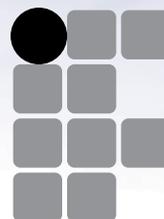




·rede  
**e-Tec**  
Brasil

# Psicologia das Relações Humanas

*Menyr Antonio Barbosa Zaitter*  
*Meilyn Hasenauer Zaitter Lemos*



**INSTITUTO FEDERAL  
PARANÁ**

**Curitiba-PR  
2012**

© 2012 INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA - PARANÁ -  
EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA

Este Caderno foi elaborado pelo Instituto Federal do Paraná para o Sistema Escola  
Técnica Aberta do Brasil – e-Tec Brasil.

Prof. Irineu Mario Colombo  
**Reitor**

Profª. Mara Christina Vilas Boas  
**Chefe de Gabinete**

Prof. Ezequiel Westphal  
**Pró-Reitoria de Ensino - PROENS**

Prof. Gilmar José Ferreira dos Santos  
**Pró-Reitoria de Administração - PROAD**

Prof. Silvestre Labiak  
**Pró-Reitoria de Extensão, Pesquisa e  
Inovação - PROEPI**

Neide Alves  
**Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas e  
Assuntos Estudantis - PROGEPE**

Bruno Pereira Faraco  
Pró-Reitoria de Planejamento e  
Desenvolvimento  
**Institucional - PROPLAN**

Prof. José Carlos Ciccarino  
**Diretor Geral do Câmpus EaD**

Prof. Marcelo Camilo Pedra  
**Diretor de Planejamento e Administração  
do Câmpus EaD***Catálogo na fonte*

Profª. Mércia Freire Rocha Cordeiro Machado  
**Diretora de Ensino, Pesquisa e Extensão do  
Câmpus EaD**

Profª. Cristina Maria Ayroza  
**Assessora de Ensino, Pesquisa e Extensão  
– DEPE/EaD**

Profª. Márcia Denise Gomes Machado Carlini  
**Coordenadora de Ensino Médio e Técnico  
do Câmpus EaD**

Prof. Rubens Gomes Corrêa  
**Coordenador do Curso**

Adriana Valore de Sousa Bello Cassiano Luiz  
Gonzaga da Silva  
Denise Glovaski Faria Souto  
Jéssica Brisola Stori  
**Assistência Pedagógica**

Profª. Ester dos Santos Oliveira  
Profª. Sheila Cristina Mocellin  
Profª. Wanderlane Gurgel Amaral  
**Revisão Editorial**

Diogo Araujo  
**Diagramação**

e-Tec/MEC  
**Projeto Gráfico**

**Catálogo na fonte pela Biblioteca do Instituto Federal do Paraná**



# Apresentação e-Tec Brasil

Prezado estudante,

Bem-vindo ao e-Tec Brasil!

Você faz parte de uma rede nacional pública de ensino, a Escola Técnica Aberta do Brasil, instituída pelo Decreto nº 6.301, de 12 de dezembro 2007, com o objetivo de democratizar o acesso ao ensino técnico público, na modalidade a distância. O programa é resultado de uma parceria entre o Ministério da Educação, por meio das Secretarias de Educação a Distância (SEED) e de Educação Profissional e Tecnológica (SETEC), as universidades e escolas técnicas estaduais e federais.

A educação a distância no nosso país, de dimensões continentais e grande diversidade regional e cultural, longe de distanciar, aproxima as pessoas ao garantir acesso à educação de qualidade, e promover o fortalecimento da formação de jovens moradores de regiões distantes, geograficamente ou economicamente, dos grandes centros.

O e-Tec Brasil leva os cursos técnicos a locais distantes das instituições de ensino e para a periferia das grandes cidades, incentivando os jovens a concluir o ensino médio. Os cursos são ofertados pelas instituições públicas de ensino e o atendimento ao estudante é realizado em escolas-polo integrantes das redes públicas municipais e estaduais.

O Ministério da Educação, as instituições públicas de ensino técnico, seus servidores técnicos e professores acreditam que uma educação profissional qualificada – integradora do ensino médio e educação técnica, – é capaz de promover o cidadão com capacidades para produzir, mas também com autonomia diante das diferentes dimensões da realidade: cultural, social, familiar, esportiva, política e ética.

Nós acreditamos em você!

Desejamos sucesso na sua formação profissional!

Ministério da Educação  
Janeiro de 2010

Nosso contato  
[etecbrasil@mec.gov.br](mailto:etecbrasil@mec.gov.br)



# Indicação de ícones

Os ícones são elementos gráficos utilizados para ampliar as formas de linguagem e facilitar a organização e a leitura hipertextual.



**Atenção:** indica pontos de maior relevância no texto.



**Saiba mais:** oferece novas informações que enriquecem o assunto ou “curiosidades” e notícias recentes relacionadas ao tema estudado.



**Glossário:** indica a definição de um termo, palavra ou expressão utilizada no texto.



**Mídias integradas:** sempre que se desejar que os estudantes desenvolvam atividades empregando diferentes mídias: vídeos, filmes, jornais, ambiente AVEA e outras.



**Atividades de aprendizagem:** apresenta atividades em diferentes níveis de aprendizagem para que o estudante possa realizá-las e conferir o seu domínio do tema estudado.



# Sumário

<b>Palavra do professor-autor</b> .....	<b>9</b>
<b>Aula 1 - Introdução ao estudo da psicologia</b> .....	<b>11</b>
1.1 Definição.....	11
<b>Aula 2 - Conhecendo a Psicologia</b> .....	<b>15</b>
2.1 Diferentes modos para estudar a história da psicologia .....	15
2.2 Objetivos de estudar a Psicologia .....	16
<b>Aula 3 - O Início das Linhas de Atuação da Psicologia</b> .....	<b>19</b>
3.1 Principais Linhas da Psicologia .....	19
<b>Aula 4 - Linhas de Estudo e de Prática da Psicologia</b> .....	<b>23</b>
<b>Aula 5 - O início do desenvolvimento psicológico</b> .....	<b>27</b>
5.1 Desenvolvimento Psicológico .....	28
5.2 Fases do Desenvolvimento .....	29
<b>Aula 6 - Fases do Desenvolvimento Humano na Visão Psicológica</b> .....	<b>31</b>
6.1 Fase Oral .....	31
6.2 Fase Anal .....	32
6.3 Fase Fálica .....	32
6.4 Período de Latência .....	33
6.5 Adolescência .....	34
6.6 Maturidade .....	34
6.7 Velhice .....	34
<b>Aula 7 - A Personalidade e a Comunicação Interpessoal</b> .....	<b>37</b>
7.1 A personalidade, o comportamento e o Caráter humano.....	38
7.2 Comunicação e Relacionamento Interpessoal .....	39
<b>Aula 8 - A afetividade no processo de relacionamento interpessoal</b> .....	<b>41</b>

<b>Aula 9 - Bases do Relacionamento Interpessoal</b> .....	<b>45</b>
<b>Aula 10 - PNL - Programação Neurolinguística</b> .....	<b>49</b>
<b>Aula 11 - Formação de Grupos e Equipes nos Ambientes de Trabalho</b> .....	<b>53</b>
<b>Aula 12 - A Participação da Sociologia nas Relações Humanas</b> .....	<b>57</b>
12.1 Tipos de Comunicação .....	58
<b>Aula 13 - Psicologia, Psicopatologias e Relações Humanas</b> ....	<b>61</b>
<b>Aula 14 - Relações Humanas e a Sociedade</b> .....	<b>65</b>
<b>Aula 15 - Ética nas Relações Interpessoais</b> .....	<b>69</b>
<b>Aula 16 - A Crítica Como Instrumento na Construção de Relações Humanas</b> .....	<b>73</b>
<b>Aula 17 – Liderança</b> .....	<b>77</b>
17.1 Liderança na Organização .....	77
17.2 Perfil do Líder .....	79
<b>Aula 18 - Competências Profissionais</b> .....	<b>81</b>
18.1 Competência x Habilidades .....	82
18.2 Sorte x Sucesso .....	82
<b>Aula 19 - Competencias Interpessoais</b> .....	<b>85</b>
<b>Aula 20 - Competencias Intrapessoais</b> .....	<b>89</b>
<b>Referências</b> .....	<b>91</b>
<b>Atividades autoinstrutivas</b> .....	<b>95</b>
<b>Currículo do professor-autor</b> .....	<b>107</b>

# Palavra do professor-autor

Caro estudante,

Seja bem vindo à disciplina de Psicologia das Relações Humanas.

A sociedade possui grande importância na construção das relações entre as pessoas seja no contexto pessoal ou profissional.

O objetivo da disciplina está na orientação adequada aos alunos durante todo o curso no processo de capacitar todos de forma a contribuírem para uma melhor convivência entre as pessoas dentro de uma sociedade diversificada.

Não podemos esquecer que um dos pontos especiais é a formação da personalidade nesse processo de relacionamentos. A personalidade caracteriza as relações de forma saudável ou não.

Esta disciplina habilitará o estudante, futuro profissional da área de relações humanas, a desenvolver competências para orientar sua equipe e grupo de trabalho bem como proporcionar sua relação pessoal mais equilibrada.

Sua participação se faz de sumo técnico em nosso processo de aprendizagem.

Aprendam para saber conviver melhor em sociedade!



# Aula 1 - Introdução ao estudo da psicologia

Caro aluno, nesta nossa primeira aula conversaremos um pouco sobre o início da psicologia e sua história. Veremos como a psicologia chegou a sua formação nos dias de hoje e ao longo do curso saberemos muito mais sobre suas características.



**Figura 1.1: Construindo a Psicologia**

Fonte: [www.scientiadeanima.blogspot.com](http://www.scientiadeanima.blogspot.com)

## 1.1 Definição

Psicologia é a ciência que estuda os processos mentais e o comportamento humano nas concepções cognitivas e afetivas. Mas também podemos dizer que a psicologia estuda a alma, ou psique, ou mente, ou apenas o comportamento. Caracteriza-se por possuir várias linhas de atuação que permitem estudar o ser humano de formas diferenciadas e bem abrangentes em seus diversos contextos da vida. A psicoterapia torna-se muito procurada hoje em dia por proporcionar ao sujeito grande e benéfico bem estar na sua busca pelo equilíbrio necessário. Atualmente a Psicologia exerce uma função muito importante para a sociedade, pois contribui para a busca do equilíbrio entre pensamento e ação que o ser humano manifesta em diferentes contextos do dia a dia. Desta forma, o estudo da Psicologia das Relações Humanas possui a cada dia maior credibilidade e prática entre todos aqueles que optam por bem estar e um desenvolvimento biopsicossocial mais promissor.

**Tabela 1.1: Manifestações Psicológicas**

Via Ativa	Via Afetiva	Via Cognitiva
Movimentos Instintos Hábitos Vontade Liberdade Tendências Inconsciente	Prazer Dor Emoção Sentimento Paixão Amor Ódio	Sensação Percepção Imaginação Memória Ideias
Grandes Sínteses		
Atenção Consciência Linguagem	Pensamento Inteligência Julgamento	Raciocínio Personalidade

Fonte: <http://www6.ufrgs.br/museupsi/Texto%201.htm>

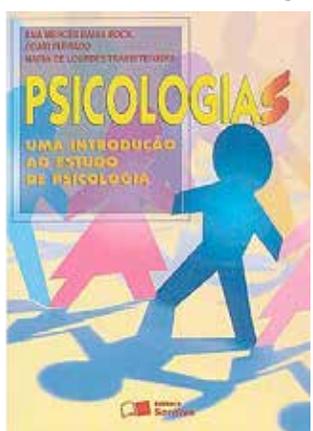
Sabemos que a nossa história de vida caracteriza-se por um longo desenvolvimento físico e mental, onde neste desenvolvimento podemos encontrar fatores bons ou ruins. O desenvolvimento psicológico consiste na formação de resumos mentais que construímos ao longo da caminhada da vida. Estes resumos se expressam na nossa maneira de ser e de agir juntamente com nossas características herdadas que constituem a personalidade. O ambiente em que vivemos é um objeto de estudo muito importante para a psicologia, pois nesse ambiente farto de criatividade, visamos manifestar de várias formas e tipos os comportamentos, as ações, as sensações e os sentimentos para qualquer situação decorrente do dia a dia. O campo de estudo da psicologia é muito grande e com atividades em áreas como a clínica, a escola e a organização. Na verdade, a psicologia é uma ciência aplicada, mas também uma ciência básica de grande importância para qualquer campo de conhecimento. A psicologia que conhecemos hoje é o resultado da confluência de preocupações e métodos originários da filosofia e da fisiologia. Todas as funções psicológicas decorrem de processos orgânicos. Avanços nos campos da genética, neurofisiologia e bioquímica trouxeram importantes esclarecimentos sobre processos psicológicos básicos como, por exemplo, hereditariedade, agressividade, depressão e ansiedade. Por outro lado, o modo como formulamos perguntas, encaminhamos modos de resposta e organizamos nosso conhecimento é muito influenciado por toda a história da filosofia.

De que forma então podemos relacionar a psicologia nos dias de hoje com o estudo das relações humanas?

A psicologia e as relações humanas andam juntas, de forma a ampliar a construção dos conhecimentos do sujeito em estudo nos seus diversos contextos de vivência, favorecendo ao seu equilíbrio da mente, corpo e comportamento onde desta forma proporcionará a todos ao seu redor uma melhor convivência entre grupos pessoais e profissionais.

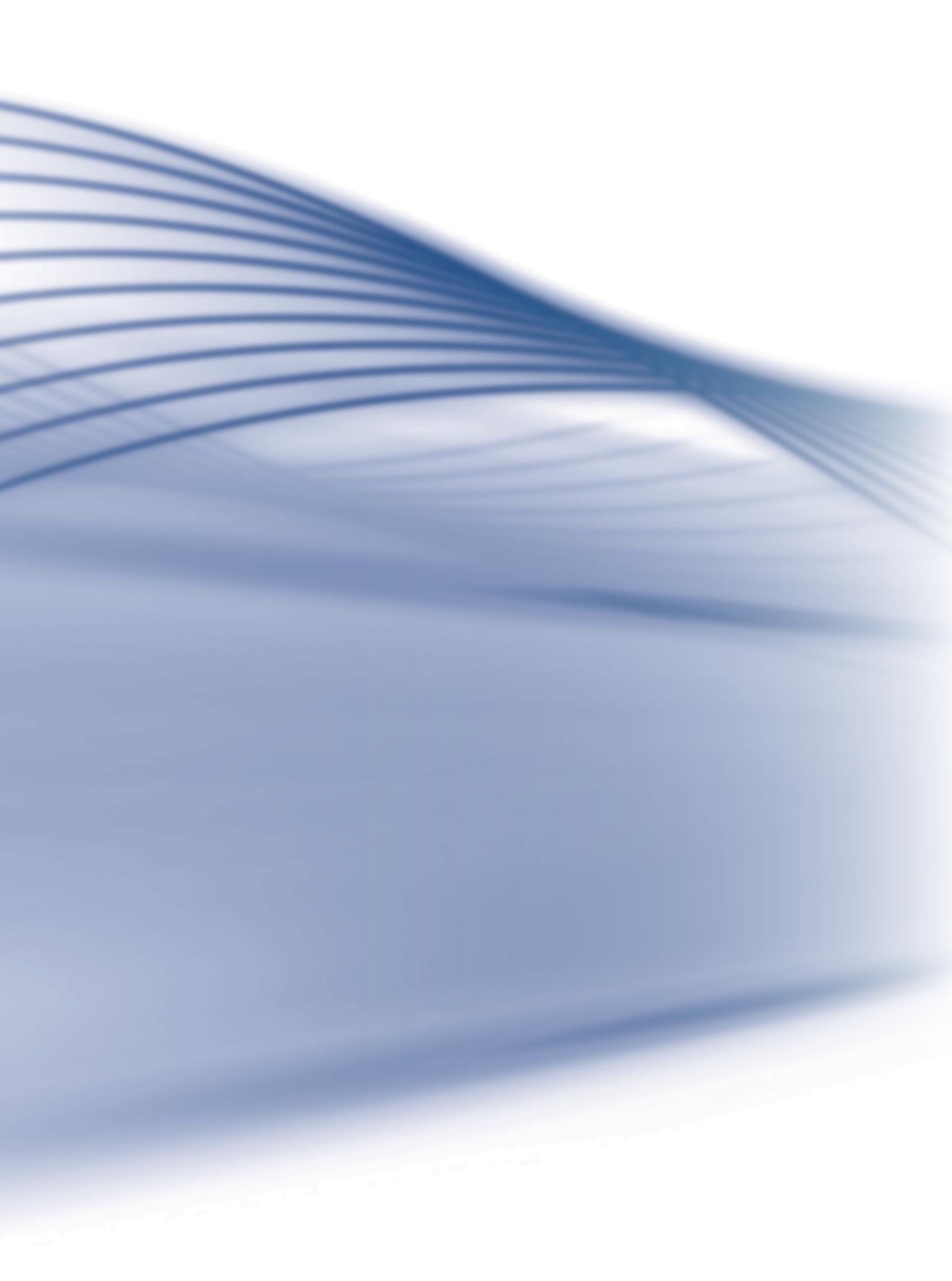


Título Traduzido: **Psicologias: uma Introdução ao Estudo de Psicologia** - Odair Furtado  
 Autor: Odair Furtado / Maria De Lourdes T. / Ana Mercedes Bahia Bock  
 Ano de Lançamento: 1999  
 Gênero: Psicologia



Fonte: <http://www6.ufrgs.br/museupsi/Texto%201.htm>





# Aula 2 - Conhecendo a Psicologia

Aluno, nesta aula daremos continuidade ao estudo da história da psicologia, aprimorando o seu conceito e a forma de estudar as suas diversas características.



