

COMUNICAÇÃO NAS RELAÇÕES INTERPESSOAIS

Solstício

Unidade 3 – Versão 1

Introdução

Tópicos

- ✓ Introdução
- Comunicação e as Relações Humanas
- Relações Intra e Interpessoais
- Relações Humanas no ambiente de trabalho
- Para refletir
- Conclusão

Neste módulo, iremos abordar as relações intrapessoais e interpessoais, além das relações no ambiente de trabalho.

Você verá como que relações humanas saudáveis podem contribuir para um ambiente harmônico e produtivo.

Esperamos que ao final deste módulo, você seja capaz de:

- Reconhecer o autoconhecimento como um elo de ligação para as relações sociais.
- Perceber a ligação entre relação inter e intrapessoal.
- Compreender a importância do bem estar emocional.
- Estabelecer uma relação saudável no ambiente de trabalho.

Reserve um tempo para se dedicar ao curso e bons estudos!

Tópicos

- Introdução
- ✓ Comunicação e as Relações Humanas
- Relações Intra e Interpessoais
- Relações Humanas no ambiente de trabalho
- Para refletir
- Conclusão

Comunicação e as Relações Humanas

Atualmente, a comunicação é conhecida como um dos fatores mais importantes dentro de uma empresa. Isso porque qualquer ação começa com o processo de comunicação.

A falta de comunicação pode trazer grandes perdas financeiras e um mal estar na relação entre os funcionários. Por isso, é importante que as **Relações Humanas** estejam internalizadas nas equipes.



TOOLTIP

Relações Humanas: são primordiais para o desenvolvimento individual e intelectual de cada ser humano, já que graças a estes laços se constituem as sociedades, quer as mais pequenas (por exemplo, nas aldeias) quer as maiores (nas cidades). As relações humanas implicam, necessariamente, pelo menos dois indivíduos.

Relações Intrapessoais e Interpessoais

As Relações Intrapessoais e Interpessoais são essenciais porque são capazes de desenvolver potenciais como consciência e independência, e também relações de proximidade com o outro, incluindo suas motivações e seus valores. Interaja com os quadros para entender melhor.



Intrapessoal

Relacionamento Intrapessoal é a capacidade de integração do **autoconhecimento**, **autodomínio**, **autoafirmação** e **automotivação**. Ou seja, é a relação que o indivíduo tem consigo mesmo, é um tipo de comunicação que se processa no interior de cada indivíduo. Quando escrevemos um diário estamos exercitando uma relação Intrapessoal, isto que, estamos expondo nossas noções e pensamentos nele. Esse tipo de relação é o ponto principal para uma boa relação no ambiente de trabalho.



Interpessoal

O Relacionamento Interpessoal refere-se ao vínculo estabelecido entre duas ou mais pessoas. Cada pessoa troca informações baseadas em sua bagagem cultural. Para que essa comunicação seja clara é necessário estabelecer relações de respeito, esse tipo de comunicação começa pelo conhecer o outro e pela construção de um vínculo maior com o passar do tempo podendo gerar uma amizade e laços como a confiança. Os indivíduos precisam estar bem individualmente para que ocorra uma boa relação Interpessoal.

Interação

DG: buscar imagens semelhantes que ilustrem os dois tipos de relação.

TOOLTIP

Autoconhecimento:

conhecimento de si mesmo, das próprias características, sentimentos, inclinações etc.

Autodomínio: domínio de si mesmo; controle dos próprios sentimentos, paixões e ações; autocontrole.

Autoafirmação: ato de se autoafirmar, de expressar vontades próprias, liberdade e independência, geralmente buscando a aceitação da maioria, do meio em que se vive; afirmação. Defesa de pontos de vista, opiniões e direitos próprios.

Automotivação: ato ou efeito de se automotivar. Motivar-se a si mesmo.

Tópicos

- Introdução
- Comunicação e as Relações Humanas
- ✓ Relações Intra e Interpessoais
- Relações Humanas no ambiente de trabalho
- Para refletir
- Conclusão

Tópicos

- Introdução
- Comunicação e as Relações Humanas
- Relações Intra e Interpessoais
- ✓ Relações Humanas no ambiente de trabalho
- Para refletir
- Conclusão

Relações Humanas no Ambiente de Trabalho

Há uma dependência entre as Relações Intrapessoais e Interpessoais. Para que se tenha um ambiente de trabalho satisfatório e harmônico é necessário que essas relações estejam bem definidas entre os colaboradores. Clique nas abas para saber mais.



