

“A amizade é um amor que nunca morre.”

Mário Quintana

# CRESCER

## FELIZ NATAL!

Ano VI - Nº 253 • 9 de dezembro de 2009

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

# Faça amizades no trabalho

Parte 3/5

## E você, o que pode fazer para desenvolver amizades no trabalho?

Empresas que estimulam o convívio entre seus funcionários facilitam o desenvolvimento de laços mais fortes de amizades. Mas, como já mencionamos, são poucas as organizações que agem assim. As pessoas têm, portanto, duas opções:

**1.** Não fazer nada a respeito disso e continuar perdendo a oportunidade de realizar grandes amizades e a possibilidade de ter um desempenho melhor tanto pessoal quanto profissionalmente.

**2.** Fazer algumas ou muitas coisas. Uma delas é conversar com seus superiores, mostrando todos os benefícios das amizades no ambiente de trabalho ou sugerir que a empresa estimule que as pessoas façam amigos. Além disso, existem diversas ações que você pode colocar em prática para fazer grandes amizades.

## O que fazer para desenvolver laços de amizade no trabalho?

Você já fez um curso para aprender a fazer amigos? Não conheço nenhum que tenha essa missão específica, mas existem livros e cursos que ajudam a melhorar o relacionamento com as pessoas. Entretanto, pouca gente investe nesse desenvolvimento, mas, segundo Dante, os profissionais precisam de treinamento sobre interação com outros seres humanos: “Parece incrível, mas, em pleno século 21, as pessoas não sabem interagir de forma mais adequada no trabalho (daí a competição interna, fofocas e panelinhas). É preciso que cada um tenha essa consciência e, dentro das suas possibilidades, quebre esse paradigma”.

Um dos primeiros passos indicados por ele é investir no autoconhecimento. “Esse mergulho interior pode identificar e esclarecer algumas exigências ou dúvidas que, frequentemente, aparecem nas relações. Quanto melhor se conhecer, mais adequado estará para estabelecer boas rela-

ções”, acredita. Denise acredita que os laços de amizade se formam por meio da afinidade, da vivência e do desejo de aproximação. É fundamental, portanto, que as pessoas aproveitem os momentos adequados para expressar os seus sentimentos e preferências e se esforcem para conhecer mais sobre os outros. Dessa forma, será possível encontrar afinidades e estender os laços de amizade.

Dante ressalta outro ponto importante: “É preciso identificar e saber lidar com as características das outras pessoas, o que, muitas vezes, exige um grande controle pessoal. Também é importante perceber o momento certo para falar ou agir”. Ou seja, a maturidade emocional, dentro ou fora do trabalho, é fundamental para que se construam relacionamentos vantajosos.

*(Continua na próxima semana)*

**Karen Jardzowski**

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

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