**Figura 2.1: conhecendo a psicologia**

Fonte: [www.unipar.br](http://www.unipar.br)

## 2.1 Diferentes modos para estudar a história da psicologia

O campo da psicologia é conhecido pela sua fragmentação e pelas disputas teóricas. A história da psicologia caracterizou-se por grandes escolas ou sistemas. Estas escolas eram formulações teóricas sobre o que é ou deve ser psicologia. Exemplo destas grandes escolas, algumas existindo até hoje, são: psicanálise, behaviorismo e Gestalt.

São diferentes vertentes da Psicologia, que pretendem observar, compreender e trabalhar o homem, no que diz respeito a seus processos psíquicos, à construção de sua inteligência e afetos, a suas formas de ser, atuar e se relacionar no mundo, que nas suas expressões normais ou patológicas, quer na educação, na clínica, na empresa, aonde quer que o homem esteja atuando.

Sabe-se que a psicologia não é um campo unitário. Há uma grande diversidade de teorias. Quando se diz que é psicólogo, logo a seguir, além de dizer qual a especialidade, se diz também qual é a abordagem preferida. Alguns autores contemplaram a história da psicologia do ponto de vista das diferentes teorias.

## 2.2 Objetivos de estudar a Psicologia

A história da psicologia é a história do pensamento sobre a consciência, o inconsciente, e o comportamento humano. Temos, então, uma preocupação com os determinantes da racionalidade, da irracionalidade e da ação. Historicamente, temos uma psicologia aliada à filosofia para entender os processos da razão, pensamento, sentimento e percepção. Temos uma psicologia aliada a expressões artísticas, literárias e existenciais para entender a irracionalidade e a criatividade. E, temos também uma psicologia aliada com a fisiologia para entender o comportamento enquanto função da ação do sistema nervoso.



<http://www6.ufrgs.br/museupsi/Texto%201.htm>



Título: **Historia da Psicologia: Rumos e Percursos**

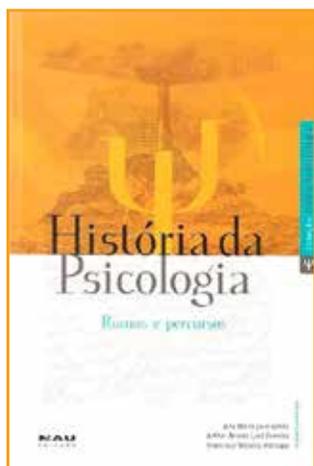
Editora: Nau Editora

Ano de edição: 2007 Edição: 1ª

Este livro contempla toda a psicologia contemporânea e, em alguns capítulos, seus antecedentes modernos, que se faz presente a partir de muitos pontos de vista. Aqui o leitor encontrará capítulos versando sobre os mais diferentes temas e segundo os mais diferentes ângulos de abordagem com as mais diferentes metodologias de interpretação.

Este livro terá, certamente, um lugar de destaque nos cursos de psicologia e poderá funcionar, dada inclusive a vastidão da bibliografia citada, como uma fonte inesgotável de novos estudos e aprofundamentos.

Disponível em: [http://www.travessa.com.br/Odair\\_Furtado/autor/DDBF1D82-1851-4649-BD14-D1B4B4E51A4A](http://www.travessa.com.br/Odair_Furtado/autor/DDBF1D82-1851-4649-BD14-D1B4B4E51A4A)

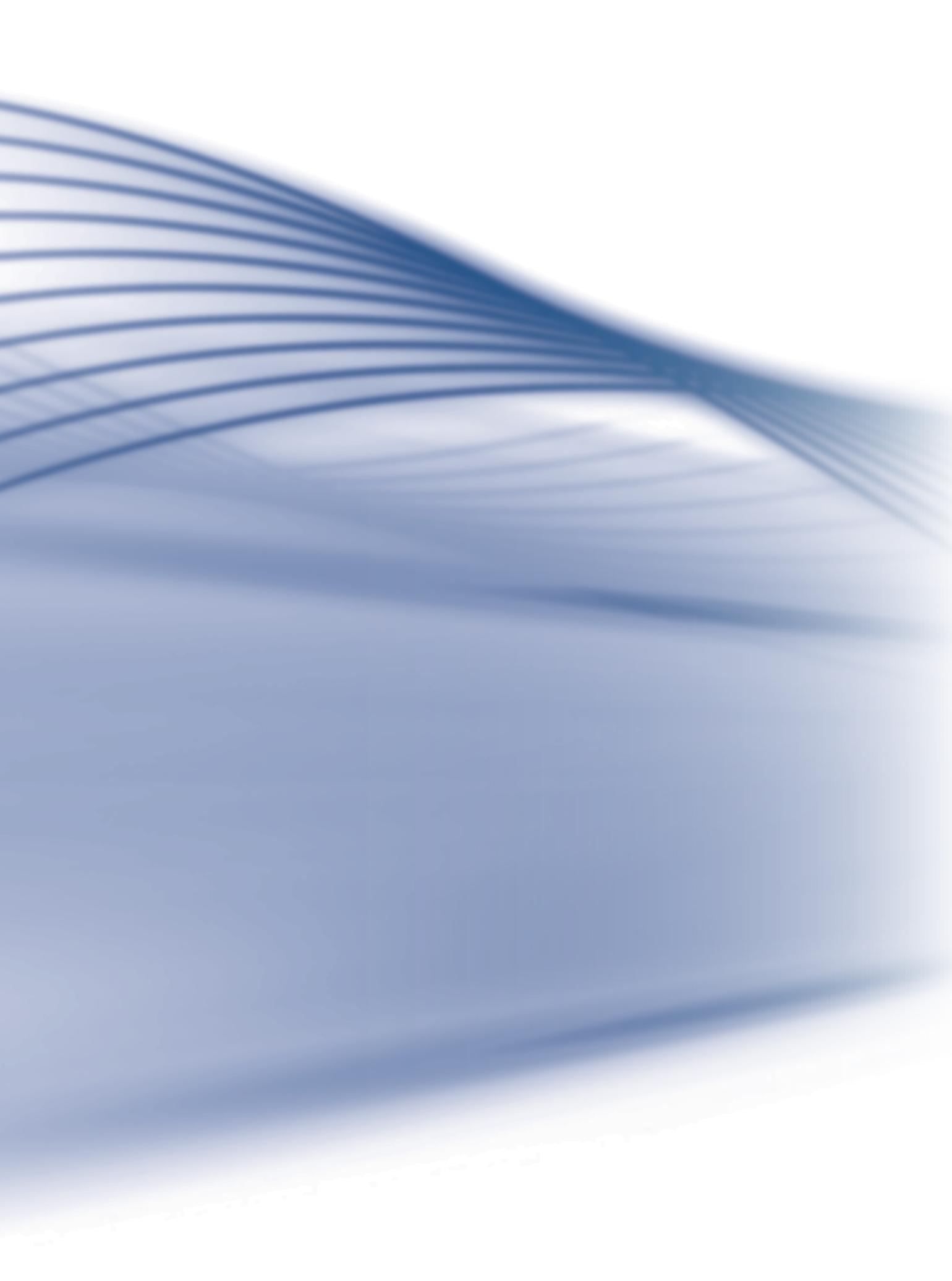


Para entendermos a prática é necessário reconhecer a matriz filosófica na qual essa prática se apoia. Desta forma, temos, entre outras, a **Psicologia Behaviorista** (derivada de uma corrente positivista e que definirá o homem e seus processos psíquicos como um ser governado por estímulos do meio), a **Psicologia Humanista** (derivada da Fenomenologia e do Existencialismo, e que definirá o homem como um ser intencional, dono de seus atos e de sua consciência), a **Psicologia Cognitiva** (derivada em parte de uma filosofia pragmática, considera o homem em uma perspectiva interacionista, fruto da constante relação homem-meio, sendo este homem considerado como um sistema aberto e em sucessivas reestruturações); **Gestalt** (que com certa influência fenomenológica, explora a atenção, a percepção e a tomada de consciência pelo organismo como um todo), **Psicanálise**, que embora não tenha nascido no seio da Psicologia, caminha junto com ela na sua preocupação com o homem interior. (disponível em: <http://www.espacocuidar.com.br/psicologia/artigos/um-pouco-sobre-a-historia-da-psicologia>)

As quatro perguntas “o que é? como é? por que é? e para que é” servirão de guia para comparação entre os grandes pensadores da psicologia. Curiosamente, as perguntas referem-se, respectivamente, ao que se entende hoje como as quatro grandes áreas da filosofia.

As vertentes são diferentes a até opostas, mas o foco incide sempre no mesmo homem, que ao ser estudado por outro homem confunde observador e observado, sujeito e objeto, numa trama que se refaz a cada novo suspiro, numa poesia que se reescreve a cada novo ato, numa música que se rearranja a cada novo compasso, criando e recriando as mesmas velhas dúvidas, dores, espantos, alegrias e rancores que fazem parte dele desde sua origem, quando do início de sua viagem por um caminho repleto de convergências, mãos duplas, obstáculos.



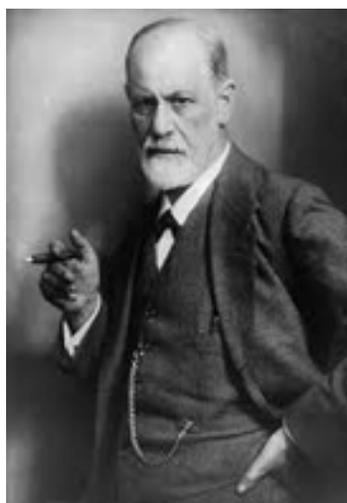


# Aula 3 - O Início das Linhas de Atuação da Psicologia

Caro aluno, na aula de hoje conheceremos as primeiras e principais linhas da psicologia e como elas atuam na prática e no desenvolvimento de outras que vieram após.

## 3.1 Principais Linhas da Psicologia

Escolas que concebem a existência do inconsciente (Freud e seus seguidores).



**Figura 3.1: Sigmund Freud**

Fonte: [www.pt.wikipedia.org](http://www.pt.wikipedia.org)

### Psicanálise

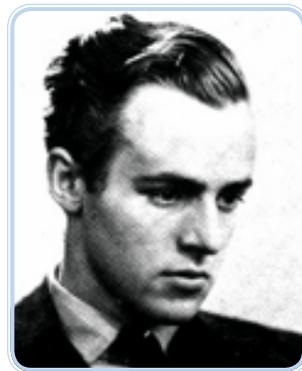
**FREUD** foi médico austríaco e o “Pai da Psicanálise”. A psicanálise baseia-se em um modelo psíquico composto por 03 elementos: ID (instinto, lado primitivo), EGO (aquilo que você é, relacionado a valores, atitudes, percepções) SUPEREGO (espécie de censura que o indivíduo se impõe, mas que é determinada pela sociedade). O desenvolvimento desses elementos está relacionado com as etapas importantes da vida, especialmente a infância. Utiliza a análise e a interpretação dos sonhos e também a técnica de associação livre: onde o paciente deve fazer associação entre palavras, ideias e pensamentos, depois interpretá-los. Objetivo: trazer à tona o material que está inconsciente.



**Figura 3.2: Carl Gustav Jung**

Fonte: [www.sobreavida.com.br](http://www.sobreavida.com.br)

**JUNG** foi psiquiatra suíço utilizando a linha Junguiana onde também um inconsciente coletivo é compartilhado pela humanidade. São os **arquétipos**, ou símbolos que atravessam a história e são transculturais, isto é, desde os povos primitivos, em todas as civilizações criam-se as fantasias arcaicas da humanidade. Os sonhos são muito valorizados e vistos como códigos de determinadas passagens da vida.



**Figura 3.3: Wilhelm Reich**

Fonte: [www.serinteiropsicoterapias.blogspot.com](http://www.serinteiropsicoterapias.blogspot.com)

Médico e psicanalista austríaco utilizou a linha Reichiana onde se faz a integração corpo e mente. As tensões musculares crônicas são resultado da influência de regras repressivas que existem na sociedade que impedem a livre circulação da energia vital e causam desequilíbrio emocional. Quebrar as couraças musculares ou tensões crônicas é o objetivo da terapia reichiana (através de toques, massagens, exercícios) e análise do inconsciente. Dentro do inconsciente individual mostrou a força do componente não verbal (corpo).



**Figura 3.4: Melanie Klein**

Fonte: [www.psicoterapiamarinaalmeida.blogspot.com](http://www.psicoterapiamarinaalmeida.blogspot.com)

Britânica, de origem austríaca considerada a criadora da psicanálise de crianças ou infantil por meio da técnica do brincar ou LUDOTERAPIA, que consistia em considerar o brincar durante a sessão como equivalente à associação livre do adulto.



**Figura 3.5: Jacques Lacan**

Fonte: [www.desenvolvimentoemquestao.wordpress.com](http://www.desenvolvimentoemquestao.wordpress.com)

Francês, médico e psicanalista, “o inconsciente está estruturado como uma linguagem”. Renovador do pensamento freudiano trouxe para a psicanálise elementos estruturalistas e criou uma “clínica do real”.



**Figura 3.6: Donald Winnicott**

Fonte: [www.psicoletra.blogspot.com](http://www.psicoletra.blogspot.com)

Pediatra e psicanalista britânico introduziu mudanças fundamentais na clínica psicanalítica com crianças. Destacou o desamparo, a dependência infantil de seu ambiente com as mães e as ansiedades catastróficas que acompanham o estado inicial de não-integração do ser humano em especial no contexto infantil.

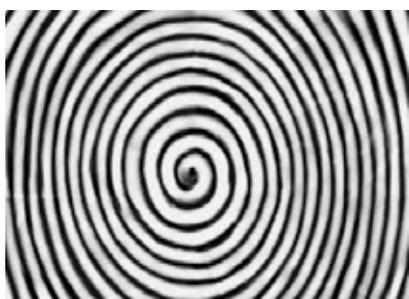


<http://www.rajayoga.com.br/fatos.php?id=7>  
<http://www.brasilecola.com/psicologia/o-que-e-psicologia.htm>



# Aula 4 - Linhas de Estudo e de Prática da Psicologia

Caros aluno, nossa quarta aula compreende em conhecermos as linhas utilizadas hoje em dia de forma mais completa na teoria e na prática da psicologia.



