

“Há amizades que valem a pena, mas a tua vale a galinha inteira.”

Zé Nuno

FELIZ NATAL!

CRESCER

Ano VI - Nº 254 • 16 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 4/5

Quantidade X qualidade

No entanto, não há necessidade de ser o melhor amigo de todo mundo, isso seria bem difícil. É importante ter um bom relacionamento com todos os colegas e desenvolver algumas amizades com laços mais fortes.

Tom Rath explica muito bem em seu livro que a palavra “amizade” anda bastante desgastada e que, às vezes, confundimos um colega ou conhecido com um amigo. Durante sua pesquisa, ele achou interessante criar o termo “vital” para descrever amizades que signifiquem algo essencial à vida. “Amigo vital é aquele que melhora sensivelmente sua vida. É uma pessoa imprescindível, alguém que não pode faltar em sua vida pessoal ou profissional”, diz Tom.

Quer saber a resposta da pergunta feita no início desta matéria? Tom sugere que as pessoas façam dois questionamentos para saber se têm uma amizade vital no ambiente de trabalho. São elas:

1. Se essa pessoa (o amigo que você acredita ser vital) não estivesse mais por perto, sua satisfação geral com a vida diminuiria?

2. Se essa pessoa não fizesse mais parte de sua vida, sua produtividade ou seu comprometimento no trabalho diminuiriam?

Depois dessa pausa para reflexões reveladoras, saiba que você pode aproveitar o momento do cafe-

zinho, o horário do almoço, os intervalos das reuniões e também os encontros com o pessoal do trabalho fora do ambiente profissional para conversar mais, descobrir afinidades e, quem sabe, descobrir que um colega pode se tornar um amigo vital.

Os 8 papéis vitais

O segredo, de acordo com Tom, é entender que cada amizade tem suas características, e é preciso entender quais são elas. Ele dividiu essas características em oito papéis vitais:

1. Incentivadores

São aqueles que sempre incentivam você a correr em direção às suas metas. Eles investem no seu desenvolvimento e possuem interesse genuíno no seu sucesso.

2. Campeões

Amigos leais, ficam ao seu lado e das coisas nas quais você acredita. Não só o elogiam na sua presença como também “cobrem a sua retaguarda”, saindo em sua defesa quando você não está presente.

3. Colaboradores

Aquelas pessoas que têm interesses em comum e podem compartilhar com você uma paixão por esportes, hobbies, religião, trabalho e filmes.

4. Companheiros

Estão sempre presentes, sejam quais forem as circunstâncias, e têm um vínculo praticamente indes-

trutível com você. São amigos pelos quais você arriscaria sua vida.

5. Comunicadores

Esses favorecem a socialização e aumentam a rede de contatos, apresentando você a outras pessoas e ainda conseguem acesso a diversos recursos.

6. Energizadores

São os amigos divertidos que levantam o ânimo e fazem de tudo para energizar e melhorar o seu astral. Estão sempre fazendo e dizendo coisas para que você se sintam melhor.

7. Instigadores

Amigos que ajudam você a expandir os seus horizontes, incentivando-o a acolher novas ideias e oportunidades. Essas pessoas ampliam suas perspectivas e fazem de você uma pessoa melhor.

8. Guias

Aqueles que dão conselhos e mantêm você na linha certa. São os amigos certos para compartilhar seus objetivos e sonhos.

(Continua na próxima semana)

Karen Jardzwski

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

E-mail: karen@vendamais.com.br