Como as redes sociais podem arruinar a sua imagem profissional

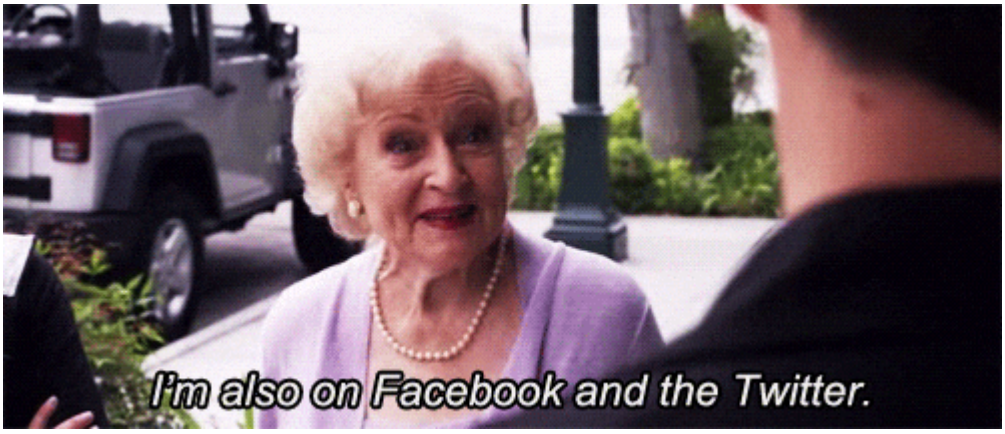
A rede social é algo bom, exceto quando você posta alguma besteira. Um “simples” comentário ou uma foto aparentemente inofensiva pode arruinar a sua imagem profissional.

E não estamos nos referindo apenas às contas corporativas. A sua conta pessoal, naquela em que você diz tudo o que pensa, briga com o amigo sobre futebol, detona com os políticos e ainda posta um montão de fotos…

Essa mesmo. Aí mora o maior perigo. A empresa onde você trabalha está atenta ao seu comportamento. Aquela onde você tem uma entrevista de emprego também. Os seus colegas, os recrutadores, os clientes… Sua vida é um livro aberto.

Postagens inadequadas em redes sociais têm rendido não apenas danos para a imagem profissional de muita gente. Elas têm resultado em demissões, inclusive, por justa causa, estendendo os prejuízos para o bolso dessas pessoas.

Todo mundo ligado



Já são cerca de 2,5 bilhões de internautas no mundo inteiro conectados nas redes sociais. Entre os brasileiros, esse

público representa 58% da população.

Facebook (o campeão nas preferências dos internautas), Twitter, Instagram, LinkedIn, Pinterest… Nas redes sociais, as pessoas colocam os seus perfis, pesquisam, opinam, reclamam, vendem, compram, defendem ou acusam, ou seja, elas se expõem a todo momento.

E quanto maior a presença nas redes sociais, mais abrangente será o impacto das publicações. E maior deve ser o cuidado com sua imagem profissional e pessoal também.

Isso vale para os aplicativos como Snapchat e Whatsapp também, que não são redes sociais, mas que entram na lista de atenção.

Vida pessoal versus vida profissional

O principal erro de muitos internautas é pensar que é possível separar a vida pessoal da vida profissional. Quando se trata de internet, isso não é bem verdade.

Veja um exemplo. Você é um profissional assíduo, competente, traz resultados para sua empresa. Nas férias, você decide viajar com a família para o Caribe. Lembre-se: você está de férias, em outro país. Ninguém tem nada com a sua vida.

Um dia, uma pessoa negra senta perto de você na praia. Você não gosta e resolve colocar pra fora todo o seu preconceito e "vomita" um monte de asneiras e ofensas na sua rede social.

Você está no Caribe. De férias com a família. Mas a sua atitude preconceituosa viaja o mundo e bate na porta do seu chefe. Os colegas começam a comentar, o nome da empresa surge nos debates…

Sinto dizer, mas as suas férias no Caribe podem terminar com uma grande dor de cabeça pra você e danos para a sua imagem

profissional também. Terá sorte se não for formalmente advertido ou até mesmo demitido.