**Figura 4.1: Linhas**

Fonte: [www.arescomunic.wordpress.com](http://www.arescomunic.wordpress.com)

A psicoterapia é uma possibilidade de prática da psicologia que consiste no tratamento de dificuldades afetivas ou mentais, ou seja, é falar ao profissional sobre o sofrimento que acomete seu momento atual na vida em diferentes contextos.

Conheça aqui suas características e linhas de ação:

Conheça aqui suas características e linha de ação, baseados no autor Marcos Reis, editor de Guia de Psicologia na Internet. Em [www.sobresites.com](http://www.sobresites.com). Disponível em: <http://luisbethancourt.site.med.br/index.asp?PageName=Tipos-20de-20Psicoterapias>

## **Análise Transacional (AT)**

Uma técnica criada pelo psiquiatra norte-americano Erick Berne no início dos anos 60. O diferencial da AT é o seu pragmatismo, e seu modelo de personalidade, desenvolvimento e relacionamento, que enfoca as transações ocorridas entre as pessoas. A AT é muitas vezes vista erroneamente como uma simplificação excessiva da psique.

## **Arteterapia**

É uma forma de terapia que utiliza recursos expressivos, artísticos e vivenciais com o objetivo de facilitar o autoconhecimento e a comunicação do cliente.

## **Psicodrama**

Muito parecida com o teatro, esta psicoterapia foi desenvolvida por Jacob Levy Moreno. Sua linha de ação é o desempenho dos vários papéis por parte do paciente em seu cotidiano. A visão antropológica por Moreno sobre o homem é de um ser inacabado em contínuo processo de criação. O desenvolvimento humano acontece por uma longa série de 'integrações vinculares' iniciadas na matriz de identidade com seu átomo social e sua rede sociométrica.

## **Psicologia Analítica**

Considerada por muitos um sistema, a Psicologia Analítica foi criada por C. G. Jung. Como já mencionado no capítulo anterior, apesar de possuir muitos aspectos em comum com a Psicanálise, Jung acentua a importância do simbolismo cultural e arquetípico na formação da personalidade.

## **Psicologia Humanista**

O termo 'Psicologia Humanista' é uma designação genérica para uma série de teorias psicoterápicas que acentuam a responsabilidade do homem em relação a sua atitude perante a existência.

## **Programação Neurolingüística**

A PNL é um modelo de comunicação e comportamento que enfatiza o papel da linguagem na determinação de nosso estado físico e psicológico. Proporciona um melhor entendimento e compreensão da comunicação entre as pessoas possibilitando uma melhor relação entre todos em contextos variados.

## **Psicoterapias Corporais**

Para esta psicoterapia, nossas emoções possuem um correlato físico, tornando-se necessário o contato com o corpo, juntamente com a verbalização, para desfazer os nós da armadura muscular do caráter.

## **Logoterapia**

Também conhecida como análise existencial, a Logoterapia é uma corrente psicoterápica criada por Viktor Frankl que focaliza a necessidade que o indivíduo tem de dar um sentido a sua vida.

## **Psicoterapia Familiar**

Corresponde a uma série de psicoterapias que são centradas nos problemas interativos das crises de relacionamento de casal ou no interior da família. Diga-se de passagem: todos os problemas têm a família como origem ou instância mantenedora.

## Cognitiva

Sistema de terapia cujo princípio básico é de que as cognições (pensamentos, crenças, interpretações) de um indivíduo frente a situações influenciam suas emoções e comportamentos. O terapeuta atua sobre as cognições, a fim de alterar as emoções e comportamentos que as acompanham.

## Acompanhamento Terapêutico

Não é propriamente uma teoria de psicoterapia, mas um modo de atuação do psicoterapeuta. De maneira resumida, consiste na articulação que é feita pelo psicoterapeuta fora do setting ou cenário da terapia, acontecendo no contexto em que o paciente vive. A princípio é utilizada nos casos mais graves de ajustamento social e vem sendo também utilizada nos demais casos como um fator potencializador do processo psicoterápico.

## Psicoterapia Comportamental

Esse é o nome dado à abordagem que se fundamenta no Behaviorismo Radical de Skinner. Ela se caracteriza por se preocupar com a comprovação científica de seus procedimentos. O terapeuta comportamental investiga vários aspectos do comportamento (motores, afetivos, cognitivos) e busca estabelecer relações deste comportamento com as condições físicas e sociais em que estes ocorrem.

## Resumo

As linhas práticas da psicologia destacam dentre as várias funções da teoria os relacionamentos interpessoais. Na aula de hoje algumas linhas foram abordadas de forma a explicar sua prática de atuação no contexto social ou naquele em que vivemos.

## Atividade de aprendizagem

1. Qual é a contribuição da Programação Neurolinguística como linha de prática da psicologia para o estudo das relações humanas no contexto social?

---

---

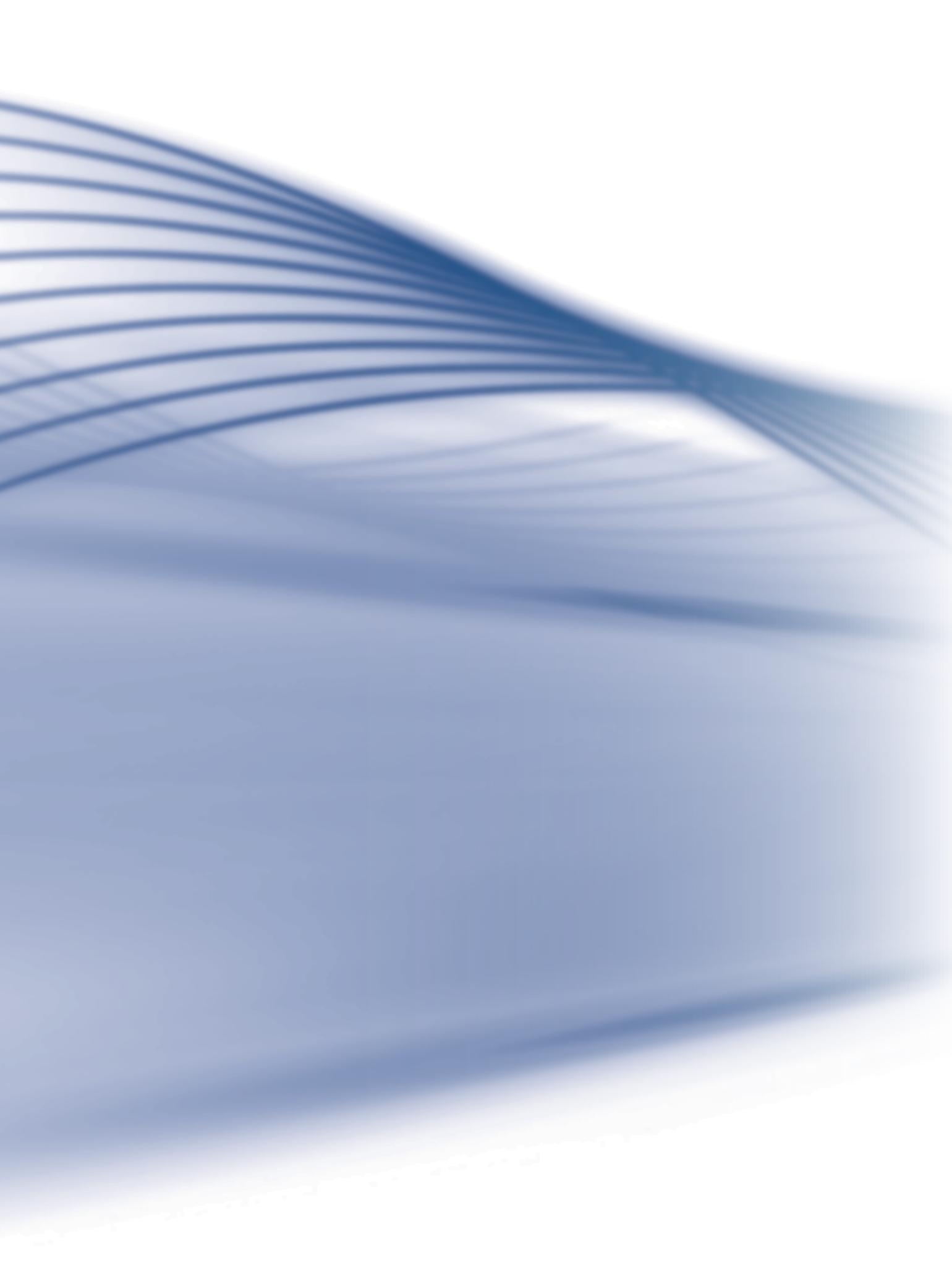


<http://aindanaosupsicologa.blogspot.com.br/2009/07/psicologia-e-as-diversas-linhas.html>  
<http://cienciaemente.blogspot.com.br/2008/03/o-que-psicologia.html>



Livro: **Convite a Filosofia**  
Autor: Marilena Chaui  
Editora: Ática, São Paulo, 2000.





# Aula 5 - O início do desenvolvimento psicológico

Nesta aula, nós iremos descobrir como se manifesta o desenvolvimento psicológico no ser humano na condição das suas características mais diversas.



**Figura 5.1: relógio**

Fonte: [www.ocrepusculo.com](http://www.ocrepusculo.com)

“O Homem deseja ser confirmado em seu Ser pelo Homem, e anseia por ter uma presença no Ser do outro... – secreta e timidamente, ele espera por um sim que lhe permita ser, e que só pode vir de uma pessoa humana a outra”.  
Martim Buber

“O desenvolvimento não se faz em linha reta e sim por crises. Não há desenvolvimento fora dos sofrimentos e alegrias, sucessos e fracassos, satisfações e frustrações, progressões e regressões do processo existencial”.  
Carlos Byington

**Tabela 5.1: Etapas do desenvolvimento humano**

Pré-natal	Zigoto, 0 a 2 semanas
Embrião	2 semanas a 2 meses
Feto	2 a 9 meses
Neonatal (início da primeira infância)	Nascimento
Primeira Infância (intermediária)	2 a 15 meses (1 a 3 m)
Fase Final da 1a. Infância	15 meses (1 a 3 m) a 30 meses (2 a 6 m)
Início da 2a. Infância	2 ½ a 6 anos
2a. Infância (Intermediária)	6 a 9 ou 10 anos
Fase final da 2a. Infância (pré - adolescência)	Meninas 9 a 11 ½ anos Meninos 10 a 12 ½ anos
Puberdade (início da adolescência)	Meninas 11 ½ a 14 anos Meninos 12 ½ a 15 ½ anos
Adolescência (intermediária)	Meninas 14 a 16 anos Meninos 15 ½ a 18 anos
Final da adolescência	Moças 16 a 20 anos Rapazes 18 a 22 anos
Início da fase adulta	Mulheres 20 a 30 anos Homens 22 a 35 anos
Fase adulta intermediária	Mulheres 30 a 45 anos Homens 35 a 50 anos
Final da fase adulta	Mulheres 45 a 60 anos Homens 50 a 65 anos
Senescência	Mulheres 60 anos até a morte Homens 65 anos até a morte

Fonte: [www.guiadeaprendizagem.blogspot.com.br/2008/05/etapas-do-desenvolvimento-humano.html](http://www.guiadeaprendizagem.blogspot.com.br/2008/05/etapas-do-desenvolvimento-humano.html)

## 5.1 Desenvolvimento Psicológico

### Desenvolvimento

Desenvolvimento, segundo Aurélio, significa ato ou efeito de desenvolver, crescimento, progresso, adiantamento. E Desenvolver é progredir, aumentar, melhorar, se adiantar.

Segundo Houaiss, é tirar o que envolve ou cobre, fazer crescer, tornar-se maior, mais forte. Conduzir ou caminhar para um estágio mais avançado ou eficaz.

O conceito de desenvolvimento da personalidade, para Freud, ocorre em sete fases: **oral, anal, fálica, latência, adolescência, maturidade e velhice**. Afirmando que em cada fase, a pessoa deve aprender a resolver certos problemas específicos, originados do próprio crescimento físico e da interação com o meio. A solução dos diferentes problemas, que em grande parte depende do tipo de sociedade ou cultura, resulta na passagem de uma fase para a outra e na formação do tipo peculiar de personalidade. No decorrer das fases, o indivíduo expressa seus impulsos e suas necessidades básicas

dentro de moldes que visam a continuação da cultura, seu próprio crescimento e busca do prazer pessoal.

Abordaremos o desenvolvimento psicológico em cada uma dessas fases, salientando os pontos onde a socialização, a linguagem, a segurança no mundo, e em si, a vinculação, a independência, a autoestima, etc, poderão ser fortalecidos, e o que poderia causar problemas, uma vez que o ser humano tem por natureza, grande capacidade para a alegria. Observando crianças concluímos que não apenas veem graça nas coisas, como criam brincadeiras para si, querendo compartilhar esse divertimento com quem está ao seu lado, funcionando como forma de socialização, aproximação e de troca de afeto.

***“A Criança é realista, o Jovem um idealista, o Adulto um cético, e o Idoso um místico!”*** Goethe

## **5.2 Fases do Desenvolvimento**

Os estudos demonstram ser o bebê extremamente competente sob muitos aspectos, é sensível, curioso, um principiante eficaz, manifestando grande percepção ao tom de voz, gestos, atitudes, expressões e movimentos dos adultos que estão ao seu redor, principalmente àqueles que tem algum significado emocional para ele, como os pais primeiramente.

A criança ao explorar seu meio em busca das descobertas, logo descobrirá que algumas restrições serão impostas, e irá manifestar seu desagrado através de birras e choro, aprendendo, no entanto, a lidar com as limitações que, saberá mais tarde, terá que conviver por toda a vida, mudando a cada fase de seu desenvolvimento.

O ser humano aprende cedo e rapidamente a lidar com as situações que influenciam, direta ou indiretamente, a obtenção de seus desejos, o que lhe traz desconforto, o que interfere em suas esperanças, bem como o que lhe traz medos e angustias, buscando formas compensatórias de reação.

O nascimento é a primeira grande experiência vivida pelo ser humano e o primeiro obstáculo a ser superado no processo de desenvolvimento. Sair da segurança e proteção do útero materno e enfrentar os estímulos do mundo externo requerem grandes adaptações psicológicas.

De acordo com vários autores, não resta ao recém-nascido outra alternativa senão viver a “angustia do desligamento”, a qual pode ser considerada como o



### Livro: **O Desenvolvimento Psicológico na Infância.**

Autor: L. S. Vigotski

Editora: Martins Fontes Ano: 1999

Assunto: Psicologia e Psicanálise

Idioma: Português

Reunião das conferências realizadas por Vigotski no Instituto Pedagógico de Leningrado em 1932, O desenvolvimento psicológico na infância contém os principais estudos do autor sobre o desenvolvimento psicológico na idade infantil, percepção, memória, pensamento, linguagem, imaginação e vontade.

Nele o leitor encontrará os temas centrais da psicologia vigotskiana que estão vigentes hoje com tanta força.

Disponível em: [http://www.livrariamartinseditora.com.br/descricao.asp?cod\\_livro=VI0221](http://www.livrariamartinseditora.com.br/descricao.asp?cod_livro=VI0221)

[http://www.livrariamartinseditora.com.br/descricao.asp?cod\\_livro=VI0221](http://www.livrariamartinseditora.com.br/descricao.asp?cod_livro=VI0221)



modelo de fenômenos psicológicos, que aparecerão em outras fases do desenvolvimento, e que denominamos de angústia, ansiedade, ou depressão.

O ser humano ao nascer, e durante bastante tempo, é totalmente dependente de outros seres humanos para alimentá-lo, cuidar de sua higiene, protegê-lo e dar o apoio emocional, que é essencial para o seu desenvolvimento psicológico.