Relação Intrapessoal +

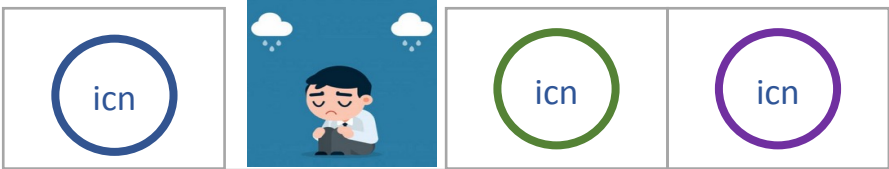
Estar bem consigo mesmo é o primeiro passo para estar bem com outras pessoas. Estar no controle das suas emoções, se conhecer faz com que direcione de forma mais clara e melhor suas ações. Além de estar bem emocionalmente é necessário desenvolver um olhar crítico sobre si mesmo. A crítica, remete a discernimento, pois é necessário que você compreenda seus pontos fracos e fortes, erros e acertos. A inteligência intrapessoal te torna capaz de desenvolver seu potencial ao máximo, de forma consciente e independente facilitando uma boa relação com o grupo de trabalho.

Tópicos

- Introdução
- Comunicação e as Relações Humanas
- Relações Intra e Interpessoais
- ✓ Relações Humanas no ambiente de trabalho
- Para refletir
- Conclusão

Relações Humanas no Ambiente de Trabalho

Há uma dependência entre as Relações Intrapessoais e Interpessoais. Para que se tenha um ambiente de trabalho satisfatório e harmônico é necessário que essas relações estejam bem definidas entre os colaboradores. Clique nas abas para saber mais.



Relação Intrapessoal -

Lidar com as emoções é tão importante quanto desenvolver habilidades técnicas no trabalho. Uma pessoa emocionalmente desequilibrada pode desencadear ações agressivas e inadequadas no ambiente de trabalho. Muitas vezes problemas de casa podem acabar afetando o trabalho do indivíduo e uma tarefa inacabada pode gerar frustrações, e isso remete, muitas vezes, a uma exclusão daquele indivíduo do núcleo de trabalho, isso pode gerar um isolamento e dificultar o trabalho coletivo. Cuidar da saúde emocional é essencial para um ambiente de trabalho satisfatório.

Tabas com ícones

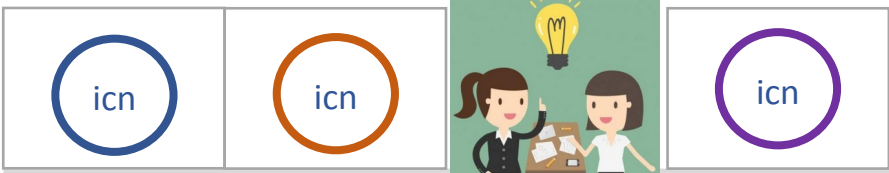
DG: pode utilizar imagens como ícones.

Tópicos

- Introdução
- Comunicação e as Relações Humanas
- Relações Intra e Interpessoais
- ✓ Relações Humanas no ambiente de trabalho
 - Para refletir
 - Conclusão

Relações Humanas no Ambiente de Trabalho

Há uma dependência entre as Relações Intrapessoais e Interpessoais. Para que se tenha um ambiente de trabalho satisfatório e harmônico é necessário que essas relações estejam bem definidas entre os colaboradores. Clique nas abas para saber mais.



Relação Interpessoal +

Cada meio social, como o ambiente de trabalho, apresenta suas regras de comportamento que orientam a interação entre seus membros. No entanto, cada membro traz consigo sua personalidade, suas crenças, sua cultura e da mesma forma que ele é influenciado pelo meio, ele influencia aqueles com quem convive. Além de ter um estado emocional equilibrado para essa relação funcionar é necessário estabelecer limites e respeito para uma convivência, e desta forma, com um ambiente bem integrado e comunicativo o trabalho flui de forma mais prazerosa e satisfatória trazendo bons resultados. Aliás, não há nada melhor que um ambiente saudável e que se têm espaço para expor suas contribuições.