Demissão e julgamento

Veja agora um fato real de um grande estrago, decorrente de uma postagem inadequada (nesse caso, também ilegal).

No ano passado, a modelo americana da Playboy, Dani Mathers, compartilhou fotos no Snapchat ridicularizando o corpo de outra mulher na academia que ambas frequentavam.

Preste atenção: ela estava na academia e usou uma conta e dispositivo pessoais. Mesmo assim, a repercussão negativa do seu comportamento lhe rendeu uma tempestade de críticas e a perda do emprego numa emissora de rádio.

A rede de academia que ela frequentava também tomou uma decisão drástica: proibiu a entrada da modelo, para sempre, em todas as unidades do grupo.

Além disso, a modelo foi a julgamento por crime de invasão de privacidade. Nesse caso, porque a foto foi tirada sem o consentimento da outra mulher. É claro que a modelo tentou se justificar, pediu desculpas, disse que não tinha intenção de prejudicar ninguém…. Mas o estrago estava feito e a sua imagem profissional ficou arranhada.

Todo mundo sabe que uma boa imagem profissional ou pessoal é construída ao longo de anos. Mas, às vezes, basta uma escorregada para colocar tudo a perder.

Redobre os cuidados na empresa

Quando você estiver nas dependências da empresa ou no horário de trabalho, redobre os cuidados com as suas postagens na rede social. Afinal, essa atitude pode salvar a sua imagem profissional e o seu emprego.

O mercado está abarrotado de casos que não terminaram nada bem para os internautas. Numa grande companhia, por exemplo, adolescentes recém-contratados decidiram comemorar a conquista de uma forma nada apropriada.

O grupo postou foto com as calças abaixadas, mostrando o bumbum. Os agravantes nesse caso: eles estavam usando o uniforme da empresa e a foto foi tirada no local de trabalho.

Uma vez divulgada a foto, choveram comentários negativos e críticas da comunidade sobre o processo de seleção da empresa. As pessoas começaram a questionar se era esse tipo de profissional que ela estaria preparando. Então, fica fácil saber o futuro desses garotos: demissão.

E quem não se lembra de um estagiário que, no início deste ano, postou uma foto, em uma obra da empresa, com a seguinte legenda: "procurando uma feminista para ajudar a descarregar" – referindo-se à carga de cimento.

Imediatamente, ele começou a ser acusado de machista pelos internautas, sendo bombardeado por críticas.

O estagiário expressou sua opinião pessoal, mas ele usava uniforme e estava nas dependências da empresa. A repercussão negativa resultou em demissão e, ainda, levou a construtora a se desculpar publicamente e esclarecer que "despreza qualquer incitação de ódio e preconceito".

Famosos não escapam das "punições"

A modelo da Playboy não está sozinha na lista dos famosos demitidos por causa de postagem inapropriada. A atleta grega Voula Papachristou foi expulsa das Olimpíadas 2012 após tuitar uma piada nada engraçada. Ela disse: "Com tantos africanos na Grécia… os mosquitos do Nilo Ocidental pelo menos comerão comida caseira".

Outro caso de piada sem graça. O humorista americano Gilbert

Gottfried tentou fazer as pessoas rirem do terremoto no Japão. Ele tuitou: “O Japão é realmente avançado. Eles não vão à praia. A praia vem a eles” e “Eu acabei de terminar com minha namorada, mas é como os japoneses dizem: ‘haverá outras pessoas flutuando por aí a qualquer minuto”. O resultado: perda do contrato de trabalho.

A goleira americana Hope Solo usou uma foto no Instagram para ironizar o vírus Zika no Brasil. A punição veio da torcida brasileira nos estádios. Durante os jogos, ela foi amplamente vaiada, sempre que tocava na bola. Após a repercussão negativa, Solo disse que não teve intenção de zombar com dos brasileiros. Não colou!