Desde os primeiros instantes de vida, o comportamento materno (ou seu substituto) exercerá influência na formação da personalidade da criança, mesmo que ainda não exista a comunicação verbal. A maneira como os problemas são solucionados, os gestos feitos na hora de segurar a criança e os sentimentos em relação a ela irão provocar respostas de prazer ou desprazer no bebê, que poderá trazer efeitos duradouros na percepção da realidade.

Devemos dar atenção especial às mudanças que ocorrem na família com o nascimento de uma criança, pois novos papéis são exigidos e, além de manter os anteriores, aparecem os de pai, mãe, avô, avó, tios, primos, etc., acarretando, inevitavelmente, uma redistribuição na energia emocional da família, bem como alteração no status e nas exigências que serão feitas às pessoas para que cumpram o correspondente ao "papel", e que nem sempre será aceito, ou vivido, com tranquilidade.

Fonte: <http://www.portageobrasil.org/psico/mat/desenvolvimentopsicologico.htm>. Acesso em: 22/06/2012.

## Resumo

As pessoas ao longo da vida conquistam espaços pessoais e profissionais através de posturas. Essas posturas são construídas pelos aspectos psicológicos. Na aula de hoje abordamos como ocorre o desenvolvimento psicológico para todos nós e quais são suas fases ao longo do processo.

## Atividade de aprendizagem

1. Quais são as fases de desenvolvimento da psicologia e qual seria a fase mais importante no processo da construção dos relacionamentos interpessoais?



<http://www.portaleducacao.com.br/pedagogia/artigos/3820/desenvolvimento-psicologico-segundo-vygotsky-papel-da-educacao-1>

# Aula 6 - Fases do Desenvolvimento Humano na Visão Psicológica

A aula de hoje mostrará o desenvolvimento do ser humano no conceito psicológico nas suas várias fases de amadurecimento.



**Figura 6.1: Desenvolvimento**

Fonte: [www.psicologiamsn.com](http://www.psicologiamsn.com)

Como já vimos, o desenvolvimento psicológico ocorre paralelamente ao processo de crescimento físico e social do ser humano, desde o seu nascimento até a sua morte, com todas as adaptações possíveis, sua história pessoal, os dados biopsicológicos herdados, as idiossincrasias de seu meio familiar, suas condições ambientais, sociais e culturais, os dados adquiridos na interação hereditariedade-meio, as características e condições de funcionamento do indivíduo nessa interação, possibilitando adaptações e mudanças em situações futuras.

Por meio desse processo, o desenvolvimento pode ser separado por fases, onde Freud as define de maneira muito importante até hoje em dia na nossa atualidade.

## 6.1 Fase Oral

Período de aproximadamente um ano que segue desde o nascimento. Os impulsos da criança são satisfeitos principalmente na área da boca, ou seja, a libido está intimamente associada ao processo da alimentação e contato humano, que vem associado ao ato de mamar. A percepção da criança, nos primeiros meses após o nascimento, é de totalidade, não distinguindo ainda o "eu" do "não eu". Se o seio (ou substituto) for gratificante, a imagem de aceitação será introjetada, e as expectativas futuras do mundo, em termos projetivos, serão otimistas, o que é conhecido como o "objeto bom", e o

### A-Z

**Idiossincrasia** (do grego ἰδiosisγκρασία (idiosynkrasia), "temperamento peculiar", composto de ἴδιος (idios) "peculiar" e σύγκρασις (synkrasis) "mistura") é uma característica comportamental ou estrutural peculiar a um indivíduo ou grupo.  
<http://pt.wikipedia.org/wiki/Idiossincrasia>



Confira quais são no texto abaixo, disponível também em:  
<http://chasqueweb.ufrgs.br/~luciane.real/trilha/fasesdodesenvolvimento/desenvolvementopsicologico.htm>.  
Acesso em 18/06/2012

seu oposto irá gerar insegurança e desconfiança. Por volta dos seis meses, já há uma percepção da mãe “como uma pessoa total”, integrada em seus aspectos bons e maus, e a relação da criança com a mãe é mais realista, aprendendo a controlar sua ansiedade e seus impulsos frente às demandas do meio, preparando-se para enfrentar os novos desafios da fase seguinte de seu desenvolvimento.

## 6.2 Fase Anal

No final do primeiro ano de vida estão presentes habilidades como virar, sentar, engatinhar, assim como o início da comunicação verbal, ora para pedir coisas, ora como forma de socialização. Nessa fase inicia-se a capacidade de julgar a realidade e antecipar situações, possibilitando maior tolerância às tensões do cotidiano, e normais no desenvolvimento. Durante o segundo e terceiro anos de vida a criança será estimulada a desenvolver a autonomia, tornando-se mais independente, inclusive no que se refere ao controle dos esfíncteres, e cuidados com a higiene pessoal, que estará de acordo com as exigências do meio em que vive e de sua cultura familiar. Os impulsos, nesta fase, levam a criança a vivenciar a busca do domínio do ambiente, e das pessoas que estão a sua volta, para obter o máximo de prazer possível. É a fase das “birras”, crises de nervos, parecendo necessitar de limites claros, para então se acalmar.

## 6.3 Fase Fálica

O período que vai dos 3 aos 5/6 anos, a criança já tem maior consciência de si mesma, percebendo com maior clareza o mundo que a rodeia, interessando-se pelo ambiente e indagando sobre o significado e as causas dos fatos. Aumenta o interesse pelo próprio corpo, principalmente pelos genitais, tornando-se mais exibicionista. Surge, nesta fase, o fenômeno conhecido como complexo de Édipo, e o conflito da ambivalência entre o amor e o ódio, pois o seu “objeto de amor” também é a figura disciplinadora que coloca limites e restrições, e o “objeto odiado” é provedor, lhe dá segurança e proteção. Na chamada iniciativa existe a busca dos objetos que lhe dê a satisfação, e é o que move a criança a ligar-se ao “objeto de amor”, tentando identificar-se como o modelo entendido como “adequado”. A conduta social básica que pode manifestar-se nessa fase é a de tentar sempre “tirar vantagem”, bem como o ataque frontal as pessoas que tentam colocar limites, tendo prazer na competição e na conquista, insistência em alcançar uma meta e, embora, demonstre segurança e tenha atitude resoluta, pode carregar traços de inferioridade. Por outro lado, nessa fase a criança torna-se amigável, colaboradora, amorosa, sendo capaz de proporcionar bem-estar as outras pessoas uma vez que é capaz de ter empatia, podendo se colocar no lugar do outro.

## 6.4 Período de Latência

Dos 5 aos 10 anos a criança utiliza sua energia psíquica para o fortalecimento do ego, o qual se tornará melhor equipado para lidar com os impulsos que virão nos próximos anos, e para adaptar-se aos novos ambientes. Volta-se para o mundo externo, como escola, jogos, amizades e outras atividades, fora do ambiente familiar, passando a buscar novos ídolos e heróis, fora de casa. Nesse período da vida sua autoestima já não depende exclusivamente da aprovação externa, tendo a própria crítica ao proceder de forma “certa ou errada”. A sensação de acerto provoca sentimento de segurança, prazer e autovalorização, e ao contrário, a sensação de erro traz culpa e remorso.

Passa a ter importância vestir-se como os de sua idade, o conhecimento intelectual, os valores sociais, os bens materiais, bem como a imagem de perfeição que construiu para si mesma. Estabelecendo relações interpessoais fora da família, começa a empreender a difícil tarefa de ajustar-se às outras pessoas e manejar seus impulsos para conseguir viver socialmente. Tem necessidade de pertencer a um grupo de iguais e de ser aceito pelos companheiros, bem como de sentir-se responsável e capaz de realizar feitos que recebam aprovação e lhe deem um status no grupo, desenvolvendo um conceito de “si mesmo”. Meninos e meninas formam grupos separados, excluindo-se mutuamente, buscando jogos diferentes, sendo que os meninos têm pavor de parecer-se com meninas, e se vigiam para denunciar quando isso acontece.

Identificam-se com profissões e com determinados profissionais, surgindo vocações e talentos e a famosa frase: “quando eu crescer serei...”, tentando obter reconhecimento pessoal, mas já percebendo que terão que ajustar-se às normas do mundo e que nem sempre são as mesmas de sua família de origem, deparando-se com os códigos de lealdade, que poderão trazer muitos conflitos internos e embates familiares. É a fase onde a transição está ocorrendo e não é mais criança, mas ainda não é jovem (fase infanto-juvenil), desejando em alguns momentos permanecer num estado de despreocupação, liberdade e aventura, e em outros total inércia.



**Figura 6.2: desenvolvimento humano**

Fonte: [www.amaraljorge.blogspot.com](http://www.amaraljorge.blogspot.com)



Livro:

### Desenvolvimento Humano – Experenciando a vida

Autor: Janet Belsky

Editora: Artmed

Área(s): Psicologia, Psicanálise,  
Medicina, Saúde

Este livro apresenta um texto fluido, que se desenrola como uma história, visando à assimilação dos conteúdos durante a leitura. Este é um livro-texto centrado nas pessoas, orientado à prática, rico em pesquisas clássicas e modernas, considerando a diversidade de culturas. Oferece uma experiência de aprendizagem sobre o ciclo da vida em uma abordagem dividida por faixas etárias, do nascimento à idade avançada. O texto incentiva o estudante a dar vida aos conceitos por meio das entrevistas realizadas pela autora e dos exemplos pessoais que enriquecem a obra, demonstrando como a pesquisa pode ser aplicada à vida real e utilizada na carreira profissional.

Disponível em:

<http://www.disal.com.br/detalhes/index.asp?A1=31549347537&A2=C&codigo=160417.1>. Acesso em 22/06/2012



## 6.5 Adolescência

A adolescência é uma fase cheia de questionamentos e instabilidade, que se caracteriza por uma intensa busca de “si mesmo” e da própria identidade. Nessa fase todos os padrões estabelecidos são questionados, bem como criticadas todas as escolhas de vida feita pelos pais, buscando assim a liberdade e autoafirmação. Os adolescentes são desajeitados em seus movimentos, sendo que a fala fica alterada, a voz vibrante, desafinada e alta. O humor fica extremamente lábil, com crises de raiva, choro e risos, alternados e exagerados, além da insatisfação constante, e oposição a tudo o que o adulto sugere.

## 6.6 Maturidade

É o momento que anteriormente chamávamos de “ninho vazio”, em que os pais, principalmente as mães, consideravam-se sem função por não saber ser outra coisa na vida além de cuidadoras. Com o grande investimento que se fez nos últimos anos, mostrando que as mulheres tem outros afazeres além de ser cuidadora, e com a entrada da mulher no mercado de trabalho, essa crise não é tão acentuada. A chamada crise dos 40 ocorre quando se avalia que não se tem mais todo o futuro pela frente, e que o recomeço não é tão simples, pois sair do conhecido, e lançar-se no escuro amedronta, torna-se mais preocupante do era que antes.

Jung, no entanto, vê esta fase como extremamente criativa dizendo ser o **“início do libertar-se do aprisionamento do ego”** e em vez de representar a última chance, como pensam alguns, é sim um período especial, com significativas possibilidades para a maturação saudável, e que o importante é responder as seguintes perguntas:

**“Para o que quero usar meu potencial?  
O que tenho realmente que fazer na vida?  
Qual é a minha verdadeira tarefa?”.**

## 6.7 Velhice

É fácil observar que pessoas de idade avançada realizam tarefas de grande importância em várias áreas de atividade humana, quer na política, ciência ou nas artes, e que muitos sábios, músicos, escritores, pintores e escultores realizaram suas conquistas já bastante idosos.

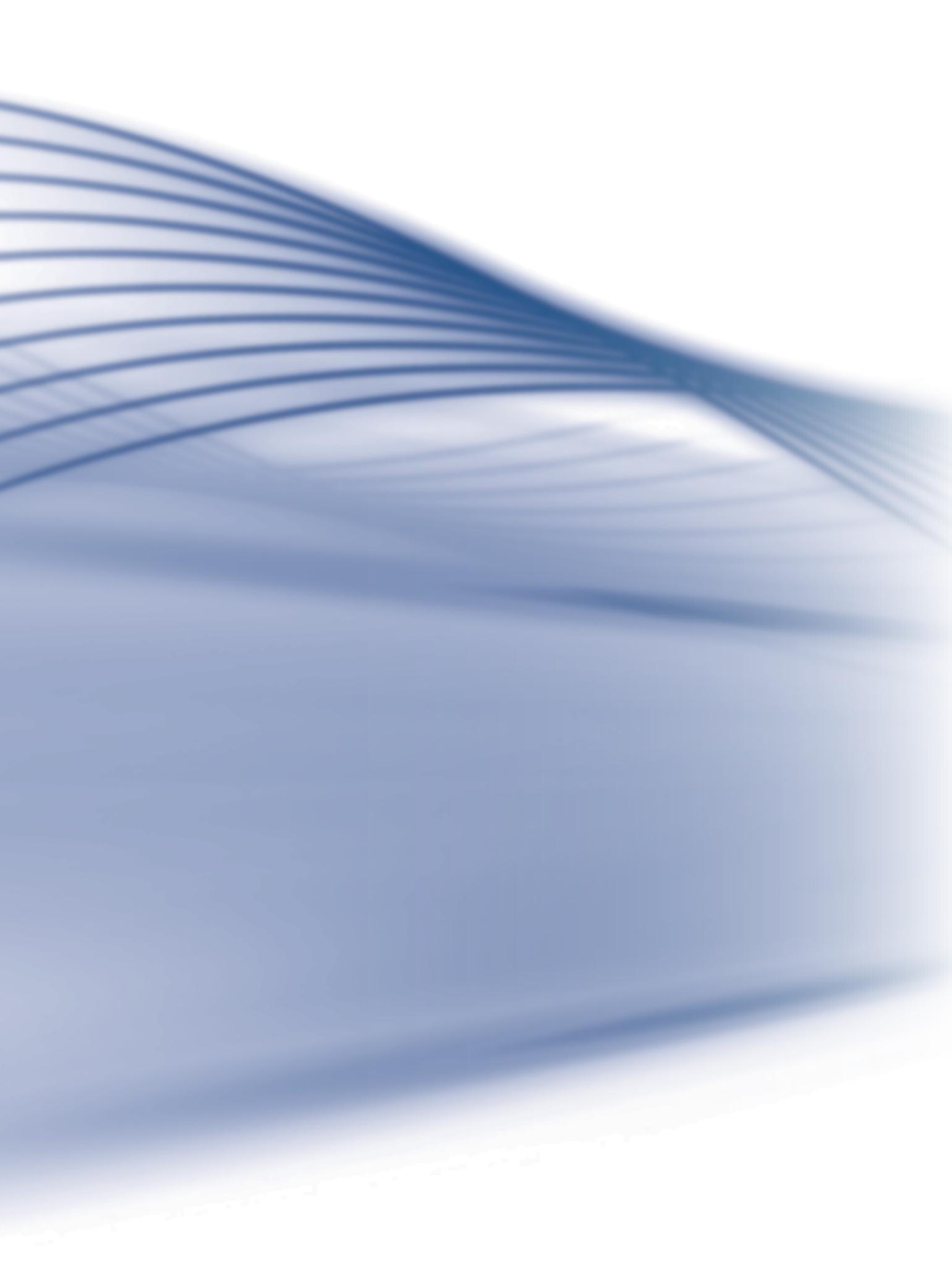
**“O desenvolvimento Humano é comumente definido como transformações físicas e psicológicas que ocorrem com o passar dos anos”. Tony Booth**

Este texto está disponível em: <http://chasqueweb.ufrgs.br/>. Acesso em 18/06/2012



<http://www.portageobrasil.org/psico/mat/desenvolvimentopsicologico.htm>  
[http://www.fw2.com.br/clientes/artesdecura/REVISTA/Psicoterapia/teoria\\_sexualidade.htm](http://www.fw2.com.br/clientes/artesdecura/REVISTA/Psicoterapia/teoria_sexualidade.htm)







## 7.1 A personalidade, o comportamento e o Caráter humano.

O que podemos entender como personalidade?

