o to sami.