Tópicos

- Introdução
- Comunicação e as Relações Humanas
- Relações Intra e Interpessoais
- ✓ Relações Humanas no ambiente de trabalho
- Para refletir
- Conclusão

Relações Humanas no Ambiente de Trabalho

Há uma dependência entre as Relações Intrapessoais e Interpessoais. Para que se tenha um ambiente de trabalho satisfatório e harmônico é necessário que essas relações estejam bem definidas entre os colaboradores. Clique nas abas para saber mais.



Relação Interpessoal -

Muitos empregos são perdidos pelos conflitos no ambiente de trabalho. Não saber se colocar no lugar do outro, ser competitivo ao extremo, criar intrigas, falta de comunicação, impaciência e desrespeito são fatores que tornam um ambiente de trabalho desagradável e contribuí para um mau rendimento da empresa. O indivíduo não se sentir com espaço de fala e não estar integrado na empresa também da margem para um ambiente insatisfatório. Repense suas atitudes, seja paciente e respeitoso, trabalho coletivo exige esforço e comprometimento, é necessário saber lidar com o próximo para que os conflitos sejam evitados.

Agora é a sua vez!

Durante o módulo foram feitos diversos links entre as relações interpessoais e as Intrapessoais. É correto afirmar que uma depende da outra para que ocorra uma boa relação humana e um ambiente de trabalho mais produtivo. A partir disso, observe as imagens e escolha a opção **INCORRETA**:



1 de 3

Confirmar

Tópicos

- Introdução
- Comunicação e as Relações Humanas
- Relações Intra e Interpessoais
- Relações Humanas no ambiente de trabalho
- ✓ Para refletir
- Conclusão

- As Relações Interpessoais são essenciais para um ambiente de trabalho mais saudável e um crescimento para empresa.
- ☒ As Relações Intrapessoais são essenciais para uma boa relação no ambiente de trabalho, e todos os colaboradores devem desenvolver unicamente ela.
- As Relações Humanas se manifestam na relação que os membros de um grupo mantém entre si.

Agora é a sua vez!

Durante o módulo foram feitos diversos links entre as relações interpessoais e as Intrapessoais. É correto afirmar que uma depende da outra para que ocorra uma boa relação humana e um ambiente de trabalho mais produtivo. A partir disso, observe as imagens e escolha a opção **INCORRETA**:



2 de 3

Confirmar

- ☒ As Relações Interpessoais desenvolvem, principalmente, a autoafirmação que é individualmente necessária para as suas relações interpessoais.
- ☐ As Relações Interpessoais e Intrapessoais têm uma forte dependência.
- ☐ As Relações Intrapessoais se baseiam nas relações que o indivíduo estabelece com si próprio, seu autoconhecimento contribui para estabelecer laços em seu ambiente de trabalho.

Tópicos

- Introdução
- Comunicação e as Relações Humanas
- Relações Intra e Interpessoais
- Relações Humanas no ambiente de trabalho
- ✓ Para refletir
- Conclusão

Agora é a sua vez!

Durante o módulo foram feitos diversos links entre as relações interpessoais e as Intrapessoais. É correto afirmar que uma depende da outra para que ocorra uma boa relação humana e um ambiente de trabalho mais produtivo. A partir disso, observe as imagens e escolha a opção **INCORRETA**:



3 de 3

Confirmar

- ☒ Para um ambiente de trabalho harmonioso a Relação Interpessoal é a que mais importa porque ela visa o trabalho coletivo.
- ☐ O objetivo das relações humanas é melhorar o convívio das pessoas nos diversos grupos sociais de que participam, proporcionando um relacionamento harmonioso entre os seres humanos.
- ☐ As Relações Intrapessoais têm forte espaço no ambiente de trabalho porque está ligada ao bem estar emocional.

Tópicos

- ☐ Introdução
- ☐ Comunicação e as Relações Humanas
- ☐ Relações Intra e Interpessoais
- ☐ Relações Humanas no ambiente de trabalho
- ☒ Para refletir
- ☐ Conclusão

Conclusão

Tópicos

- Introdução
- Comunicação e as Relações Humanas
- Relações Intra e Interpessoais
- Relações Humanas no ambiente de trabalho
- Para refletir
- ✓ Conclusão

Você viu que as Relações Intrapessoais e Interpessoais são essenciais para um ambiente de trabalho produtivo e de qualidade, e que o autoconhecimento está ligado de forma direta as relações sociais contribuindo para uma comunicação mais produtiva e satisfatória.

No próximo módulo, apresentaremos como o trabalho de equipe e outro fatores são fundamentais para a construção de um ambiente de trabalho produtivo e saudável.

Até lá!