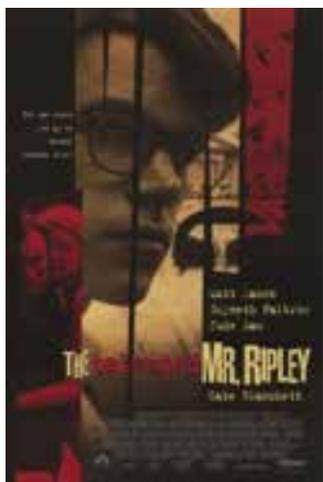
Conta-se que, nos livros de Leonardo da Vinci, onde ele escrevia durante suas insônias, vez ou outra se encontrava uma frase perdida: “Scrivi, Leonarda, Che cosa è anima?”. Essa insistência do grande homem em perguntar-se “o que era a alma”, tem sido interpretada como ato de arrependimento individual, humilde da sabedoria perturbada diante de si mesmo, pois nada há mais triste do que ser homem e não se saber o que é o homem.



Filme: **O Talentoso Ripley** (1999)

Tom Ripley (Matt Damon) é um rapaz com três talentos: falsificar assinaturas, mentir e imitar vozes. Ele é contratado para ir até a Itália e convencer o filho de um rico a retornar para os EUA. O tal filho é o bon vivant Dickie Greenleaf (Jude Law), do qual Ripley aproxima-se fingindo ser um velho amigo da faculdade. Greenleaf, que está noivo da bela Marge (Gwyneth Paltrow), recusa-se a voltar mas acolhe Tom em sua casa e leva-o para conhecer Viena. Tom é seduzido pelo estilo de vida de Dickie e não se conforma quando o mesmo dá sinais de estar cansado de sua companhia. Um fato inesperado sacode a história e muda o tom do filme, momento onde os “talentos” de Tom serão colocados à prova.

Disponível em: <https://javiuessa.wordpress.com/tag/philip-seymour-hoffman/>. Acesso em: 22/06/2012



Muita indecisão perdura na ciência, diante do problema da personalidade, embora já existisse uma Psicologia da Personalidade, duas correntes procuram equacionar a personalidade: a primeira considera personalidade atributo, e a Segunda, relação. De acordo com a primeira concepção, define-se personalidade como o produto das disposições naturais, das inclinações hereditárias, das influências psicofísicas do ambiente, da educação, com a ajuda da própria vontade. Para a Segunda corrente, personalidade é a reação do indivíduo ao papel que lhe é imposto pelo grupo.

Na personalidade como atributo, a Comunicação humana é decisiva. As faculdades intelectuais precisam aparecer, comunicar-se. Na maioria das vezes, essas pessoas pensam ter qualidades; a avaliação individual é feita com exagero. Há, entretanto, casos em que a ausência de Comunicação humana impossibilita que importa na vida social e na realização individual. A personalidade não apenas depende da Comunicação humana; ela é a própria Comunicação humana em ação: somos aquilo que comunicamos.

Na personalidade como relação, é a reação do indivíduo ao papel que lhe é imposto pelo grupo, essa resposta é essencialmente comunicativa, isto é, reagiremos de determinada forma, e essa forma, seja ela qual for, será sempre uma Comunicação humana. Tudo quanto revela a personalidade pertence à Comunicação humana.

Disponível em: <http://estudodatecnologiahumana.blogspot.com.br/p/personalidade.html>. Acesso em: 18/06/2012

## 7.2 Comunicação e Relacionamento Interpessoal

Conforme o site <http://www.webartigos.com/artigos/personalidade-e-desenvolvimento-humano-comunicacao-e-relacionamento-interpessoal-lideranca-e-motivacao/38057/>

Quando se fala em comunicação logo se pensa: refere-se à fala, propriamente dita, aos métodos de conversação, as representações de sinais e aos meios que a imprensa encontra de levar informações a todos da sociedade. Mas não implica somente nisto, vai mais além destas simples respostas. Sendo o homem um ser relacional, como que acontecem estas trocas de informação entre os indivíduos inseridos em diferentes grupos sociais? Sendo a comunicação uma troca de informações entre as pessoas então comunicar representa compartilhar, dividir, tornar comum a todos, trazer ao conhecimento de todos, alguma coisa que antes apenas alguns conheciam. Dentro do processo de comunicar-se existem os chamados ruídos de comunicação que são as interferências ou barreiras que podem atrapalhar o processo e que poderão trazer falhas ou até prejuízos para a organização.

E quais são os tipos de comunicação? Apresentam-se de algumas formas: A comunicação escrita, a verbal, a não verbal, e hoje em dia a eletrônica.

A comunicação e o relacionamento interpessoal são duas ferramentas muito importantes, pois para realizar objetivos pessoais e profissionais precisa-se de pessoas. Necessita-se que pessoas acreditem no sonho de cada um e participem dele para que o mesmo possa ser concretizado. Assim, são necessárias palavras certas que sejam ditas de forma adequada. Quantas vezes presenciam-se problemas de relacionamento interpessoal por falta de comunicação assertiva.

A comunicação humana é uma ferramenta para construir relacionamentos. Ela oferece a possibilidade de gerar conhecimento, entendimento, aceitação, comprometimento e ação. A comunicação é fundamental para o ser humano conhecer pessoas, descobrir caminhos e oportunidades de troca e crescimento. O conteúdo que se fala por um emissor pode ser interpretado de forma diferente pelo receptor. Desta forma, para que a comunicação flua de forma harmoniosa, precisa-se ter um bom relacionamento interpessoal cativando as pessoas, estabelecendo laços empáticos e transmitindo confiança através da boa postura, gestos, voz e palavras.



### Livro: **Pragmática da comunicação humana**

Este livro expõe de maneira clara e sistemática recentes desenvolvimentos no campo da teoria e da prática psicológica, pelo que é capaz de abrir novas perspectivas a quantos se interessam por tal área de estudos. Foi escrito por três pesquisadores do Instituto de Pesquisa Mental de Palo Alto, Califórnia, que aqui discutem os efeitos pragmáticos (comportamentais) da comunicação humana, com ênfase especial nas desordens do comportamento, que são vistas antes como reação comunicativa a uma situação específica que evidência de molestia na mente individual. Após definir certos conceitos básicos da teoria da informação, os autores analisam as características da comunicação humana - detendo-se em aspectos como impossibilidade de não comunicar, conteúdo e níveis de relação de comunicação, pontuação e seqüência de eventos, comunicação digital e analógica, interação simétrica e complementar -, após o que lhe examinam as patologias potenciais. Aspectos sistêmicos da interação humana são exemplificados por uma análise da peça 'Quem Tem Medo de Virginia Wolf?' de Albee. Outro tema que aqui merece particular atenção é a importância do paradoxo na comunicação humana, tanto patológica como terapêutica: a teoria da dupla vinculação na esquizofrenia é discutida e ilustrada com diversas situações humanas, sendo depois estendida as duplas vinculações terapêuticas e à técnica de "prescrição do sintoma". No epílogo do volume, são apresentados alguns postulados acerca da comunicação do ser humano com a realidade, no sentido existencial. Editora: Cultrix Autor: JANET HELMICK BEAVIN & PAUL WATZLAVICK Ano: 2004 Fonte: <http://www.extra.com.br/livros/linguisticaeoratoria/LivrosdeOratoria/Pragmatica-da-Comunicacao-Humana-217652.html>. Acesso em: 22/06/2012





[http://www.ifsc.usp.br/~9geinfo/images/stories/palestras/entendendo\\_a\\_comunicacao\\_humana-geinfo\\_2010.pdf](http://www.ifsc.usp.br/~9geinfo/images/stories/palestras/entendendo_a_comunicacao_humana-geinfo_2010.pdf)

Sabe-se que ser responsável pelas próprias escolhas é dever de cada um então praticar tais conhecimentos em comunicações diárias e abrir canais de comunicação com as mesmas é, conseqüentemente, crescer com relacionamentos interpessoais. Disponível em: <http://www.webartigos.com/artigos/personalidade-e-desenvolvimento-humano-comunicacao-e-relacionamento-interpessoal-lideranca-e-motivacao/38057/>. Acesso em 22/06/2012

## Resumo

As pessoas manifestam sua personalidade através da comunicação. Na aula de hoje abordamos a importância da comunicação na construção da personalidade, do caráter e como essa comunicação influencia no comportamento humano.



## Atividades de aprendizagem

1. Qual é a importância da comunicação na construção dos relacionamentos entre as pessoas?

---

---

## Anotações

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Aula 8 - A afetividade no processo de relacionamento interpessoal

Caro aluno, na nossa aula de hoje vamos conversar sobre a manifestação da afetividade quando afeta os relacionamentos entre as pessoas.



**Figura 8.1: comunicação afetiva**

Fonte: [www.onandoffcomunica.blogspot.com](http://www.onandoffcomunica.blogspot.com)

As pessoas, de um modo geral, necessitam se relacionar. Desde os primórdios, quando os seres humanos começaram a viver em sociedade, procuraram maneiras de melhorar essas relações, daí surgiram, por exemplo, as regras, que mais tarde viraram leis que auxiliaram nesse processo.

A partir da evolução da cultura humana, afetividade começou a ter um papel muito importante nas relações interpessoais. Afetividade esta, que já começa no âmbito familiar, onde as pessoas já ao nascerem, são acolhidas por laços afetivos que duram a vida inteira.

O desenvolvimento humano não acontece somente relacionado aos aspectos cognitivos, mas também e principalmente aos aspectos afetivos. O homem precisa ser ouvido, acolhido e valorizado, e isso contribui para a construção da sua autoestima, para que se sintam confiantes para enfrentar os desafios. Então, a importância de uma relação está nas pessoas envolvidas, seja na sala de aula, em casa, no trabalho, na academia, etc.

disponível em: <http://claudiacarrera.blogspot.com.br/2011/07/importancia-da-afetividade-no.html>. Acesso em: 22/06/2012



Conforme o site <http://claudiacarrera.blogspot.com.br/2011/07/importancia-da-afetividade-no.html>

A afetividade no contexto social pode tornar as relações mais produtivas, pois se estiver aliada a sentimentos de respeito, gentilezas, compreensão, pode fazer com que o relacionamento se torne mais próximo e as interações permitam mais e melhores trocas.



Filme: **O Amor Acontece** (2009)

Burke Ryan (Aaron Eckhart) é um escritor viúvo, autor de um livro sobre como lidar com as perdas. Seu trabalho logo se torna um best seller, o que o torna uma espécie de guru da autoajuda. Em uma viagem a negócios para Seattle, ele conhece Eloise Chandler (Jennifer Aniston) e por ela se apaixona. Só que, ao assistir o seminário de Burke, ela percebe que na verdade ele ainda não conseguiu superar a morte da esposa.

Livro: **cultura, cognição e afetividade – a sociedade em movimento**

O olhar do grupo é direcionado para a questão da Afetividade e suas relações com a Cultura, assunto que se expressa em vários textos aqui apresentados, sendo direcionado a estudantes e profissionais da área. Representa, portanto, uma grande contribuição de pesquisadores brasileiros para o desenvolvimento da Psicologia, seja como área de conhecimento ou como área de atuação profissional, na medida em que amplia a compreensão de importantes processos psicológicos humanos.

Editora: Casa do Psicólogo  
Autor: Sergio Antonio da Silva Leite  
Ano: 2002



As relações interpessoais estão condicionadas ao contexto sociocultural. A convivência das pessoas do grupo e o contato com diferentes grupos sociais possibilita a construção do auto-conceito da pessoa. Através do auto-conceito a pessoa reflete sobre suas ações e a forma como é percebida e tratada pelas outras pessoas.

A convivência em grupos diversificados contribui para a formação das pessoas. Por isso nas relações interpessoais, as pessoas que se sentem inferiores ou discriminadas, acabam se tornando hostis ou indiferentes, já as que se sentem acolhidas se sentem confiantes e otimistas para enfrentar os desafios, são alegres e determinadas. A qualidade das interações ocorridas no grupo é que poderá levar a pessoa ao desenvolvimento de suas capacidades, sejam elas cognitivas ou afetivas.

O comportamento afetivo influencia profundamente o desenvolvimento intelectual, pois o desenvolvimento humano tem um elemento cognitivo e outro afetivo que se desenvolvem paralelamente, a cognição e a afetividade estão ligadas, se interagem, e a afetividade é o combustível para o desenvolvimento da inteligência, acelerando ou diminuindo a velocidade do desenvolvimento.

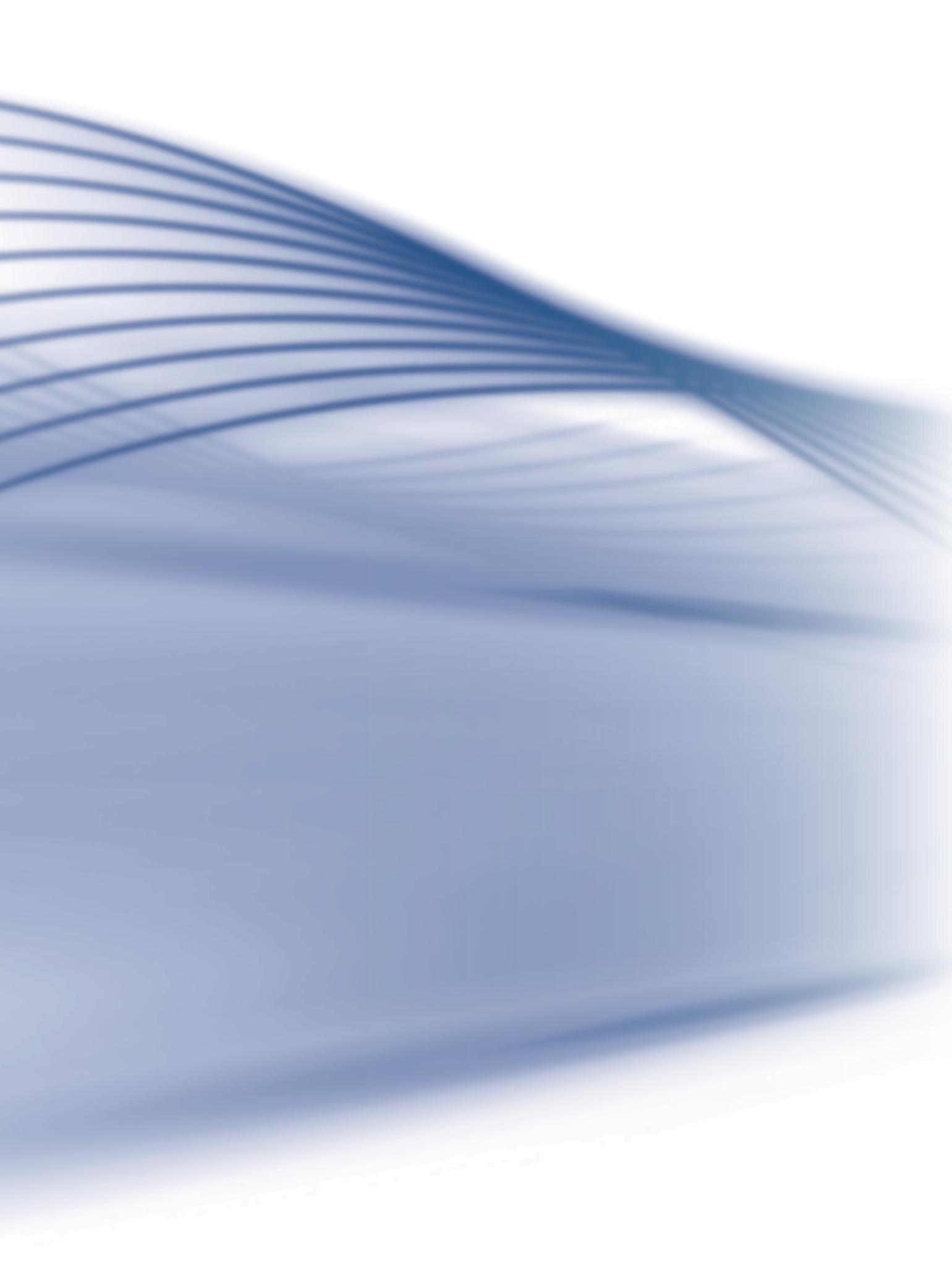
Disponível em: <http://claudiacarrera.blogspot.com.br/2011/07/importancia-da-afetividade-no.html>

A afetividade está intimamente ligada à construção da autoestima. Se essa autoestima é positiva, a pessoa tem uma boa imagem de si, acredita que outras pessoas gostam e confiam nela, mas se for negativa, a pessoa achará que não gostam e não acreditam nela.

