

Relações Interpessoais – O que você precisa saber para um relacionamento amistoso¹

Gutemberg CARDOSO da Silva²

Esdras Matheus Silva MATIAS³

Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, PB

RESUMO

O artigo se constitui em abordar a comunicação humana e as relações interpessoais, desde a comunicação verbal e não verbal, comunicação interpessoal e intrapessoal, até o estudo do comportamento e as interferências no convívio social. Discute-se formas de desenvolvimento interpessoal. Aspectos relevantes nas relações interpessoais: os estados do eu, relações sociais, as carícias, problemas e diferenças, o silêncio e os relacionamentos em diferentes contextos (família/trabalho/escola), e as formas de construção de redes de relacionamento amistosa.

PALAVRAS-CHAVE: Relações Interpessoais. Comunicação humana. Comportamento. Comunicação.

INTRODUÇÃO

Nós enquanto seres humanos sentimos o desejo, ainda mais do que isso, a necessidade de se relacionar com outros semelhantes, a psicologia tem como ponto de estudo esses relacionamentos, comportamentos e as atitudes, MINICUCCI (2001 p.09) define então a psicologia como “ciência do comportamento humano”. Partindo desses objetos vamos falar então de relações interpessoais, essas que podem acontecer entre duas pessoas, entre membros de grupo ou entre grupos. O relacionamento interpessoal tem sido usado com frequência como sinônimo de relações humanas, que alguns autores, a exemplo de Minicucci, diz que “as relações humanas são a ciência do comportamento humano”.

As relações humanas tem sido estudadas como ciência – a ciência do comportamento humano, no relacionamento intra e interpessoal. O estudo das

¹ Trabalho apresentado na II- 03 – Relações Públicas e Comunicação organizacional do XVII Congresso de Ciências da Comunicação na Região Norte, realizado de 22 a 24 de maio de 2018.

² Autor do Trabalho. Bacharel em Administração pela Estácio e Relações Públicas pela UFPB, Pós graduando Lato Sensu em Psicologia das Organizações e do Trabalho pelo Instituto Graduarate e Graduando em Turismo pela UFPB. E-mail: gutorp@outlook.com.

³ Professor orientador do trabalho. Bacharel e Mestre em Administração pela UFPB, Doutor em Ambiente e Sociedade pela Unicamp, atualmente Professor Adjunto II do Departamento de Turismo e Hotelaria da UFPB. E-mail: esdrasturismo@gmail.com

Relações Humanas valem-se de outras ciências que estudam o homem no seu relacionamento, como a psicologia, sociologia, a moral, enfim, as ciências sociais. (Minicucci, 2001 p. 21)

As relações humanas elas podem ser compreendidas como: Comunicação interpessoal, ou seja, com outras pessoas, semelhantes; e Comunicação Intrapessoal, ou seja, comunicação consigo mesmo conflitos internos, aquele momento que você vai andando e lembra que de algo e internamente diz “Tenho que voltar, esqueci de fechar a porta” ou “Não sei se compro coxinha ou salada?” observe que você quando está só não fala, mas você consegue escutar a voz e vai executar o pensamento.

Grande parte do nosso trabalho, da nossa vida é feito por meio do contato com os outros seres humanos, como indivíduos, nossos semelhantes. Quando há conflito nos relacionamentos com esses semelhantes, temos então um problema de relações humanas.

A nossa eficiência em lidar com outras pessoas é prejudicada pela falta de habilidade de compreensão, prejudicando nossos relacionamentos interpessoais. As relações humanas sendo então a ciência do comportamento humano, no chama a observar e buscar compreender o comportamento dos nossos semelhantes. Pois, as pessoas que tem mais habilidade em compreender os outros por meio das relações interpessoais são mais eficazes em seus relacionamentos.

A simpatia então, ocorre quando você sente junto com o outro, sentem os mesmos sentimentos, é o que você sente em relação ao outro, como por exemplo: se o outro está triste, você também fica triste, se o outro estiver alegre, você também fica alegre.

Já a empatia funciona de forma parecida, porém, com uma semelhança que geralmente confunde as duas, a compreensão. Quando você sente empatia por uma pessoa, você é capaz de compreender os seus sentimentos, e ter a habilidade de não se envolver, por exemplo: se o meu semelhante estiver triste, eu sou capaz de compreendê-lo e de ajuda-lo, mas não vou ficar triste pelos motivos do outro. Diferente da simpatia, que você além de compreender é capaz de sofrer e comemorar junto, como se a dor ou a alegria fosse sua também.

