

TÉCNICAS DE SINCRONIZAÇÃO E ESPELHAMENTO

SINCRONIZAR E ESPELHAR

Sincronizar e espelhar é uma habilidade que nos facilita a interação com uma pessoa que acabámos de conhecer. Quando conseguimos ser o reflexo da outra pessoa, sincronizando e espelhando até que isso se torne natural, podemos atingir o rapport rapidamente.

O que deveremos, então, sincronizar e espelhar?

- Voz (preste atenção à tonalidade e velocidade da fala da outra pessoa)
- Respiração (observe a velocidade da respiração. Verifique se é tranquila, lenta ou rápida)
- Postura corporal
- Ritmo dos movimentos
- Palavras e predicados utilizados

Saberemos que estamos a sincronizar e espelhar corretamente quando a outra pessoa nos espelhar de volta, ou seja, quando começarmos a adotar uma postura ou gestos diferentes e a outra pessoa nos acompanhar. Quando atingimos este ponto, estabelecemos o rapport e estamos em condições de **conduzir**, levando a pessoa para a direção que pretendemos. Geramos assim, o poder de influência.

O que faz alguém que quer entrar num comboio em andamento? Antes de saltar, corre e acompanha a velocidade do comboio. Só depois se atreve a saltar (por favor, nunca pratique este exemplo na vida real).

Ser capaz de sincronizar nas situações mais desafiantes, sejam elas de natureza pessoal ou profissional é o que permite ou não conseguir conduzir a pessoa para onde se deseja.

Imagine a difícil situação de lidar com um filho adolescente que está fixado nas suas próprias ideias e necessidades como se fossem únicas ou que está com o cliente que tem convicções fortes e contrárias ao que lhe quer apresentar. Quer numa situação, quer noutra se não estabelecer rapport, dificilmente conseguirá conduzir essas pessoas.

Ser capaz de sincronizar e espelhar por algum tempo, permite que consiga conduzir a pessoa com muita naturalidade e até com facilidade, mesmo em situações aparentemente complicadas.

Observe os melhores vendedores em ação e verifique como eles primeiro se preocupam genuinamente em acompanhar o cliente e conseguem sincronizar e espelhar demonstrando um interesse real e verdadeiro pela pessoa e pelo que ela necessita.

TÉCNICAS PARA SINCRONIZAR E ESPELHAR

Equiparação – quando sincronizamos usando a mesma parte do corpo. A outra pessoa levanta o braço direito e eu levanto também o braço direito.

Espelhamento – quando sincronizamos com a outra pessoa em forma de espelho. Quando a outra pessoa cruza a perna direita sobre a esquerda e eu cruzo a esquerda sobre a direita.

Equiparação cruzada – quando utilizamos uma parte diferente do corpo para equiparar os movimentos. A outra pessoa cruza o braço direito sobre o esquerdo e eu cruzo a perna esquerda sobre a direita.