A afetividade é uma das peças chave no processo da construção dos relacionamentos interpessoais, pois através do vínculo afetivo criado nestas relações o sentimento que se cria passa a nortear uma melhor aprendizagem sobre todas as coisas.

Disponível em: <http://claudiacarrera.blogspot.com.br/2011/07/importancia-da-afetividade-no.html>. Acesso em 18/06/2012





# Aula 9 - Bases do Relacionamento Interpessoal

Na aula de hoje, veremos como o relacionamento interpessoal se estrutura através de sua base para o convívio com o contexto necessário.



**Figura 9.1: base de comunicação**

Fonte: [www.paulus.com.br](http://www.paulus.com.br)

De maneira inevitável, em qualquer situação, em qualquer profissão e quase em qualquer outra atividade, o ser humano precisa estar em relacionamento adequado com seus companheiros.

Conforme o site: [http://www.portaldeauditoria.com.br/tematica/gestaorh\\_principiosdasrelacoeshumanas.htm](http://www.portaldeauditoria.com.br/tematica/gestaorh_principiosdasrelacoeshumanas.htm)

Quando este relacionamento é harmonioso, contributivo, espontâneo, gera satisfação e progresso. Ao contrário, quando é conflituoso, surgem obstáculos aos desenvolvimentos das atividades, gerando “emperramento” nos objetivos a alcançar.

## **Mas o que são “relações humanas”?**

É a arte do relacionamento humano, que surge quando dois ou mais indivíduos se encontram. Desta forma, num ambiente de trabalho, em que duas pessoas partilham ideias e tarefas, gera-se um convívio que poderá resultar em cooperação, em atritos, comparações, etc.

Há dois tipos de relações humanas:

1. Comunicação interpessoal: é o relacionamento entre pessoas, caracterizada através dos eventos ou acontecimentos que se verificam no lar, na escola, na empresa, na igreja, etc.

2. Comunicação intrapessoal: é a comunicação que mantemos conosco mesmo. É o diálogo interior. Exemplos: oração, meditação, etc.

Verificamos algumas ações de relacionamentos com pessoas, uns benéficos e outros maléficos:

### **AÇÕES NEGATIVAS:**

- **COMODISMO:** torna tudo “morno” e sem sal
- **JULGAMENTO:** destrói imediatamente qualquer relacionamento
- **IRRITAÇÃO:** transfere a carga de algo errado para outra pessoa
- **LEVIANDADE:** desconsidera que os outros têm sentimentos e preocupações
- **MENTIRA:** acaba com a confiança entre duas pessoas
- **CRÍTICAS:** forma uma “muralha da China” nos relacionamentos

### **AÇÕES POSITIVAS:**

- **ACEITAÇÃO:** compreende que as pessoas são falhas e precisam de ajuda
- **OUVIR:** permite entender os sentimentos dos outros
- **PACIÊNCIA:** permite suportar uns aos outros
- **ELOGIAR:** auxilia nos laços de simpatia mútua
- **INTERESSAR-SE:** mostra a outra pessoa que ela pode “contar conosco”
- **SORRIR:** o exercício mais relaxante e simpático que Deus criou

Vamos analisar porque todos nós temos a ganhar com a melhoria de nossos relacionamentos e diversas formas de fazê-lo.

### **Para refletir:**

“Antes de criticar alguém, pesquise porque a pessoa agiu/age daquela forma”

“Entender porque as pessoas agem de determinada forma não é concordar com suas atitudes”

“Relacionar-se com outros custa nosso tempo e paciência. Mas vale a pena, porque nós nos tornamos mais úteis aos nossos semelhantes.”

### **“Empatia” e Estilo de Comunicação**

Às vezes nós não compreendemos por que temos certos tipos de comportamentos ou atitudes. Não tentamos verificar que isso pode acontecer, por que temos dentro de nós conflitos que não conseguimos resolver. Esses conflitos íntimos impedem nossa maneira eficiente de agir.

Exemplo: o chefe “briga” com o subordinado, porque o patrão exige “eficiência” da equipe.

Se as pessoas descobrem como agem, por que agem e tentam descobrir maneiras para compensar tais comportamentos, isso as ajudará a agir com mais eficiência no relacionamento interpessoal e na compreensão intrapessoal.

A compreensão dos outros (um dos aspectos mais importantes nas Relações Humanas) é a aptidão para sentir o que os outros pensam e sentem, sem, portanto, envolver-se com tais sentimentos. Esta aptidão denomina-se empatia.

Fonte: [http://www.portaldeauditoria.com.br/tematica/gestaorh\\_principiosdasrelacoeshumanas.htm](http://www.portaldeauditoria.com.br/tematica/gestaorh_principiosdasrelacoeshumanas.htm). Acesso em: 22/06/2012



**Figura 9.2: mãos comunicando**

Fonte: [www.psicologia10.com.br](http://www.psicologia10.com.br)

## Resumo

Na aula de hoje ressaltamos os tipos de relações humanas como relacionamento interpessoal e relacionamento intrapessoal e como a empatia contribui nesse processo dos relacionamentos.

## Atividades de aprendizagem

1. Qual a diferença das relações interpessoal e intrapessoal e de que forma a empatia colabora no processo das relações humanas?

---

---

---

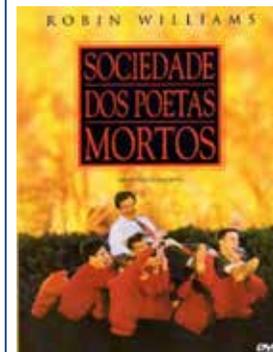


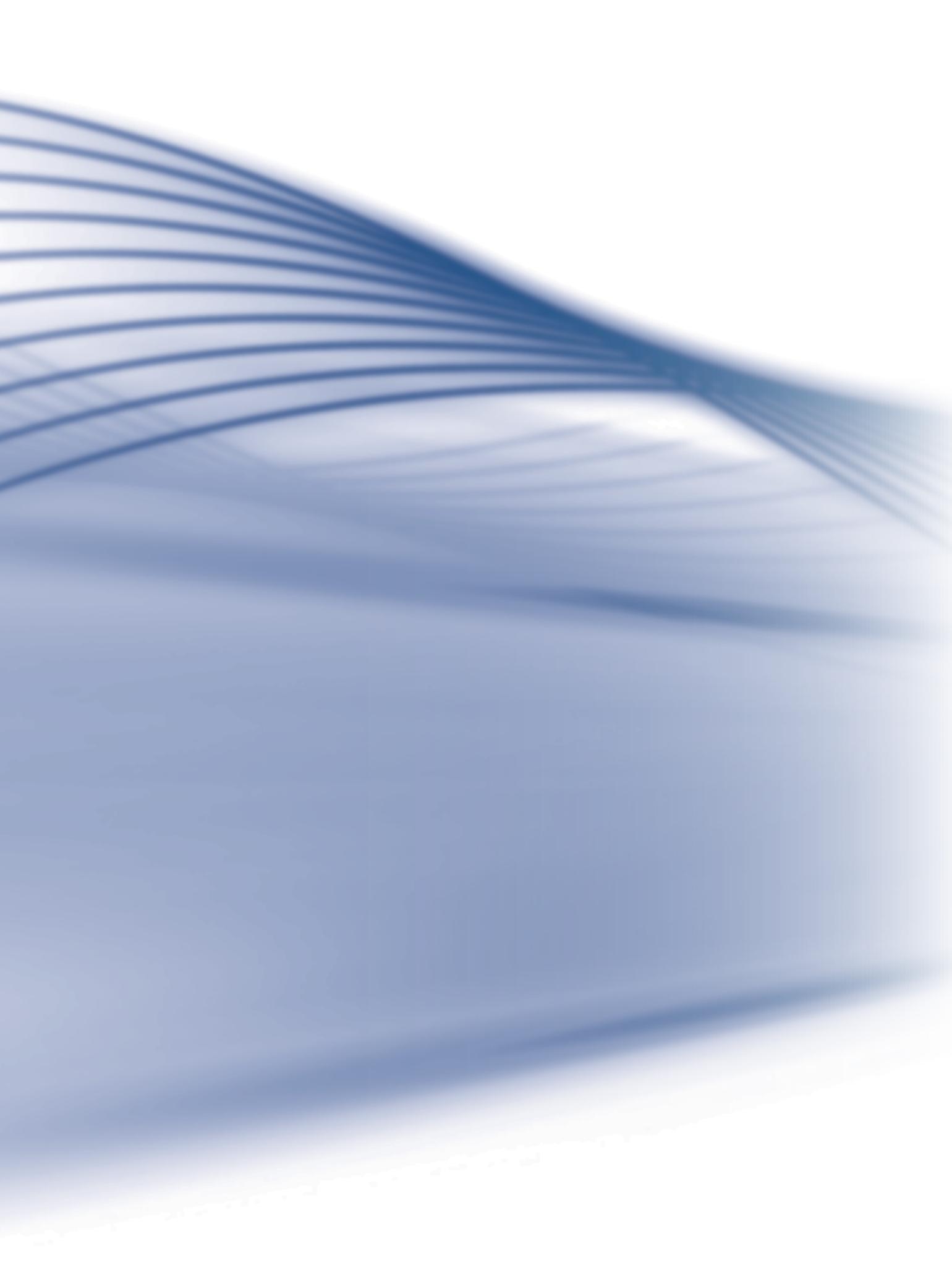
<http://www.slideshare.net/anakelly73/comunico-nas-relaes-interpessoais>



Filme: **Sociedade dos Poetas Mortos** (1989)

Em 1959 na Welton Academy, uma tradicional escola preparatória, um ex-aluno (Robin Williams) se torna o novo professor de literatura, mas logo seus métodos de incentivar os alunos a pensarem por si mesmos cria um choque com a ortodoxa direção do colégio, principalmente quando ele fala aos seus alunos sobre a “Sociedade dos Poetas Mortos”.





# Aula 10 - PNL - Programação Neurolinguística

Caro aluno, a aula de hoje definirá o conceito da PNL e qual a sua importância nas relações humanas em diversos contextos de vivência.



**Figura 10.1: PNL**

Fonte: [www.psicologiadesevelopmentopessoal.blogspot.com](http://www.psicologiadesevelopmentopessoal.blogspot.com)

A Programação Neurolinguística (ou simplesmente PNL) é um conjunto de modelos, estratégias e crenças que seus praticantes utilizam visando principalmente ao desenvolvimento pessoal e profissional. É baseada na ideia de que a mente, o corpo e a linguagem interagem para criar a percepção que cada indivíduo tem do mundo, e tal percepção pode ser alterada pela aplicação de uma variedade de técnicas. A fonte que embasa tais técnicas, chamada de “modelagem”, envolve a reprodução cuidadosa dos comportamentos e crenças daqueles que atingiram o “sucesso”.

O foco original da PNL era o estudo dos padrões fundamentais da linguagem e técnicas de terapeutas notórios e bem-sucedidos em hipnoterapia, gestalt e terapia familiar. Mais tarde, os padrões descobertos foram adaptados visando proporcionar uma capacidade pessoal de se comunicar de forma mais efetiva e também a realização de mudanças.

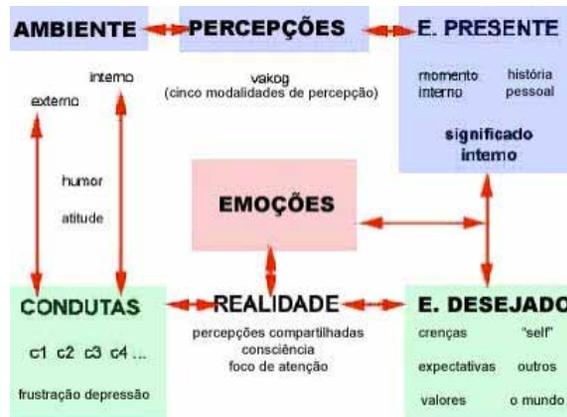
Apesar de sua popularidade, a PNL continua a causar controvérsia, particularmente para o uso terapêutico, e depois de três décadas de existência, permanece sem comprovação científica. Afirma que a experiência subjetiva humana da mudança jamais se repete, devido à percepção individual, que é um dos fatores que impede a comprovação. A PNL também tem sido criticada por não ter conseguido ainda estabelecer

## A-Z

**Rapport** (palavra francesa que significa padrão) é o padrão mínimo da estrutura de entrelaçamento dum tecido, por extensão pode ser o padrão mínimo das cores quando fazem parte do entrelaçamento. Exemplo é o tartan que tem seu raporte no “xadrez” característico e pode ser tela ou derivado desta no entrelaçamento fundamental. Na estamperia continua também o conceito é reutilizado para confeccionar quadros (rolos) serigráficos. Disponível em: <http://pt.wikipedia.org/wiki/Rapport>

um órgão regulador e certificador que seja amplamente reconhecido a ponto de poder impor um padrão e um código de ética profissional.

Disponível em: [http://pt.wikipedia.org/wiki/Programa%C3%A7%C3%A3o\\_neuroingu%C3%ADstica](http://pt.wikipedia.org/wiki/Programa%C3%A7%C3%A3o_neuroingu%C3%ADstica). Acesso em: 20/06/2012



**Figura 10.2: Programação Neurolinguística**  
 Fonte: [www.site.suamente.com.br](http://www.site.suamente.com.br)

**Livro: Manual de Programação Neurolinguística PNL**

Autor: Joseph O'Connor  
 Editora: Qualitymark

Joseph O'Connor apresenta, com estilo direto, a PNL de uma forma compreensível e aplicável à vida pessoal e Profissional. Para auxiliar os leitores, o livro apresenta uma série de exercícios e práticas para serem usados no dia-a-dia. Entre os tópicos discutidos em detalhes, estão - rapport e confiança, mudança de estados emocionais, como visualizar, habilidades de negociação, ensaios mentais, a linguagem do consciente e do inconsciente e 'coaching'.

**Filme: O Equilibrista (Man on Wire, 2008)**

Em 7 de agosto de 1974, o jovem francês Philippe Petit andou durante uma hora sobre um cabo de ferro suspenso entre as duas torres do World Trade Center, em Nova York, sem qualquer equipamento ou rede de segurança. Imediatamente depois, foi preso junto com um grupo de cúmplices, com quem planejou o "golpe" em segredo por oito meses. Retomando materiais de arquivo, o filme reencena o engenhoso trabalho do grupo e entrevista todos os envolvidos neste que ficou conhecido como "o crime artístico do século".



A técnica da PNL permite saber que características pessoais são mais evidentes em você e nos outros, e como usá-las a seu favor. As pessoas são diferentes e é justamente aí que reside a graça e diversidade do ser humano. Mas a tendência natural é fazer com que o outro mude e passe a ser igual a mim, o que é errado.

A PNL divide as pessoas em três grupos: visuais, auditivas e sinestésicas. Se alguém que você conhece é visual e você quer ter um bom relacionamento com ele, comece usando palavras do mundo dele, que ele compreenda. O Rapport (1) faz você entrar em sintonia com o outro, seja pelas palavras ou pela linguagem do corpo. Isso inclui usar palavras de quem é visual, como veja XXX, e também as gírias e vícios linguísticos que ele pode ter. Alguns dos mais utilizados são né, entendeu, percebe, tá, como assim, e por aí vai. Mas cuidado: não exagere na quantidade ou a relação pode ser prejudicada.

