

RELAÇÕES INTERPESSOAIS NA UNIVERSIDADE



Após compreendermos um pouco mais sobre as emoções, entendemos que devemos voltar nosso olhar para como as emoções atuam nos relacionamentos interpessoais, sobre como nos comportamos diante das diversidades, diante das nossas emoções e das emoções das pessoas com quem convivemos. Isso porque a Universidade, o nosso espaço de atuação comum, é um espaço de relações interpessoais, relações permeadas por emoções e sentimentos, um ambiente em que as diferenças estão constantemente presentes. Servindo também para analisar nossas posturas, nossas formas de expressão e de ação no ambiente que compartilhamos e reconhecer a complexidade das relações existentes, para buscar entender a importância dessas relações para nossa saúde, nossa satisfação pessoal, satisfação profissional e qualidade de vida.

NO CICLO DE NOSSAS VIDAS SOMOS CONVOCADOS A EXERCER DIFERENTES PAPÉIS NA SOCIEDADE

As teorias de desenvolvimento humano, estudam como acontecem e como vivenciamos a estas convocações, apontando o fenômeno do “desenvolvimento” como um conjunto de mudanças físicas, sociais, cognitivas e emocionais, no decorrer de cada etapa da trajetória de nossa história.

Apesar de as teorias apresentarem certas divergências conceituais e metodológicas, elas têm em comum a concepção da importância das interações sociais como fatores indispensáveis ao desenvolvimento do indivíduo (BRAZ, TEIXEIRA e DEL PRETTE, 2017 p.237).

Somado a isso, os autores ao revisarem literaturas sobre transtornos mentais (humor, ansiedade, depressão, entre outros), também ressaltam esse fator de interação social e acrescentam as habilidades sociais como fatores de proteção para a saúde.





MAS DE FATO O QUE SÃO ESSAS HABILIDADES SOCIAIS?

As Habilidades sociais são os “comportamentos sociais valorizados em determinada cultura que aumentam a probabilidade de resultados favoráveis para o indivíduo, seu grupo e comunidades e podem contribuir para um desempenho socialmente competente em tarefas interpessoais” (DEL PRETTE A. e DEL PRETTE, 2017, p.67). Essas habilidades são desenvolvidas, exercidas e aprimoradas nas relações interpessoais que construímos ao longo do desenvolvimento dos papéis sociais que vamos ocupando em nosso cotidiano.



Agora vamos pensar nos papéis que exercemos? Aluno, professor de diferentes áreas, servidor técnico administrativo em diversas funções, pai, mãe, filho, neto, cônjuge, namorado, amigo, colega, chefe... a lista é longa e possivelmente não conseguiremos elencá-los todos aqui, mas o fato comum é que são papéis com exigências muito diferentes das que tínhamos ao exercermos nossos papéis na infância e na adolescência.

REFERÊNCIAS:

- Braz, A. C., Teixeira, C. M., & Del Pertte, Z. A. P. (2018). Habilidades sociais no desenvolvimento do adulto: o saudável e o patológico nas relações interpessoais. In M. A. dos Santos, D. Bartholomeu, & J. M. Montiel (Orgs.) Relações interpessoais no ciclo vital (pp. 237-254). São Paulo: Votor
Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2001). Inventário de Habilidades Sociais (IHS-Del-Prette): Manual de aplicação, apuração e interpretação. São Paulo: Casa do Psicólogo.
Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2018). Inventário de Habilidades Sociais 2 (IHS2-Del-Prette): Manual de aplicação, apuração e interpretação. São Paulo: Pearson Clinical Brasil.

DIVERSIDADE

A chegada da idade adulta nos cobra maiores responsabilidades, desenvolturas e interações em diversas situações cotidianas, de modo a utilizarmos muito mais das habilidades sociais. Relacionar-se na Universidade é uma entre tantas outras dessas responsabilidades.

É aqui que começa a fazer sentido e significado as questões relacionadas ao conhecimento sobre nossas emoções e suas relações com as habilidades sociais.

Nosso objetivo a partir de agora é despertar no leitor a reflexão de que é possível construir um espaço de estudos e trabalhos, com relações mais empáticas e satisfatórias, quando conhecemos nossas emoções e aprendemos a lidar com elas, por meio das habilidades sociais, nos espaços em que vivemos coletivamente.

Ficou interessado e quer saber mais? Fique atento, os próximos conteúdos vamos aprender muito mais sobre as habilidades sociais no contexto da Universidade.