COMPORTAMENTO

O comportamento humano ele é flexível, se adapta e reage de maneiras diferentes para casos adversos, o nosso comportamento se deixa conduzir apropriadamente pelas

situação, e pelas pessoas envolvidas, até por que não se deve, e não se pode ter a mesma uniforme, ou engessada para todas os casos.

Geralmente, quando há pessoas que tratam todos da mesma maneira, se saber adequar o comportamento, ocorre quando há falta de empatia, quando essas pessoas não são capazes de compreender os comportamentos alheios e entender que os outros tem peculiaridades distintas.

Para que possamos ter uma flexibilidade maior do nosso comportamento devemos ter uma espécie de repertório de condutas, estar preparado para todas as situações e saber lidas com elas das melhores maneiras possíveis, desenvolvendo uma sensibilidade social, melhorando em nós mesmos (Intrapessoal), para depois melhorar com nossos semelhantes (Interpessoal), através de alguns passos bem simples como: conhecimento de si próprio, compreensão dos outros, melhor convivência em grupo e desenvolvimento de aptidões para um relacionamento mais eficiente com os outros.

Todos nós temos conflitos internos, esses conflitos muitas vezes não conseguimos resolver, por que perdemos brigas dentro de nós mesmos pela falta de conhecimento, não nos conhecemos tão bem quanto deveríamos. Somos cheios de defesas e que acabam dificultando nosso relacionamento intrapessoal. Colocamos barreiras, e somos os primeiros a se recriminar. De maneira interna, começamos a pensar a que as coisas vão dar errado e de certa maneira fazemos com que dê errado, por não se conhecer tão bem, por não acreditar no nosso potencial, daí começam a surgir em nossa mente frases como: “Não tenho sorte”, “Hoje não é meu dia”, “Nada dá certo comigo”, “As coisas são melhores quando não saio de casa” e assim sucessivamente acabamos nos colocando para baixo. Devemos buscar a cada dia, nos conhecer e trabalhar o que temos de melhor em nós mesmos, e como dizem algumas pessoas sábias “Se eu não me valorizar, quem vai?”.

Após se conhecer melhor, saber quais são suas barreiras e dificuldades que atrapalham o seu relacionamento, você começa então a entender melhor como você é e a partir disso, compreender melhor como os outros são, alguns sinais de como saber se você está entendendo melhor os outros é quando começa a escutar: “Agora sei por que você é tímido”, “Entendo, por que não gosta de sair à noite”, “Entendo suas razões para esse comportamento”, e diversas outras frases de diálogos compreensivos. A melhor coisa a se fazer quando não se conhece é observar.

Em diversos casos encontramos pessoas de pensamentos rígidos, como quem gosta de doces e acha que todos devem gostar de doces, esse pensamento está cristalizado,

os que pensam assim, vão permanecer assim, rígido. Esse comportamento é o estereótipo, são esses sentimentos cristalizados, que não mudam e que acabam rotulando o comportamento da pessoa no entendimento do outro, e acaba fazendo julgamentos pelos estereótipos, seguindo o exemplo, a pessoa que gosta de doces, começa a achar que quem não gosta de doces não aproveita a vida, e acha que o mundo de quem não gosta de doces está o afrontando, por não ter os mesmos pensamentos e atitudes. Claro que não é assim, no mesmo caso seria em religiões, times de futebol, partidos políticos vários casos de pessoas que não compreendem as razões e comportamentos dos outros. Mas sabemos que a melhor coisa para um bom relacionamento é a observação e compreensão do comportamento humano, e desenvolver a nossa sensibilidade e buscar desenvolver relações mais amistosas.

Todos nós vivemos em grupos, e desenvolvemos papéis nesses grupos, na escola somos alunos/professores, na família somos filhos/pais, no trabalho somos funcionário/chefe e diversos outros exemplos. Em grupos de pessoas podemos notar: panelinhas, indiferenças, agressividades, apartes, esnobismo. Seu objetivo é observar e saber como tratar esses comportamentos, assim você terá condições de interagir e atuar de acordo com a realidade percebida, sempre desenvolvendo suas sensibilidade social e relacionamentos agradáveis com todos.

Conforme aprendemos a se conhecer e conhecer os outros através de seus comportamentos vamos desenvolvendo aptidões para um relacionamento eficiente como: ouvir, dialogar, informar, avaliar, elogiar, disciplinar. Você reconhece que melhorou as aptidões e seus relacionamentos à medida que se compreende melhor e os outros vão se conscientizando de sua atuação no grupo.