"A PNL deve ser feita de forma inconsciente. Se a pessoa perceber que você a está imitando, ela pode achar ruim, não entender nada e estragar todo o relacionamento".

Outro ponto importante é aprender a ser mais flexível. Dizer para si mesmo "Vou ser mais flexível a partir de hoje" não adianta. É preciso exercitar a flexibilidade na prática. Confira algumas sugestões:

- Faça caminhos diferentes para o trabalho
- Durma na cama no lado ao contrário
- Ouça um estilo musical que você nunca escutou
- Assista um canal de TV diferente
- Se você liga a TV ou o rádio assim que chega em casa, opte por não fazer isso alguns dias
- Comece uma atividade que nunca fez. Pode ser aulas de yoga, canto, marcenaria...



<http://www.golfinho.com.br/artigos pnl/oquepnl.asp>  
<http://www.portalcmc.com.br/pnl01.htm>

## Resumo

A técnica da PNL contribui muito para a formação das características do ser humano. Favorece nos contextos pessoal e social. Na aula de hoje exemplificamos tipos de perfil para o conceito da PNL e como colaboram para o êxito profissional.

## Atividades de aprendizagem

1. Como a técnica da PNL pode melhorar as relações humanas para o contexto profissional?



---

---

## Anotações

---

---

---

---

---

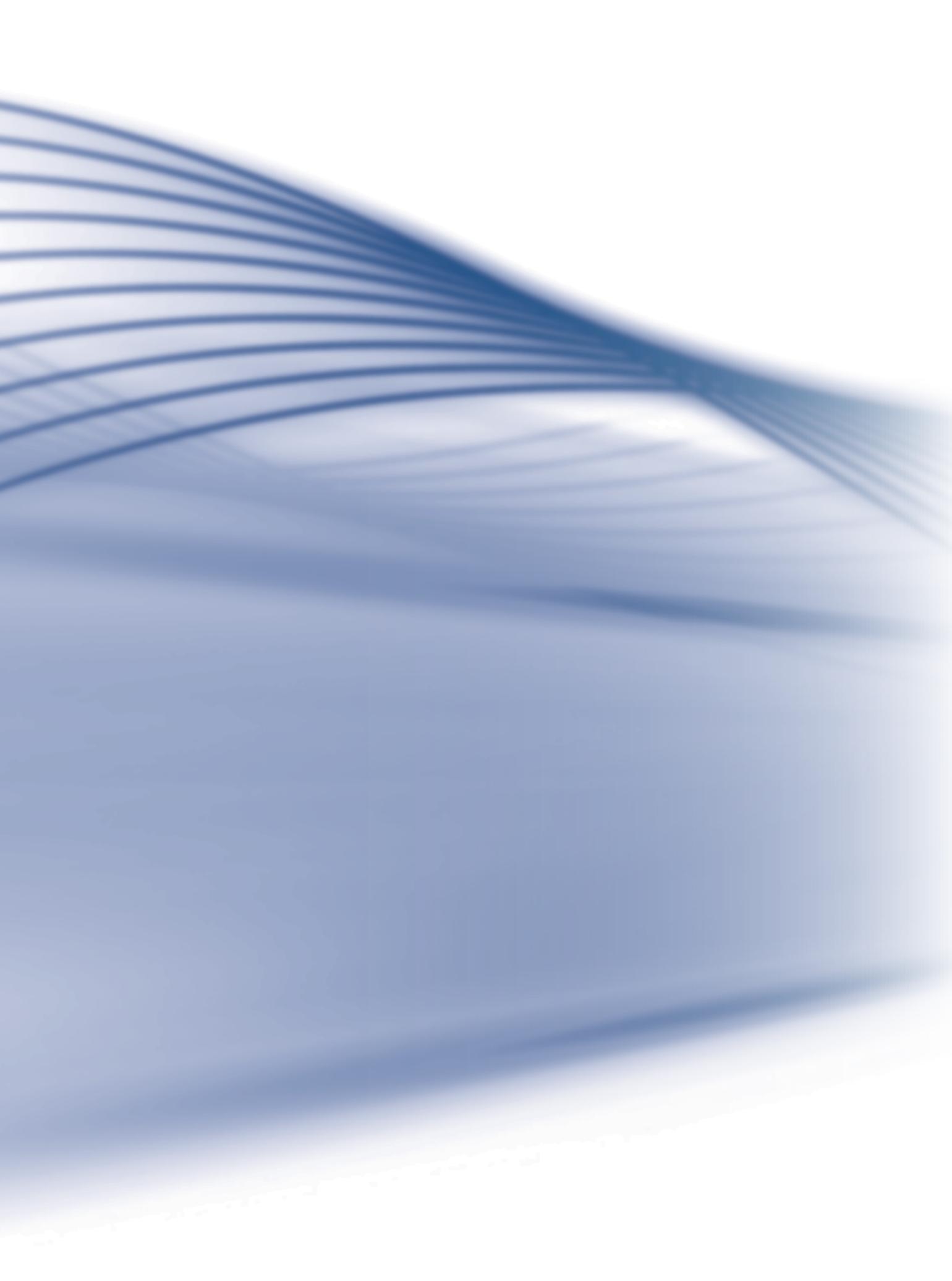
---

---

---

---

---



# Aula 11 - Formação de Grupos e Equipes nos Ambientes de Trabalho

A aula de hoje apresentará os tipos de grupos que se formam em diferentes ambientes de trabalho e como influenciam no cotidiano das pessoas.



**Figura 11.1: Equipe no ambiente de trabalho**

Fonte: [www.profissionalintegral.wordpress.com](http://www.profissionalintegral.wordpress.com)

Acompanhe o texto abaixo, escrito por Camila Micheletti para o site [http://carreiras.empregos.com.br/carreira/administracao/ge/sucesso/equipe/050704-trabalho\\_equipe.shtm](http://carreiras.empregos.com.br/carreira/administracao/ge/sucesso/equipe/050704-trabalho_equipe.shtm).

Não há dados que comprovem quando surgiu a ideia de reunir indivíduos em grupos em prol de um objetivo comum, mas sabe-se que esta concepção de equipe existe há muito tempo, desde que se começou a pensar no processo do trabalho.

- Da necessidade histórica do homem de somar esforços para alcançar objetivos que, isoladamente, não seriam alcançados ou seriam de forma mais trabalhosa ou inadequada;
- Da imposição que o desenvolvimento e a complexidade do mundo moderno têm imposto ao processo de produção, gerando relações de dependência ou complementaridade de conhecimentos e habilidades para o alcance dos objetivos.

“O trabalho em equipe, portanto, pode ser entendido como uma estratégia, concebida pelo homem, para melhorar a efetividade do trabalho e elevar o grau de satisfação do trabalhador”

Mas, antes de discutir as questões que envolvem o trabalho em equipe e a importância do mesmo para o sucesso da organização, é preciso diferenciar o grupo da equipe. Sim, são duas coisas diferentes. Podemos simplificar seus conceitos da seguinte forma:

Grupo é um conjunto de pessoas com objetivos comuns, em geral se reúnem por semelhanças ou afinidades. O respeito e os benefícios psicológicos que as pessoas que pertencem a um grupo encontram, em geral, produzem resultados de satisfatórios e bons. No entanto este grupo, não podemos chamar de equipe.

Já Equipe é um conjunto de pessoas com objetivos comuns atuando na realização de metas e objetivos específicos. A formação da equipe deve considerar as capacidades individuais necessárias para o desenvolvimento das atividades e a ação das metas. O respeito aos princípios da equipe, a interação entre seus membros e especialmente o reconhecimento da interdependência entre seus membros em atingir os resultados da equipe, deve favorecer ainda os resultados das outras equipes e da organização como um todo. É isso que tornará o trabalho desse grupo em especial num verdadeiro trabalho em equipe.

Disponível em: [http://carreiras.empregos.com.br/carreira/administracao/ge/sucesso/equipe/050704-trabalho\\_equipe.shtml](http://carreiras.empregos.com.br/carreira/administracao/ge/sucesso/equipe/050704-trabalho_equipe.shtml).  
Acesso em: 22/06/2012

Também é válido enfatizar que quando se trabalha em equipe, pode-se contar com profissionais de diversas especializações e, isso faz com que o mesmo seja mais dinâmico, pois, conforme a autora a equipe deve considerar as capacidades individuais.

Depois da distinção de grupos e equipes vamos aos conceitos que estão relacionados aos mesmos. Os quatro primeiros servem tanto para os grupos quanto para as equipes, pois como já foi dito antes a equipe é uma espécie de grupo, porém os dois últimos só são importantes para as equipes.

- 1. Papéis:** as pessoas em um grupo ou equipe não desempenham necessariamente a mesma função ou têm o mesmo propósito, pois esses aspectos variam de acordo com o cargo que ocupam;
- 2. Normas:** são regras de comportamento informais aceitas pelos membros de um grupo de trabalho, que podem ter grande influência no comportamento individual;

3. **Coesão do Grupo:** é a soma de forças que atraem os membros do grupo e os mantêm unidos, para que isso aconteça os membros devem estar motivados a permanecer no grupo;
4. **Perda no Processo:** refere-se ao tempo e esforço que os membros gastam para manter o grupo em atividades que não estão diretamente relacionadas com a produção;
5. **Envolvimento de Equipe:** é a força do envolvimento de um indivíduo com uma equipe e abrange aceitação das metas e disposição para trabalhar com constância e desejo de permanência na mesma;
6. **Modelo Mental de Equipe:** diz respeito ao entendimento comum entre os membros da equipe quanto à tarefa, à equipe, ao equipamento e à situação. Quanto maior a qualidade deste modelo mental de equipa melhor será o desempenho da equipe.

Disponível em: <http://psicologiaadm.webnode.com.br/news/conceitos-de-grupos-e-equipes/>. Acesso em: 20/06/2012



**Figura 11.2: trabalho em equipe**

Fonte: [www.empresarialped.blogspot.com](http://www.empresarialped.blogspot.com)

Na teoria de equipes, existem grupos heterogêneos e homogêneos.

Usando um exemplo simples, poderíamos comparar uma equipe de futebol com uma de basquete. Na de futebol, não existe necessariamente uma uniformidade no tipo de atleta, já na de basquete, é possível dizer que jogadores baixos provavelmente pouco irão contribuir com o sucesso da equipe.

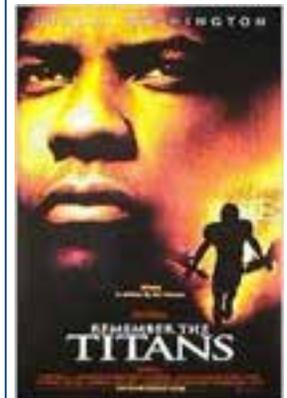
Outro ponto importante é a autoconfiança dos profissionais, que devem ser tratados como adultos responsáveis e capazes de realizar o trabalho. Para isso, é fundamental que os erros sejam tratados como oportunidades de melhoria e, nesse caso, é preciso achar responsáveis e não culpados. Com profissionais mais motivados e melhor prepara-



<http://www.administradores.com.br/informe-se/administracao-e-negocios/trabalho-em-equipe-como-obter-sucesso/37291/>  
<http://padoan.blogspot.com.br/2008/09/grupo-x-equipe.html>  
<http://www.portaladm.adm.br/Tga/tga19.htm>



Filme: **Duelo de Titãs** (2000)  
 Herman Boone (Denzel Washington) um técnico de futebol americano contratado para trabalhar no comando de um time universitário dividido pelo racismo, os Titans. Inicialmente, Boone sofre preconceitos raciais por parte dos demais técnicos e até mesmo de jogadores do seu time, mas aos poucos ele conquista o respeito de todos e torna-se um grande exemplo para o time e também para a pequena cidade em que vive.



dos, os problemas de comunicação nas equipes serão minimizados e o trabalho terá resultado satisfatório.

Se uma empresa ou qualquer outro estabelecimentos que trabalhe em grupos e equipes conseguir equacionar motivação com preparação está resolvendo praticamente 80% de seus possíveis problemas. Uma pessoa motivada, mas mal preparada é uma bomba atômica dentro de uma organização; portanto, resolver esta situação maximizando motivação e preparação é, sem dúvida, um grande passo.

Disponível em: [http://faculdadesantahelena.blogspot.com.br/2010\\_08\\_01\\_archive.html](http://faculdadesantahelena.blogspot.com.br/2010_08_01_archive.html). Acesso em: 20/06/2012

## Resumo

A aula de hoje abordou as diferenças e as características entre as definições de grupos e equipes dentro do contexto profissional e quais os tipos mais evidentes de atuação prática nesses ambientes.



## Atividades de aprendizagem

1. Quais as diferenças entre a formação de grupos e equipes e como cada um manifestam as relações humanas no contexto profissional?

---

---

## Anotações

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Aula 12 - A Participação da Sociologia nas Relações Humanas

Na aula de hoje vamos conversar sobre a importância da sociologia nas relações interpessoais em diferentes contextos do dia a dia.



**Figura 12.1: sociologia**  
Fonte: [www.mundodastribos.com](http://www.mundodastribos.com)

A sociologia faz parte das ciências humanas e também estuda o comportamento humano como a psicologia, mas em função do meio e dos processos que interligam os indivíduos em associações, grupos e instituições. Enquanto o indivíduo na sua singularidade é estudado pela psicologia, a sociologia tem uma base teórico-metodológica voltada para o estudo dos fenômenos sociais, tentando explicá-los e analisando os seres humanos em suas relações de interdependência. Compreender as diferentes sociedades e culturas é um dos objetivos da sociologia. Nascermos para viver em sociedade e com a família é que temos a primeira convivência, aprendendo os valores que vão ser fundamentais para toda a nossa vida.

Disponível em: [pt.wikipedia.org/wiki/Sociologia](http://pt.wikipedia.org/wiki/Sociologia). Acesso em 20/06/2012

“Tudo começa na família, os valores que são passados pelos pais e se esses valores são passados desde pequenininho com certeza essa criança, esse adulto vai ser um adulto que tem muito a trazer para a sociedade”.

Esses primeiros contatos sob forte influência emotiva são definidos pela Sociologia como contatos primários.

“Os valores como ética, honestidade, amizade, transparência, sinceridade são valores fundamentais dentro do processo de convivência, de onde esse sujeito forjado poderá no convívio com outras pessoas, a partir de contatos sejam eles quais forem”.



[http://openfsm.net/people/jpgdn37/reflexao-e-critica/estrutura-19\\_Nov\\_2009A.pdf](http://openfsm.net/people/jpgdn37/reflexao-e-critica/estrutura-19_Nov_2009A.pdf)

Na medida em que crescemos, estabelecemos novas relações. O ambiente de trabalho é chamado contatos sociais secundários. Algumas pessoas conseguem transformar essas relações profissionais em amizade.

“Os contatos sociais secundários podem sofrer uma alteração, uma mutação para os contatos sociais primários? Podem sim, na medida inclusive que o próprio grupo social decide extrapolar, sair das relações meramente de trabalho, como, por exemplo, os encontros fora do ambiente de trabalho”.

Na era da internet, a interação via computador é rotina. São tantas redes sociais que é praticamente impossível não ter contato com alguém virtualmente. Um fenômeno que está sendo estudado na vida real pelos sociólogos.

Texto disponível em: <http://pe360graus.globo.com/educacao/educacao-e-carreiras/sociologia-e-filosofia/2010/08/18/NWS,518979,35,590,EDUCACAO,885-RELACIONAMENTO-SOCIAL-TEMA-AULA-SOCIOLOGIA.aspx>. Acesso em: 20/06/2012



**Figura 12.2: comunicação social**

Fonte: [www.blog.uniasselvi.com.br](http://www.blog.uniasselvi.com.br)



Filme: **A Rede Social** (2010)  
Em uma noite de outono, em 2003, graduado em Harvard e gênio em programação de computadores, Mark Zuckerberg se senta em seu computador e acaloradamente começa a trabalhar em uma nova idéia. No furor dos blogs e programação, o que começa em seu quarto logo se torna uma rede social global e uma revolução na comunicação. Em apenas seis anos e 500 milhões de amigos mais tarde, Mark Zuckerberg é o mais jovem bilionário da história... Mas para este empresário, o sucesso traz complicações pessoais e legais. Do diretor David Fincher e do roteirista Aaron Sorkin, A Rede Social é um filme que prova que não é possível chegar a 500 milhões de amigos sem fazer alguns inimigos. O filme é produzido por Scott Rudin, Dana Brunetti, Michael De Luca e Ceán Chaffin; e baseado no livro “The Accidental Billionaires” escrito por Ben Mezrich.

