

Potencializando relações: desafios diários e possibilitadores

Fernanda Freitas Barbosa

Pedagoga – Orientadora Educacional; Psicopedagoga Terapêutica e Institucional - UniRitter

ppfernandabarbosa@gmail.com

Resumo

O texto vislumbra a discussão sobre as relações interpessoais, onde é indiferente o local em que as relações se estabelecem, mas visando expor a importância, o conceito e as modalidades em que se apresentam. Ainda expõe fatores e que influenciam de forma positiva a potencialização dos nossos vínculos e relacionamentos.

Palavras-chave

Relações. Vínculos. Autoconhecimento. Produtividade. Psicopedagogia.

1 Introdução

Vivemos em uma época de constantes mudanças, mudanças estas que reverberam em nossas relações interpessoais, nos estudos e no trabalho. Potencializamos as queixas, excluimos o olhar e a escuta entre os pares e por vezes, perdemos a oportunidade de edificar relações humanas, colaborativas e potentes. Como chegamos até aqui? O que e como fazer para que não percamos o essencial?

O relacionamento interpessoal é uma ferramenta humana que se dá a partir das relações que estabelecemos ao nosso redor, sejam amigos, colegas de trabalho ou estudo e/ou familiares. Estas diversas interações podem e devem acontecer baseadas em sentimentos, emoções e afetos. Caracterizando os diferentes tipos de relacionamentos que desenvolvemos nos núcleos de pessoas que transitamos em nosso cotidiano.

Indiferente se em casa, no trabalho, no ambiente de estudo, ou na vida social e lazer, estamos cercados por diversas e diferentes relações interpessoais, que nos possibilitam conviver e aprender com as mais diversas personalidades.

O relacionamento interpessoal é dinâmico, modifica-se e transforma, contudo é importante frisar que, depende do contexto e/ou ambiente em que ele acontece. Em outras palavras, nossa maneira de transitar e se relacionar no ambiente corporativo, por exemplo, não se estabelecerá de forma igual às nossas relações em ambiente familiar.

Como falado anteriormente, a dinâmica e o movimento das relações convocam em cada um de nós a habilidade em nos relacionarmos. Tal habilidade fomenta não só o convívio e a colaboração, mas também a escuta e a acolhida das demandas do outro, ensina ainda a conviver e bem viver com aqueles que por vezes, não seriam eleitos a serem nossos afetos, mas que são nossos pares.

Para o sucesso pessoal e profissional, ter bons relacionamentos é imprescindível na corrida para o sucesso. Desta forma, podemos perceber exponenciais estudos neste assunto.

Falaremos então sobre os tipos de relacionamento, fatores que os influenciam e as construções que se estabelecem em nossas relações e vínculos.

2 As relações interpessoais e seus diferentes conceitos

As exigências no ambiente profissional são inúmeras, mas na atualidade a maior delas, e entendemos como a mais importante, é a habilidade de manter relacionamentos sadios e colaborativos.

Tal desenvoltura se faz cada vez mais relevante nas organizações, desta forma, o investimento em palestras e formações na área são um crescente. Pois mais que relacionar-se bem com os clientes e parceiros, se faz necessário um bom relacionamento entre as pessoas que constituem a empresa.

Inicialmente, pode-se parecer um investimento não lucrativo, contudo ensinar os colaboradores a cultivar boas relações no espaço profissional tem se mostrado um diferencial. Este investimento além de muito válido, possibilita o crescimento profissional e potencializa os indicadores organizacionais positivamente.

Cuidar e prezar pelo modo como os colaboradores estabelecem as conexões com os colegas de trabalho ou como lidam com os clientes, traz não só lucro para a instituição, mas para o funcionário. A harmonia promovida nestas relações proporciona o desenvolvimento de uma comunicação mais fluida, minimizando os desacertos e aumentando as exponenciais chances de crescimento dos envolvidos.

Esta nova maneira de relacionar-se está fortemente ligada à cultura organizacional da empresa. A exemplo disto, *uma empresa valoriza o dinamismo entre hierarquias de trabalho, preza pelo lado criativo de seus colaboradores, novidade e empreendedorismo, as pessoas que serão contratadas terão perfis semelhantes: serão eficazes, práticas, dinâmicas e procurarão estabelecer um ambiente mais competitivo.* Ao conhecer e reconhecer o perfil que predomina entre os colaboradores é mais simples gerir e estabelecer regras que facilitem o convívio entre os pares. Desenvolver pessoas, em suma é conhecer e reconhecer suas fragilidades e potencialidades, gerindo de forma inteligente e respeitosa tais características.

Já as relações interpessoais pessoais, familiares, afetivas se estabelecem em outro formato, pois envolvem a modalidade de como lidamos com aqueles que nos são mais

próximos: familiares, cônjuges, amigos, companheiro ou companheira, enfim, nossos afetos e como encaramos as situações que se revelam nessas relações.

Um modelo mais recente é o relacionamento interpessoal virtual. Mesmo que tal relação se dê sem a presença física das pessoas, cria-se uma conexão virtual com alguém, e se faz necessário não esquecermos que ainda assim algumas regras e normas comportamentais devem ser seguidas e respeitadas.

Tanto no ambiente de trabalho ou diante de nossas famílias há consequências em mal utilizarmos as ferramentas digitais. Os comunicados e as partilhas devem ter a predominância do respeito, da empatia, da responsabilidade, e de tantas outras características morais que conduzem a relação ética e coerente. Nesse sentido, procurar manter uma postura cordial nos meios digitais e redes sociais se faz importante.