A percepção social é isso, e pode ser entendida como a maneira pela qual as pessoas formam impressões, e espera-se, compreender-se mutuamente. Ouvimos sempre dizer “a primeira impressão é a que fica”, e realmente você sempre vai lembrar de alguma coisa que aconteceu no processo de conhecer uma pessoa, seja algo bom ou ruim. Montamos a nossa impressão do outros a partir das observações do comportamento, julgamos pela voz, gestos, pela postura, pelas ações e reações ao nosso comportamento, e nossas ações são regidas pelos julgamentos que montamos em nosso psicológico. Para cada situação, existe uma reação, a situação pode ser descrita como a soma das forças que atuar no momento de perceber. A situação então possui no mínimo dois sujeitos o

percebedor, aquele que está olhando/compreendendo, e o percebido, ou seja, o olhado/compreendido.

COMUNICAÇÃO

Todas as relações interpessoais envolvem a comunicação, de início: saber ouvir e saber receber a mensagem. Comunicação é isso duas pessoas no mínimo são comuns (como um), duas pessoas com mesmos interesses, dessa maneira a mensagem vai fluir, e o relacionamento amistoso vai acontecer, é ter afinidade, empatia, sentir junto, e ser como um todo. A comunicação humana só acontece quando existe contato psicológico, e esse contato em alguns momentos ele é atrapalhado, se estabelece mal ou não se realiza, por ações do processo de comunicação mal realizada que são: os bloqueios, as filtragens e os ruídos.

A filtragem acontece quando o emissor transmite a mensagem e ela só chega em parte, por diversos motivos como desatenção do receptor que escuta apenas o que ele quer escutar. Já o ruído ocorre quando a mensagem é distorcida ou mal interpretada, quando o receptor escuta porém com falhas, não escuta tudo, e principalmente não a parte principal da história. O bloqueio é quando a mensagem não foi captada, ou ela foi interrompida, o receptor não recebe nada da mensagem, algo o interrompe.

Em nossas conversas rotineiras, quando uma pessoa é de confiança, colocamos um ralo em sua cabeça e acreditamos de certa forma, em tudo que ela diz, quando fala julgamos que tudo é correto, que tudo está certo, pois acredita-se que é uma pessoa tão boa que está falando, assim como pode acontecer o contrário, tudo que a pessoa que a pessoa diz, você não acredita, desconfia, acha que tá errado, por que o emissor da mensagem não é de sua confiança.

O *feedback* é essencial no processo de comunicação, ele dá importância ao diálogo, sensação de pertencimento. Em nossas conversas, se queremos alimentar dar continuidade ao nosso diálogo temos de estar atentos às pessoas com quem falamos, para ver se então ouvindo e entendendo, caso isso esteja acontecendo, continuamos. Podemos assim, começar a compreender a outra pessoa, saber se ela simpatiza conosco ou se é hostil, indiferente, maximizando a nossa capacidade de utilizar o *feedback* e aprimorando nosso diálogo.

MINICUCCI (2001), nos diz o seguinte:

Quando estamos comunicando face a face, ao vivo, oportunidades para perceber além da mensagem, e a inter-relação torna-se fácil, completa, envolvente. A voz, as atitudes e as expressões facilitam a realimentação. [...] A palavra escrita é muito mais agressiva do que a comunicação a dois, face a face. (Minicucci,2001 p. 54-55)

A comunicação escrita nos dá a sensação de distanciamento, de autoridade, de relação formal, já a comunicação presencial face a face, nos deixa próximos e de certa maneira, conseguimos observar o outro e compreender melhor a forma que é transmitida a mensagem, a exemplo de uma crítica, de maneira escrita pode ser entendida de forma negativa, como uma afronta, já face a face pode ter uma aceitação e compreensão maior.

Para que nossa comunicação tenha sucesso, devemos se colocar sempre no lugar no outro, no lugar do nosso receptor, para isso devemos ajustar (acomodar) nossas falas e posicionamentos as suas observações, aos seus princípios e atitudes, também devemos fazer o apelo as necessidades do outro, saber o que o receptor gosta e falar exatamente disso, e o principal verificar sempre se a mensagem está sendo recebida, fazendo uso do *feedback*. Se eu vou dialogar com um historiador, já posso imaginar do que ele gosta, fazer julgamentos e automaticamente minha mente vai produzir conteúdo.