Eu ainda sei o que você fez no verão passado…

Quando se trata de internet, você não pode contar com o tempo como seu aliado. De uma forma geral, tudo o que você posta hoje ficará ali para sempre. Mais tarde, alguém poderá ressuscitar uma bobagem sua e causar prejuízos para sua imagem profissional e pessoal.

Esses “fantasmas” aparecem quando você menos precisa deles, como por exemplo, num processo de seleção de emprego. Ou se você decidir se candidatar para um cargo público…

No concorrido mercado de trabalho, o que não falta é gente querendo derrubar o adversário. Você não precisar abastecer o inimigo com munição.

10 erros ou atitudes que podem arranhar a sua imagem profissional

1. Reclamar demais sobre tudo e sobre todos

Você pode receber o apelido de “o chato do Facebook”. Especialmente, não faça comentários negativos ou maldosos sobre o seu chefe, seus colegas de trabalho, concorrente, clientes ou até mesmo sua empresa. Controle-se e, nesse caso, é preferível manter sua opinião longe das redes sociais.

2. Agir como o porta-voz da empresa

A não ser que você seja oficialmente designado para isso, não queira ser o primeiro a falar sobre um determinado fato, seja ele positivo ou não. Ou seja, deixe essa tarefa para os profissionais de Comunicação e Marketing da empresa.

Ao antecipar uma informação, você pode atropelar um processo estratégico de divulgação ou, até mesmo, contrariar as diretrizes de informação da empresa.

Por exemplo, você viu um colega sendo acidentado no trabalho. Fique calado. Não comente, nem a favor, nem contra. Existem normas e os acidentes devem ser investigados. Ou você soube, por fontes confiáveis, que a sua empresa será premiada? Continue de boca fechada. Não cabe a você dar a primeira notícia.

3. Criticar e condenar em excesso

É muito fácil fazer isso nas redes sociais, mas também é comum

as mais variadas interpretações. E talvez, você não terá como corrigir um mal entendido, depois que o estrago estiver feito.

Justificar que não era bem isso que você queria dizer, ou que houve um engano etc. não contarão pontos a seu favor. Nesse caso, vale o velho e sábio ditado: é melhor prevenir do que remediar.

4.Usar termos vulgares

É claro que você pode opinar, mas não precisa baixar o nível, usando palavrões ou um vocabulário impróprio. Você pode ser "do contra" e educado ao mesmo tempo.

5. Comentários ou piadas inapropriados

Racismo, xenofobia, machismo, pedofilia, incitação ao crime e à violência, discriminação em relação à opção sexual ou religiosa etc.

Além de ser altamente repudiado pelos internautas e pela maioria das empresas, esse tipo de atitude é crime no Brasil. Você pode perder o emprego, ter problemas com a Justiça e ainda pagar indenizações.

Não interessa se você estava falando sério ou se tudo não passou de uma brincadeira. Nesses casos, você não deve também manifestar apoio e nem curtir posts de terceiros. O problema será do mesmo tamanho.

6. Posts que "entregam" uma mentira

Acredite, isso acontece. O caso mais comum é aquele que desmente o atestado médico. Você apresenta o documento na área de RH para justificar a sua falta ao trabalho. Mas aí, você posta uma foto na balada, ou na praia… Vai explicar depois…

Isso ocorre com fotos que o próprio empregado divulga ou com posts de amigos e familiares. Sem intenção de prejudicar

ninguém, acabam entregando a mentira.

E tem aquele “amigo da onça” que quer detonar com sua imagem profissional. Esse sabe que você está de licença e o vê curtindo o sol, com amigos e cerveja. Ele não vai perder a oportunidade de registrar a farsa a fazer a imagem circular pela internet, indo direto para o computador do seu chefe.

Na rede social, a mentira também tem perna curta.

