



Lidando com o outro

Julia começou a fazer um curso de férias e no primeiro dia todos tiveram que se apresentar. Depois disso ela assistiu as aulas e saiu para almoçar sozinha. O que ela pode fazer para se relacionar melhor com seus colegas? Afinal de contas ela tem receio de fazer o curso e não se tornar colega de ninguém.

Conforme vimos neste vídeo, podemos fazer algumas sugestões para a Julia reverter essa situação. Então sempre que ela chegar em um ambiente desconhecido, ela pode:

- **Conheça os seus novos colegas:** Tire um tempo para conhecer parte das vidas de seus colegas e seus interesses fora do ambiente onde vocês estiverem.
- **Seja amigável:** Às vezes nos esquecemos de sorrir durante o dia e isso pode enviar uma mensagem errada para as pessoas, então sempre que possível, sorria e interaja com as pessoas.