Temos que adaptar a nossa mensagem, se quiser transmiti-la ao vocabulário, interesses e valores do receptor, por exemplo, não devo chegar a um turista, dialogando com ele cheio de regionalismos, ele não vai entender e o diálogo vai ficar chato a ponto de virar monólogo. A mensagem deve ser direta, clara, simples, sem palavras rebuscadas que o receptor não possa entender. Percebemos que o problema da comunicação ele é duplo, temos que ser atentos à recepção e a transmissão da mensagem, que são nesses momentos que podem fazer com que sua comunicação, não aconteça.

O SILÊNCIO

Todos nós se comunicamos de maneira direta e indiretamente, fazemos coisas que falam por nós que até nem percebemos, a comunicação é algo abrangente muito mais do que falar e escrever. Podemos se comunicar com outros através dos: gestos, postura, tom de voz, ritmo de voz, entonação.

Existe as pessoas que falam demais, são comunicativas e são bastante percebidas no meio social, assim como existem também as pessoas que pouco falam, são silenciosas em conversas, porém essas são as que mais estão por dentro do assunto, pois saber ouvir é uma das maiores ferramentas da comunicação.

Todos os nossos silêncios eles devem ser analisados, eles tem os momentos de acontecer e devem ser estratégicos para isso, em alguns casos, a palavra e a decisão é sua, só que as vezes você silencia na hora errada e perde a sua chance. Em um diálogo, no momento em que você para de falar e olha para o seu interlocutor, você deu a ele a oportunidade de retomar o diálogo, esse momento chamado de pausa. Em casos em que não há ouvintes, existem dificuldades de relacionamento, diversos casamentos acabam todos dias por que as pessoas não sabem ouvir o outro, apenas falar e falar, embora falem alto e ninguém se escuta.

Conforme você vai aprendendo a ouvir, começa a acumular conhecimentos sobre a pessoa humana, vai sabendo agir de maneira mais espontânea e eficiente em seus relacionamentos, em diversos casos não conseguimos enxergar com clareza as coisas que nos rodeiam, por não saber ouvir ou observar.

Quando você ajuda a alguém a encontrar uma solução, torna o interlocutor responsável pela solução que propõe. Assim, ele aceita a solução com mais entusiasmo e segurança, achando que foi que a encontrou. Uma conversa de duas pessoas de maneira geral é uma entrevista e o bom ouvinte deve saber as etapas dessa conversa. No primeiro momento, é o dos sentimentos, em que o outro indivíduo vai aliviar tensões, de maneira sentimental e você deve deixar o outro desabafar. No segundo momento, é vez dos fatos, em que depois de aliviar, o indivíduo estará pronto para pensar em termos lógicos, é a hora de você tirar as dúvidas sobre o que lhe foi relatado, recapitulando e o ajudando a pensar. E o terceiro momento, é o das soluções, nessa parte da conversa após o desabafo e colher as informações, deve-se agora ponderar as alternativas de solução para o problema. Procure não se envolver, pois os sentimentos da pessoa podem interferir na sua visão da situação.

OS ESTADOS DO EU

A psicologia transacional, também chamada de análise transacional, vem estudando a relação do comportamento e a comunicação consigo mesmo e a interferência no relacionamento com os outros. MINNICUCCI (2001, p. 75) argumenta que “A psicologia transacional estuda os estados do Eu, como a pessoa emprega o seu tempo, os jogos psicológicos, o estilo de vida de cada um, as posições que o indivíduo assume no relacionamento interpessoal e o seu argumento de vida”.

Os estados do Eu, são comportamentos que exibimos em nosso relacionamento e compõe a estrutura de nossa personalidade. Em nossos relacionamentos de maneira inconsciente exibimos três estados do Eu, que são eles: Eu – Pais, Eu- Adulto e o Eu-Criança.

No estado do Eu- Pais estão: as ordens, recriminações, tradições, conselhos, preconceitos[...], e foram adquiridas através de mensagens paternas (Pais, mães tios, avós e pessoas mais velhas). Repetem, no comportamento, os pais. No estado do Eu- Adulto estão: a realidade corrente, coleta objetiva da dados, computação de informações, a organização, avaliação dos fatos, adaptação à realidade [...], e foram adquiridas através da assimilação, retenção e análise dos dados, como um ato inteligente.