7. Fotos ou vídeos com roupas inapropriadas

Você se veste como quiser, mas o mundo empresarial exige um certo pudor. conomizar demais no tamanho da roupa é algo que pode deixar você numa fria, quando o assunto é trabalho. Nudez, então, nem se fala.

Alguns especialistas recomendam, inclusive, checar as suas fotos no Google Imagem. Pasmem, mas esse é um dos primeiros recursos que muitas empresas usam para saber mais sobre os candidatos no processo seletivo.

Os cuidados devem ser estendidos também para outras situações. Por exemplo, se você saiu para relaxar no final de semana, exagerou um pouco na bebida, subiu na mesa pra dançar e registrou tudo isso no seu smartphone. Talvez seja uma boa ideia manter essas fotos “na gaveta”.

8. Fotos inapropriadas ou não autorizadas do local de trabalho

Isso não vai arranhar apenas a sua imagem profissional. Você provavelmente enfrentará a ira dos internautas e o juiz num Tribunal. E somam as indenizações para complicar ainda mais a sua vida.

Parece difícil acreditar, mas esse é um tipo de post que ganha

destaque todos os dias. Por exemplo, são profissionais de saúde que postam fotos ou comentam sobre pacientes; a médica que convidou o filho adolescente para "ajudá-la" numa cirurgia, o empregado que ridiculariza o colega…

Tem o caso recente do engenheiro da Apple que perdeu o emprego depois que sua filha postou um vídeo com o iPhone X, que ainda não foi lançado oficialmente.

Assim, é aconselhável contar até 10 antes de postar uma foto, vídeo ou qualquer informação da empresa.

9. Admitir que faz algo errado

O cúmulo da besteira, mas tem gente que faz isso e acredita que está abafando.

É o caso da pessoa que rouba a toalha do hotel e posta uma foto da mesma na sua mala… E ainda ri da atitude. O outro é casado e divulga fotos comprometedoras, rodeado de garotas.

Tem gente que divulga a própria imagem de conteúdo racista e outros inapropriados, como se fosse um a coisa mais normal do mundo. E "enriquecem" a besteira com uma legenda ainda mais comprometedora.

10. Posts pessoais no horário de trabalho

Se a empresa souber (e ela certamente saberá) que você vem se distraindo demais com as redes sociais no trabalho, durante o horário comercial, certamente você terá problemas.

A empresa pode entender que você não está comprometido com o trabalho, tem desinteresse ou é irresponsável. As consequências podem variar entre advertência até demissão.

Use as redes sociais para somar, não para afastar as pessoas

Envolver-se em polêmicas nas redes sociais pode não ser uma boa ideia. Principalmente, se você não tomar cuidado com o vocabulário e com o excesso de acusações.

Durante a última campanha eleitoral para presidente, o Brasil bateu o recorde de amizades desfeitas no Facebook. “Coxinhas” e “petralhas” brigaram entre eles e, em um único dia, mais de 5 milhões de pessoas deixaram de ser amigas na rede social.

Colegas de trabalho, amigos de infância, novos amigos, família… muita gente jogou o relacionamento para o segundo plano por causa de opiniões divergentes. Fica uma dúvida: o mesmo problema ocorreria se as divergências fossem manifestadas de forma mais educada?

O que se sabe, de verdade, é que as redes sociais no trabalho ou vida pessoal têm impacto relevante. Então, use isso a seu favor, e não contra você.

Redes sociais e baixa produtividade

Sua imagem profissional pode ser abalada não apenas pelo conteúdo que você torna público, mas pelo tempo que você gasta vendo, comentando, postando coisas, enquanto deveria estar trabalhando.

Hoje, as redes sociais são consideradas um dos maiores vilões da nossa produtividade e impactam também, negativamente, na qualidade das atividades a serem realizadas. Isso porque elas nos levam à falta de concentração do trabalho. Tem gente que não desgruda do celular e não consegue ficar um minuto sequer sem olhar para o aparelho.

