

“Para cada virtude basta um homem; para a amizade, são precisos dois.”

*Autor desconhecido*

# CRESCER

Ano VI - Nº 252 • 2 de dezembro de 2009

O CRESCER é uma publicação do Setor de Comunicação da  **TEMOLENS**  
O Laboratório da Sua Ótica

## Faça amizades no trabalho

**Parte 2/5**

### “Mas é possível misturar amizades com o trabalho?”

É claro que ter amizades no ambiente profissional não significa passar horas conversando e deixar as responsabilidades de lado. Pelo contrário, o incentivo às amizades é uma forma de ajudar a tornar o ambiente profissional mais agradável, desenvolver os relacionamentos e tornar a vida melhor. “O ambiente laboral tem suas exigências profissionais e temporais, sendo assim, é preciso deixar as conversas mais longas para o horário do almoço ou para o fim do expediente”, aconselha Dante.

Entretanto, o questionamento a respeito das amizades no trabalho é bastante comum. Durante muito tempo, os métodos considerados ideais para administrar as empresas determinavam que o local de trabalho deveria estar ligado somente à produção, deixando de fora a vida pessoal (como se isso fosse possível).

Essas teorias têm mudado e, aos poucos, as empresas estão percebendo que, para as pessoas terem um bom desempenho profissional, elas precisam estar bem em todos os aspectos. Mas

ainda é muito superior à quantidade de empresas que não incentivam o desenvolvimento de amizades dentro de seus ambientes. No entanto, é perfeitamente viável e recomendável que se tenha amigos no ambiente profissional.

Denise Bragotto, graduada em psicologia, com mestrado e doutorado em psicologia na área de criatividade, além de consultora do IDORT/SP e pesquisadora na área de criatividade, explica que a afetividade é fundamental para o bem-estar do ser humano, seja qual for o ambiente: “Ninguém deixa sua personalidade em casa quando vai trabalhar, você continua vivendo, sentindo e se expressando. Sem dúvida, um ambiente de trabalho que promova relações interpessoais saudáveis e permita a expressão da identidade de cada pessoa, onde se encontre camaradagem e confiabilidade, tende a ser menos estressante, mais prazeroso e produtivo, pois ninguém quer apenas uma atividade que gere recursos para pagar as suas contas”.

**Na prática, poucos têm amigos** – A realidade ainda é bastante diferente do que é recomendado. A própria pesquisa de Tom Rath mostrou que só 33% das pes-

soas consultadas afirmaram que têm um bom amigo no escritório. Além disso, apenas 20% dos entrevistados relataram dedicar tempo para desenvolver amizades no trabalho.

E o que fazer para mudar essa situação? Para Denise, é importante que as empresas “oportunizem” encontros e reuniões informais, livre das metas e pressões cotidianas, em que as pessoas possam expressar as outras facetas de sua personalidade. “Há uma frase que diz: ‘Ninguém ama o que não conhece’. Um ambiente de trabalho que propicie espaço para um conhecimento mais aprofundado entre as pessoas é interessante, pois facilita o convívio e o reconhecimento de afinidades. Isso propicia o surgimento de novas amizades entre pessoas de setores diferentes – e, muitas vezes, distantes”, afirma.

*(Continua na próxima semana)*

**Karen Jarczowski**

é graduada em Jornalismo, com pós em Marketing. É editora da revista **Motivação**.

E-mail: [karen@vendamais.com.br](mailto:karen@vendamais.com.br)