No estado do Eu- criança estão: os impulsos, as emoções, sentimentos naturais, criatividade, comportamento espontâneo, comportamento infantil. E contêm as recordações de suas experiências de quando você foi criança, de como reagiu as solicitações do meio, o comportamento que assumiu [...]. (Minicucci,2001 p. 76)

Os pais sempre foram nossos modelos desde criança, e seus comportamentos ficam guardados em nossas memórias, e em diversos casos realizamos coisas que nossos pais fazem ou faziam, como a forma de reagir uma gripe, ou ainda como se comportar a mesa. Sempre fazemos o registro dos comportamentos de pai e da mãe e do modelo de ação para agir, desse modo, quando acontece as situações que vivemos na presença de pais, já temos uma ação pronta para reagir a realidade, nesse momento está agindo o Eu-Pais.

Durante a infância sempre guardamos impulsos, emoções, birras, criatividade, emoções vividas no mundo como crianças e em algumas experiências reproduzimos essas emoções infantis, a exemplo, uso de diminutivos, explosões emocionais, roer unhas, beicinhos, a frase “Sim senhora, não senhora”. Quando fazemos reações de nossa infância, nesse momento está atuando o Eu-Criança.

O Eu-Adulto, digamos que seja o nosso racional, ele não julga, ele utiliza fatos e faz uso de dados e de referências e assim distingui a realidade do imaginário. Conhece o estado do Eu-Pais e funciona como o mediador entre ele e o Eu-Criança. Geralmente quando utiliza “Analisando...”, “Eu entendo que...”, “Tenho a impressão de que...”, “Você tem provas?”, é o nosso estado Eu-Adulto que está em atuação.

Esses estados compõe a nossa personalidade e assumem suas funções de acordo com as nossas ações e realidade vividas, é como se fossem três pessoas habitando em um

mesmo corpo e conforme a situação o “Eu” que tem maior desenvoltura para resolvê-la assume.

CARÍCIAS

As carícias digamos que sejam a unidade básica do reconhecimento humano, todos nós adoramos receber e reciprocamente dar carícias. A família é a principal responsável por essa emissão, pois a família é o primeiro grupo que o ser humano pertence e, é nela que devem surgir os primeiros atos de amor e reconhecimento. Se você recebeu carícias na infância, teve condições de se desenvolver bem fisicamente e mentalmente, as crianças que não recebem essas carícias nos primeiros anos de vida, acabam não se desenvolvendo e de certo modo também não sabem dar e nem receber carícias.

Essas carícias podem ser os estímulos que vem do meio exterior e acabam sendo muito importante para o interior humano como: o contato físico, o beijo, o abraço, o aperto de mão ou mensagem verbal “Como eu gosto de você”, “Parabéns pelo seu sucesso”, “Lhe admiro” e diversos. A criança logo, começa a definir o mundo, através desse comportamento dos pais e pessoas com as quais vive.

As carícias podem ser positivas e negativas. As positivas são: “Admiro você”, “Parabéns”, “Como eu gosto de você”, diversos que dessa maneira lhe dão um reconhecimento e lhe motivam a continuar um padrão de comportamento. As negativas são: “Odeio você”, “Não gosto como você trabalha”, “Não gosto da sua roupa”, são frases que geralmente não acrescentam em nada na vida, apenas servem para lhe desmotivar e colocar você para baixo.

Elas também podem ser condicionais e incondicionais. As condicionais são aquelas que só acontecem através de um estímulo como: “Eu gosto de você, se me trouxer chocolate”, “Só amo você me deixar ver televisão” e diversas. As incondicionais são aquelas que acontecem independente do que você fizer, o sentimento está engessado, por exemplo: “Não importa o que aconteça, eu te amo!” ou “Te odeio, em qualquer circunstância”.

PROBLEMAS E AS DIFERENÇAS

Durante o nosso dia-a-dia todos nós temos problemas, que geralmente é o desvio ou desequilíbrio entre o que deveria acontecer e o que realmente está acontecendo. Temos que estar preparado e utilizar a informação que temos para pensar estrategicamente na solução adequada. A informação podemos dizer que é a matéria-prima para a análise do problema. Devemos procurar saber o que está errado, antes de começar a corrigir.

MINICUCCI (2001, p.113), diz que “Uma vez que o problema foi identificado e as causas levantadas, você poderá estabelecer um elenco de soluções provisórias e prever as consequências da tomada de decisões em cada uma das soluções propostas”. Então, temos que procurar seguir a sequência dos eventos: acontecer o problema, identificar a causa, pensar na solução e executar a decisão.

