

Introdução à Segurança Pública

Portal
IDEA
.com.br



MATERIAL DE ESTUDO INTRODUÇÃO À SEGURANÇA PÚBLICA GUIA FUNDAMENTOS DAS RELAÇÕES HUMANAS

É imprescindível, em quase todas as profissões e atividades, que o ser humano se relacione com seus pares. Quando esses relacionamentos são harmoniosos, produtivos e espontâneos, geram satisfação e avanço. No entanto, quando são conflituosos, emergem barreiras que impedem o desenvolvimento das atividades, ocasionando estagnação nos objetivos a serem alcançados.

Mas o que entendemos por "relações humanas"? Trata-se da arte de se relacionar com o próximo, que se manifesta quando dois ou mais indivíduos interagem. Assim, em um ambiente de trabalho onde duas pessoas compartilham ideias e tarefas, um convívio é gerado que pode resultar em cooperação, atritos, comparações e mais.

Por que estudamos relações humanas? O objetivo é minimizar os obstáculos nas relações interpessoais e permitir uma maior satisfação entre as pessoas envolvidas no processo de convivência.

Existem dois tipos de relações humanas:

1. Comunicação interpessoal: trata-se do relacionamento entre pessoas, caracterizado por eventos ou situações ocorridas em ambientes como o lar, a escola, a empresa, a igreja, entre outros.
2. Comunicação intrapessoal: é a comunicação que mantemos conosco mesmo, como um diálogo interno. Exemplos disso são oração, meditação, etc.

Neste momento, o foco está em analisar e desenvolver a comunicação interpessoal, especialmente voltada para a gestão de pessoas, tratando o tema de forma pragmática, o que permite uma assimilação mais rápida desse tópico por qualquer pessoa.

Podemos destacar algumas ações de relacionamento com pessoas, algumas benéficas e outras prejudiciais:

AÇÕES NEGATIVAS:

- **COMODISMO:** torna tudo insípido e sem vigor
- **JULGAMENTO:** prejudica imediatamente qualquer relação
- **IRRITAÇÃO:** desloca a responsabilidade de um erro para outra pessoa
- **LEVIANDADE:** ignora os sentimentos e preocupações dos outros
- **MENTIRA:** elimina a confiança entre duas pessoas
- **CRÍTICAS:** criam grandes barreiras nos relacionamentos

AÇÕES POSITIVAS:

- **ACEITAÇÃO:** reconhece que as pessoas têm falhas e precisam de auxílio
- **OUVIR:** permite compreender os sentimentos dos outros
- **PACIÊNCIA:** facilita a tolerância mútua
- **ELOGIAR:** reforça os laços de empatia mútua
- **MOSTRAR INTERESSE:** demonstra ao outro que pode contar conosco
- **SORRIR:** o ato mais relaxante e agradável que existe

Vamos analisar por que todos temos a ganhar melhorando nossos relacionamentos e diversas formas de fazê-lo.

Reflexões:

1. "Antes de criticar alguém, procure entender por que a pessoa agiu/age daquela maneira".
2. "Compreender por que as pessoas agem de uma determinada maneira não significa concordar com suas atitudes".
3. "Relacionar-se com os outros requer nosso tempo e paciência". Mas vale a pena, pois nos tornamos mais úteis aos nossos semelhantes.

"EMPATIA" E ESTILO DE COMUNICAÇÃO

A seguir, as conclusões de um grupo de psicólogos em um treinamento de Relações Humanas:

1. Grande parte do nosso trabalho é feita por meio do contato com outros, seja individualmente ou em grupo.
2. A eficiência em lidar com outras pessoas é frequentemente prejudicada pela falta de habilidade, compreensão e interação interpessoal.
3. As pessoas que são mais habilidosas em entender os outros e possuem traquejo interpessoal são mais eficazes no relacionamento humano.
4. A experiência tem mostrado que as pessoas podem aprender e aprimorar suas habilidades em entender os outros e a si mesmas, adquirindo traquejo nas relações interpessoais.

Às vezes, não entendemos por que temos certos comportamentos ou atitudes. Não tentamos perceber que isso pode ocorrer porque temos conflitos internos que não conseguimos resolver. Esses conflitos internos impedem nossa atuação eficaz.

Exemplo: Um chefe "briga" com um subordinado porque o patrão exige "eficiência" da equipe.

Se as pessoas percebem como agem, por que agem e tentam encontrar maneiras de compensar tais comportamentos, isso as ajudará a atuar com mais eficiência no relacionamento interpessoal e na compreensão intrapessoal.

A compreensão dos outros (um dos aspectos mais importantes nas Relações Humanas) é a habilidade de sentir o que os outros pensam e sentem, sem necessariamente se envolver com esses sentimentos. Essa habilidade é conhecida como empatia.