Imagine o prejuízo que essa falta de concentração traz para as

empresas, com um batalhão de funcionários “viajando” a quilômetros de distância. Esse é um problema sério no mundo corporativo, e você deveria saber disso e não esperar que alguém lhe peça para se desligar das redes sociais, enquanto estiver trabalhando.

Ou seja, se você quer cair fora desse time que não consegue aterrissar, tome uma atitude. Enquanto estiver no seu horário de trabalho, simplesmente **e**squeça que você tem conta no Facebook, Instagram, WhatsApp etc. Escolha investir na sua produtividade e na sua imagem profissional.

Além das redes sociais, redobre sua atenção, também, com os e-mails, mensagens do celular, jogos eletrônicos, salas de bate-papo, websites de compras, enfim, tudo o que possa distrair a sua atenção.

O conteúdo das grandes redes sociais

A ideia do vale tudo na internet é completamente equivocada. Mais ainda para quem pensa em construir e preservar uma boa imagem profissional.
São várias redes sociais com finalidades diferentes. Conhecer as mais importantes e usá-las adequadamente vão somar ponto a seu favor.

Facebook

Atualmente, Facebook é o queridinho dos internautas em todo

mundo. É a rede social mais popular. Dados de 2016, apontam que, no Brasil, quase metade da população (100 milhões de pessoas) eram usuários do Facebook. A rede permite postagens de textos, fotos, vídeos e links que direcionam para variadas páginas. É focada em engajamento, em promover socialização e entretenimento. Ótima para ampliar relacionamentos. E vem sendo usada, cada vez mais, para o e-commerce.

LinkedIn

Entre todas as redes sociais, o Linkedin é a mais poderosa ferramenta de networking profissional, já que é usada, principalmente, para post relacionado a negócio e trabalho. Para quem está de olho em uma nova oportunidade, capriche no perfil do Linkedin, porque a rede é muito utilizada pelos recrutadores. Nos seus posts, evite temas de entretenimentos ou de cunho pessoal, dando preferência para assuntos relacionados à sua profissão ou ao mundo corporativo.

Instagram

Usada para compartilhar fotos e vídeos curtos do seu dia-a-dia, o Instagram, portanto, é uma rede com forte apelo visual. O foco aqui é o engajamento e socialização. Tem interface com outras redes, como Facebook e Twitter. Dados da empresa mostram que são mais de 500 milhões de usuários.

Twitter

Extremamente dinâmico, é usado para postagens rápidas, em especial, sobre notícias atuais, negócios e política (o presidente americano Donald Trump, por exemplo, é um usuário

assíduo). Uma característica do Twitter são os textos curtos, com até 140 caracteres. Permite aplicar um link para informações mais detalhadas sobre o tema em questão.

YouTube

Com mais de 1 bilhão de usuários, é uma rede social para divulgação de vídeos em geral. No entanto, é muito acessada por internautas que procuram ajuda para solucionar problemas técnicos e tirar dúvidas em geral.

Espaço aberto

Não existe uma receita exata de como usar as redes sociais no trabalho adequadamente para manter uma imagem profissional boa. Existem algumas dicas. Mas o que vale mesmo é o seu bom senso.

Mantenha sempre em mente que as redes sociais são interligadas. Não pense que você sairá impune sendo o educadinho no Linkedin e um causador de problemas no Facebook. O seu chefe, o recrutador, enfim, as pessoas podem navegar por todas as suas redes.

Preste atenção nas hashtags. Hoje elas podem ser usadas em várias redes sociais, como Instagram, Facebook, Youtube e Pinterest.

Outra dica é gerenciar adequadamente o perfil de privacidade das suas redes, de acordo com as suas preferências e os seus objetivos.

Enfim, use as redes sociais a seu favor. Nós do 12min temos opções de leitura superinteressantes para você. Uma delas é sobre a Comunicação na Era Pós-digital:
Marketing e Comunicação na Era Pós-Digital

Agora, que tal dar uma olhada no nosso guia de marketing pessoal?