Todos quando conhecemos uma pessoa sempre queremos mostrar o que temos de melhor, o que tem de pior vem depois, e bem depois, sempre buscamos colocar o que temos em comum, fazer com que o diálogo aconteça, até por que as diferenças levam a discórdia, ao conflito, insultos, isolamento, amuo. Além de que todos temos nossas próprias preferências, hábitos, gostos, atividades e interesses diferentes. Geralmente, em casamentos as pessoas só mostram seus interesses após a cerimônia e percebem que não tem nada a ver, foram apenas poucas coisas em comum, e daí então, surgem as frustrações, ressentimentos e desapontamentos. As diferenças ao invés de unir as duas pessoas, quando mal trabalhadas acabam separando ainda mais.

Todos temos papéis e devemos entende-los as horas de usar e onde usar, em nossa vida temos os papéis individuais (Solteiros) e quando resolvemos casar temos que assumir os papéis conjugais (Casados), depois quando nascem os filhos temos então os papéis de pais (Pais). Muitos casais, mesmos casados não abandonam os papéis individuais, eis que surge a problema, pois são realidades vividas diferentes, companhias diferentes e atividades diferentes, logo, os papéis não estarão adequados. Mesmo quando há diferenças, entre os papéis, ou entre os envolvidos devemos sempre procurar o equilíbrio, para um relacionamento amistoso.

GRUPOS

Todos nós vivemos em grupos, sejam eles: a família, o trabalho, o clube, enfim, diversos grupos. Só existem os grupos quando duas ou mais pessoas possuem de certo modo, uma interdependência², um certa unidade que pode ser reconhecida entre eles.

As características de um grupo podem ser verificadas, quando os participantes se reúnem para:

Por uma razão comum;

Desenvolvendo papéis;

Desenvolvendo simpatias, empatias e antipatias;

Desenvolvendo normas e valores;

Elaborando componentes normativos que passam a exercer ação uns nos outros;

Formando uma estrutura organizacional. (Minicucci,2001 p. 129)

Os grupos são formados por pessoas que encontram algo em comum e são afetados uns pelos outros, através da interação, que quer dizer a ação entre, ou agir em relação aos outros. Os membros influenciam nos grupos de maneira positiva, negativa e neutra. E essas mudanças de comportamento se dão, quando as pessoas se encontram e acontece o contato. Os indivíduos influem uns sobre os outros mediante o emprego da: linguagem, dos símbolos, os gestos e as posturas.

Podemos perceber que quando os grupos começam a se formar, de certo modo, começam a aparecer as hierarquias de valores e os papéis a serem desempenhados: os líderes, os liderados, os bloqueadores, e os animadores. Esses papéis em um grupo pode ser denominado de estratificação social, em que são denominados os *status* dos membros.

O homem sente a necessidade de estabelecer as relações interpessoais, todos nós sentimos essa necessidade social e precisamos então desse índice de importância para nosso desenvolvimento como pessoas, e começamos então a pertencer a grupos dos quais compartilhamos de desejos e sentimentos comuns. Dentre as diversas razões que nos levam a pertencer ao grupo, as principais são: o companheirismo, a identificação, a compreensão, a orientação, o apoio e a proteção.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As relações humanas é essa ciência que estuda e nos ajuda a compreender o comportamento humano nos proporcionando esse relacionamento amistoso, essa arte de se comunicar sem ao menos abrir a boca, através de gestos, olhares e movimentos.

² Quando duas ou mais pessoas dependem das outras, no seu relacionamento na interação.

O trabalho proporciona o conhecimento sobre essas formas de convívio, e o que nos leva a querer conviver com os outros, as formas de comunicação, e também o que atrapalha, nos ensina também a fazer uso correto do *feedback*, como a entender nossos silêncios e compreender os sentimentos dos outros, a importância das carícias e o bem que fazem para o desenvolvimento humano.

Nos ajuda a melhorar nossos relacionamentos e resolver nossos problemas de maneira simples, compreendendo a pessoa que está ao nosso lado, e compreender essa interdependência que temos com os nossos próximos, e o jogo de interesses que nos une. Nos mostra também que todos temos papéis bons e ruins de influência na vida dos outros, devemos sempre ser os funcionais, aqueles que incentivam e ajudam, e não os bloqueadores, os famosos piadistas, pessoas que interrompem e importunos.

Por fim, todos nós se comunicamos, direta ou indiretamente bastando agora, saber como melhorar e aprimorar nossas formas de compreensão e comunicação interpessoal, além de se conhecer melhor e aprimorar o nosso intrapessoal e as relações, a partir disso elas serão bem mais amistosas.

REFERÊNCIAS

MINICUCCI, Agostinho. **Relações Humanas**: Psicologia das relações interpessoais. 6.ed.São Paulo: Atlas, 2001.