

GLAMOUR®

revistaglamour.com.br

DEZEMBRO 2015
Nº 45 • R\$ 8

**E O GLAMMY
VAI PARA...**

QUEM CAUSOU EM
2015 SOB NOSSA
(BEM DIVERTIDA)
ÓTICA

Entre nessa
FESTA

169

DICAS DE LOOKS,
MAKE E DECOR
PRA SUA CASA

**CAMILA
PITANGA**
BRILHA
MUITO NOS
BASTIDORES
DA SEMANA
DE MODA
DE PARIS!

**FALTA
OPINIÃO!**

POR QUE AS
CELEBS NÃO
DIZEM MAIS O
QUE PENSAM?

**BROCHE NO
PENTEADO**
É COOL,
É QUENTE,
É FÁCIL
DE USAR



XÔ, MÁ IMPRESSÃO!

Causou uma má impressão? E aquela frase “a primeira impressão é a que fica” não sai da sua cabeça? A boa notícia é que as impressões evoluem com o tempo e você ainda tem chances de ficar bem na fita! Ainda mais se ler esta página aqui



“Minha cara fechada é fome. Sou legal, juro!”

REPENSE O QUE DESAGRADOU

A PESSOA... e, conseqüentemente, queimou seu filme. “Por insegurança, timidez ou até raiva, passamos a informação errada sobre nós e manchamos nossa imagem”, resume Margareth Signorelli, coach de relacionamento. Seja transparente consigo e entenda o que aconteceu naquele dia pra dar tudo errado. E, claro, não repita o erro.

CORRA ATRÁS DO PREJU

Antes de tudo, se pergunte: “Vale a pena me explicar?”. Se sim, bole um plano de como, onde e qual a melhor maneira de fazer isso. “Tenha empatia. Ou seja, compreenda o

sentimento ou a reação do outro, coloque-se no lugar dele”, ensina Janaína Leão, psicóloga e coach. Isso vai te ajudar a compreender a opinião alheia e dar a ela uma explicação palpável.

SEJA HUMILDE E PEÇA DESCULPAS!

“Taí a maneira mais rápida de recuperar a simpatia da pessoa pra quem você causou má impressão”, orienta Letícia de Oliveira, psicóloga comportamental. Abra o jogo sobre o que te levou a agir assim. “Vá além do ‘I’m sorry’”. Encontre uma forma original de se desculpar e não tenha medo de se expor: você ganha o outro mostrando quem realmente é”, ajuda Miria Kutcher, coach profissional e sentimental.

OUVIR MAIS, FALAR MENOS

Já dizia o sábio filósofo Sêneca: “Deus dotou o homem de uma boca e dois ouvidos pra que ele ouça o dobro do que fala”. Então... segure a língua! É que você já se mostrou tanto que é hora de deixar a outra pessoa falar. Ser um bom ouvinte é = mostrar interesse pelo próximo. E acredite: todo mundo gosta disso.

VIRE A PÁGINA E BOLA PRA FRENTE!

Viu onde errou, conversou, ouviu e mesmo assim nada? É hora de seguir em frente e parar de se culpar. Nem todo mundo é obrigado a gostar da gente, né? Você fez sua parte. *Move on* com a consciência tranquila...