3 As modalidades das relações interpessoais

Os conceitos apresentados até aqui, podem ser compreendidos, dentro das suas características e singularidades como relações Unilaterais e Bilaterais.

No que tange as características das relações unilaterais, entende-se que apenas uma parte ganha, havendo um número importante de discussões e desconfortos, ainda é recorrente que nesse tipo de relação são identificadas como uma das partes como pessoas com características marcantes de persistência e pretensão, críticos ferrenhos e com alta habilidade de ignorar a opinião do outro.

Esta modalidade é facilmente verificada em diferentes tipos de relação. As possíveis orientações apresentam-se em forma de ordens, não considerando a opinião ou as críticas dos “pares”. Esta relação pode se estabelecer no ambiente de trabalho, manifestando-se na forma de uma liderança que não acolhe sua equipe e que não sabe receber críticas, tornando-se assim, uma relação tóxica e potencialmente adocedora.

Entende-se como fundamental que seja evitado, tanto em ser o tipo de pessoa que é sempre “do contra”, como em estar na maior parte do tempo ao lado de pessoas assim, afinal esse comportamento provavelmente irá interferir diretamente em algumas áreas da sua vida, fragilizando possíveis e latentes relações.

Já a constituição das relações bilaterais, se dá no estabelecimento e desenvolvimento de um espaço de troca entre os indivíduos, possibilitando assim experiências ricas e positivas. Onde o zelo por este vínculo estabelecido, é fundamental promotor de relações saudáveis e duradouras.

Nesta modalidade relacional, escutar e compreender o que é importante para o outro é característica predominante, diferenciando assim da relação unilateral, e fazendo-se possível estabelecer um diálogo, apontar situações desconfortáveis, rever comportamentos e desenvolver um ambiente e um espaço saudável para a escuta e a fala.

4 Potenciais influenciadores das relações interpessoais

Diante das diversas características que edificam as relações interpessoais, são vários os fatores que podemos considerar importantes, fatores estes que definem a modalidade e o funcionamento desta relação, podendo assim potencializá-la e desenvolvê-la de uma forma mais assertiva e benéfica. Os fatores, competências e habilidades que são considerados não só importantes, mas também primordiais são o fundamental, autoconhecimento e o amor próprio e os importantes e diferenciais, tolerância e empatia.

O autoconhecimento é um processo exigente e surpreendente, onde acionamos nossos sentimentos e a forma como reagimos a determinadas situações. Estar disponível para refletir de forma pacífica, lúcida e coerente requer um olhar diante de si e do outro bastante complexo, esta postura é concebida diante de tantas outras competências, como o autoconhecimento. Mas como compreender estes tão importantes princípios?

Priorizar o conhecimento de si para em seguida permitir-se conhecer o outro é primordial. Pode parecer um *clichê*, mas esta é a postura diferencial a se dar quando o aperfeiçoamento de nosso caráter se faz necessário.

Qualificar o autoconhecimento como um momento elimina a possibilidade e a beleza do aprendizado diário e significativo, aprender de forma real sobre si, só se dá ao nos relacionarmos com os outros, mantendo a postura de que é sempre tempo de aprender sobre si e sobre e com aqueles que nos cercam. Concomitante a tal experiência, desenvolvemos o amor próprio, onde nós perdoamos e criamos a habilidade de entender e perdoar o outro, nos permitindo chegar a lugares potenciais e sem tantas exigências e cobranças que por vezes, são desnecessárias e fragilizam as possíveis relações e vínculos. Ao se permitir experimentar tal experiência, conseguiremos aplicar e dividir o mesmo sentimento com os que estão à nossa volta e aqui, desenvolvemos a tolerância. Respeitando a individualidade de cada um de uma forma distinta, podendo assim conviver e bem viver sem julgar o que cada pessoa tem a oferecer, aproveitando o melhor de cada sujeito.

Atualmente o conceito de empatia recebe extrema relevância e mostra-se presente na maioria dos discursos, a sociedade inicia um processo de compreensão e entendimento sobre a importância de nos colocarmos no lugar do próximo de diversas formas e em diferentes situações, sem o interesse de obter apenas o que há de melhor nessa relação, mas também dando o nosso melhor ao outro e validando seus sentimentos.

Por fim, ao dialogarmos sobre o relacionamento interpessoal, não podemos excluir que é nele que lidamos com nosso eu e isso requer muita sabedoria e conhecimento, leia-se autoconhecimento e amor próprio. Se faz importante e diferencial uma boa estrutura emocional, fator importante para qualquer relação, entendemos que se tivermos comportamentos positivos para oferecer, é provável, receberemos o mesmo. E é justamente nesse entre, nessa ligação que podemos perceber a relevância do fator do autoconhecimento.

A boa utilização das técnicas de relacionamento interpessoal é fundamental em todas as áreas da vida. Por isso, para começar a ter relações saudáveis no dia a dia, é preciso estar disponível a refletir e expandir sobre as relações já estabelecidas.

Referências

ALBUQUERQUE, Jamil. **A arte de lidar com pessoas: a inteligência interpessoal aplicada.** 2ª ed. São Paulo: Planeta, 2012.

CARVALHO, MARIA DO CARMO NACIF DE. **Relacionamento Interpessoal: como preservar o sujeito coletivo.** Rio de Janeiro: LTC, 2009.

MOSCOVICI, F. **Desenvolvimento interpessoal.** 3ª. ed., Rio de Janeiro: LTC.