## 12.1 Tipos de Comunicação

Existem dois tipos de comunicação a Verbal e a não verbal. A comunicação verbal - É a comunicação em que a mensagem é constituída pela palavra. Podendo ser: Oral como em ordens, pedidos, conversa, Escrita como em cartas, telegramas, bilhetes, cartazes, folhetos, jornais, e-mail, etc. Já a não verbal, utiliza-se os seguintes recursos:

- Mímica - Gestos das mãos e do corpo
- Olhar - Entendimento num piscar de olhos
- Postura - O corpo se comunica na maioria das vezes inconscientemente (o corpo fala).

Consciente x Inconsciente

“Enquanto falamos (consciente) nossos gestos dizemos contrário (inconsciente) “eu sou uma pessoa calma, e ao mesmo tempo põe-se a roer as unhas ou crispar as mãos”.

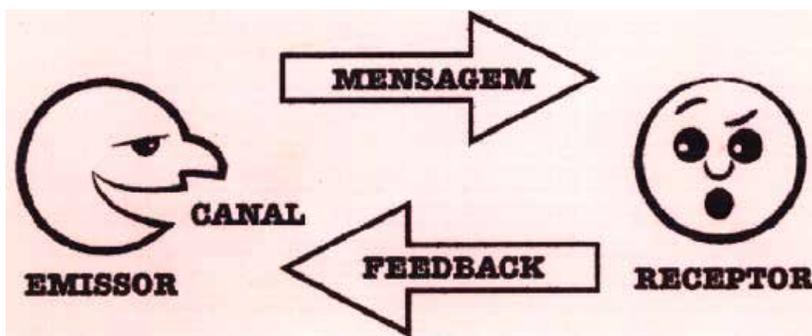


Figura 12.3: tipos de comunicação  
Fonte: www.ceismael.com.br

## Resumo

A sociologia contribui com grande importância para o desenvolvimento das relações humanas. Na aula de hoje verificamos que os tipos de comunicação sendo a verbal e não verbal exercem um papel essencial na forma das pessoas se comunicarem de várias formas entre elas e em diversos contextos.

## Atividades de aprendizagem

1. Qual é a importância da sociologia na construção das relações humanas e como a comunicação não verbal interfere nos relacionamentos?



## Anotações

---

---

---

---

---

---

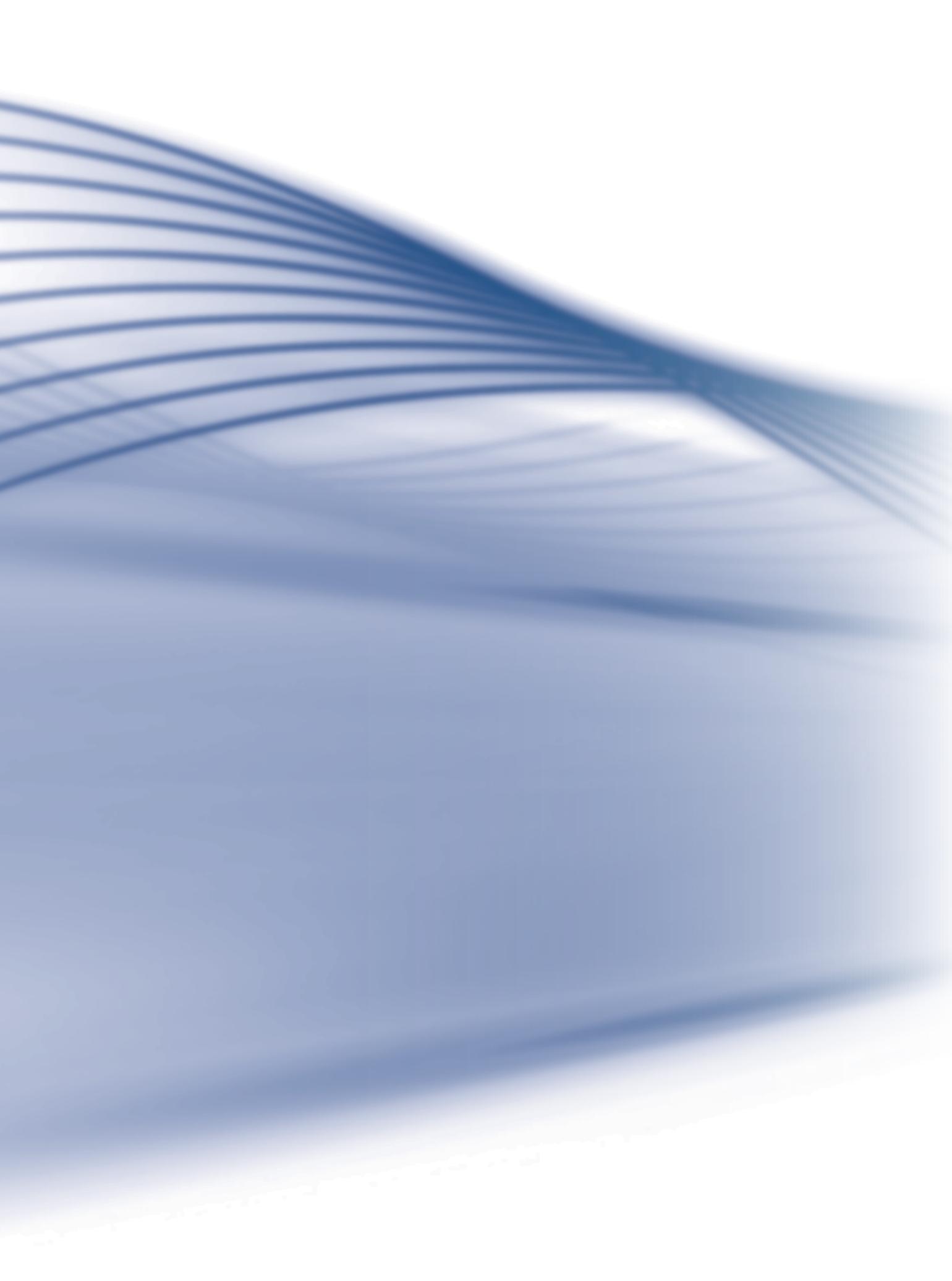
---

---

---

---

---



# Aula 13 - Psicologia, Psicopatologias e Relações Humanas

A aula de hoje falará sobre como a psicologia e suas características psicopatológicas ou de personalidade afetam os relacionamentos interpessoais em qualquer contexto de vida.



**Figura 13.1: psicopatologia**

Fonte: [www.eumundo.wordpress.com](http://www.eumundo.wordpress.com)

Desde antes de Cristo a psicologia já fazia sua aparição, seja como considerações sobre o comportamento humano, seja na forma de investigações sobre processos mentais, tais como a memória, motivação, percepção. Mas, foi só quase na década de 80 que a psicologia adquiriu o status de ciência, com a criação do 'primeiro laboratório de psicologia do mundo'. A partir daí só podemos presenciar avanços nesta área de estudos, por vezes tão controversa.

Para tanto, a ciência psicológica desde sua fundação até os dias atuais, aborda o assunto das relações humanas e as psicopatologias. Foi de Wilhem Wundt (1832-1920) o crédito de fundação do 'primeiro laboratório de psicologia de mundo'. Desde cedo Wundt desenvolveu gosto pela área da fisiologia. Com o passar dos anos e a intensificação dos estudos, Wundt se interessou pela psicologia. O trabalho de Wundt constituiu o marco referencial do surgimento da nova área, a psicologia.

A vertente encabeçada por Wundt denominou-se naturalista, pois se aplicava o método das ciências da natureza (física, química, biologia) na compreensão dos fenômenos mentais. Por outro lado, instaurava-se no final do século XIX, a vertente humanista, como crítica ao naturalismo.

A psicologia como já mencionamos na primeira aula tem como objeto de estudo o comportamento humano e suas implicações subjetivas. Este comportamento visto como um aglomerado de reações físicas, químicas e de processos mentais complexos. Também, este comportamento visto como de relação, ou seja, que adquire sua unicidade ou forma única e com potencial criativo no contato e no relacionamento com outras pessoas.

A cada contato que se estabelece com outra pessoa, novas conexões mentais são ativadas, novas possibilidades são criadas e outras destruídas. Não existe algo tão gratificante e frustrante, ao mesmo tempo, como o relacionamento interpessoal.

Diversas são as patologias que apresentam repercussão no relacionamento interpessoal, desde uma Depressão Maior, que o sujeito se isola do mundo perante um sentimento de inutilidade e culpa, até um Transtorno de Personalidade Esquizóide, onde há um padrão global de distanciamento emocional nos relacionamentos.

Texto disponível em: <http://www.brasilclinicas.com.br/artigos/ler.aspx?artigoID=50>. Acesso em: 20/06/2012



**Figura 13.2: duas faces**

Fonte: [www.mclmarco.blogspot.com](http://www.mclmarco.blogspot.com)

Conforme o site <http://www.brasilclinicas.com.br/artigos/ler.aspx?artigoID=50>

Muitos dos transtornos mentais são diagnosticados na branda infância. Outro, mais conhecido ainda como o Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) pode proporcionar atraso nas relações pessoais. No TDAH, a criança apresenta um padrão persistente de hiperatividade e desatenção, fazendo com que seu aprendizado escolar seja prejudicado, caso não se faça o diagnóstico e tratamento precisos. Neste último caso, o próprio comportamento agitado e desatento da criança faz com que se diferencie das outras crianças da mesma idade. Este fato, por vezes, faz com que a criança seja motivo de 'chacotas' pelos coleguinhas ou o chamado atualmente bullying.

Já adulto, são muitas as psicopatologias possíveis que afetam as relações humanas. Dentre elas, destacamos algumas por serem mais conhecidas, tais como a Esquizofrenia, a Depressão, a Fobia Social e o Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC).

A Depressão acreditamos já ser de conhecimento da maioria das pessoas, principalmente pela excessiva divulgação em meios de comunicação, tais como internet, jornais, revistas e televisão. Cabe ressaltarmos que o quanto antes um diagnóstico de Depressão for feito e o quanto antes se iniciar um tratamento adequado, maiores são as chances de se ter sucesso neste quadro. A probabilidade de recorrência do transtorno com o aumento do número de episódios depressivos cresce na mesma proporção.

Também representando um transtorno de domínio público, o TOC, como é mais conhecido o Transtorno Obsessivo-Compulsivo, caracteriza-se por sintomas obsessivos e compulsões que causam ansiedade e desconforto na vida de quem apresenta este transtorno. Pessoas que gastam tempo excessivo com rituais de lavar as mãos, verificar muitas vezes se as portas estão trancadas, dentre outros, são representantes desta patologia. Claro que devemos avaliar o real comprometimento que determinados rituais propiciam ao sujeito que os pratica, sempre avaliando o grau de sofrimento e prejuízo ocupacional ocasionado por tais procedimentos ritualísticos.

A psicologia teve seu avanço ao longo dos anos. Desde o “primeiro laboratório de psicologia do mundo” de Wundt, em 1979, até os dias atuais esta ciência aprofundou conceitos, fundou escolas teóricas, ampliou suas matizes diagnósticas, aprimorou métodos de tratamento. Enfim, aperfeiçoou tudo o que diz respeito ao ser humano, seu comportamento e as implicações mentais. Ser humano visto como um ser de relação, que se constitui nas relações que estabelece com outros. Com isso, a ciência psicológica veio para auxiliar quando as relações demonstrarem-se falhas.

Texto disponível em: <http://www.brasilclinicas.com.br/artigos/ler.aspx?artigoID=50>. Acesso em: 23/210/2012

## Resumo

As relações humanas são construídas de várias formas e sob vários contextos. Na psicologia aprofundamos essas relações no estudo das características dos seres humanos através de sua personalidade. A aula de hoje abordou a psicopatologia como mecanismo de defesa para a construção de relações doentes e prejudiciais para o convívio entre as pessoas.



Filme: **Nunca mais** (2001)  
Slim (Jennifer Lopez) é uma dedicada garçonete que tem sua vida transformada por completo após se casar com Mitch (Bill Campbell), um empresário milionário. Ela deixa o trabalho e se adequa a uma tranquila vida com as posses do marido, juntamente com Gracie (Tessa Allen), sua filha de 5 anos. Entretanto, logo Slim percebe que seu marido não tem nada de perfeito, abusando dela cada vez mais. Cansada, Slim decide ir embora, juntamente com Gracie, para um lugar onde possa recomeçar sua vida. Porém, Mitch parte em sua busca e volta a ameaçá-la, fazendo com que Slim tenha que se preparar física e mentalmente para confrontá-lo e pôr um fim nas ameaças.

### Livro: **relações humanas na família e no trabalho**

Autor: WEIL, PIERRE.

Editora: VOZES

Assunto: PSICOLOGIA

Este livro oferece um panorama tipológico da problemática das relações humanas, dando sugestões para solução. Esses problemas surgem tanto no serviço social, na administração de empresas, na educação, no matrimônio e na família, no esporte e nos partidos políticos, como em todo exercício de lideranças em geral, no comércio e na indústria.





# Aula 14 - Relações Humanas e a Sociedade

A aula de hoje exibirá formas de comportamento das pessoas entre seus relacionamentos pessoais e profissionais nos diversos contextos em que vivem.



**Figura 14.1: pessoas diferentes**

Fonte: [www.constitucionalismoedemocracia.blogspot.com](http://www.constitucionalismoedemocracia.blogspot.com)

Conforme o site: <http://www.velhosamigos.com.br/Autores/Madalena/magda13.html>

O homem é um animal que agrega muitas coisas ao longo da sua caminhada pela vida. Suas maiores agregações são a família, a sociedade, o ambiente de trabalho. Saber conviver é uma arte que está inserida no contexto da “Arte de Viver”.

Relações Humanas é uma ciência nova num mundo velho. Velho como o tempo. Somos por natureza egoístas, e Relações Humanas é, pois, um guia de comportamento que nos ensina a compreensão, o respeito, a participação, a atenção e o reconhecimento da dignidade humana. Nosso equilíbrio psíquico depende de nosso ajuste ao meio. E esse ajuste depende de nossa comunicação com o próximo. Precisamos do próximo, mas, como o próximo incomoda, cria-se então o conflito.

As ciências das Relações Humanas estudam a convivência, a comunicação, este fluido magnético que aproxima as pessoas. É a ponte que liga um indivíduo a outro, um indivíduo a grupos, e os grupos entre si. As dificuldades na comunicação estão nos desajustes, nas divergências individuais, econômicas, sociais, políticas, religiosas, filosóficas, educacionais, etc. - que tornam, tantas vezes, desumanas as relações humanas.



Livro: **Relações Públicas – Teoria,**

contexto e relacionamentos.

Editora: Difusão

Autor: Ferrari, Maria Aparecida

Gênero: Comunicação

Seção: Relações Públicas

Ano: 2011

O livro traz inclusões atuais e completas sobre as Relações Públicas Globais e sobre os relacionamentos corporativos. Além disso, enfoca as Relações Públicas como função estratégica e sua aplicação às atividades globais das organizações.

Filme: **Queridinhos da América**  
(2001)

Kiki (Julia Roberts) é uma mulher tímida que trabalha para Gwen Harrison (Catherine Zeta-Jones), uma grande estrela do cinema hollywoodiano que está em vias de se separar de seu marido, Eddie Thomas (John Cusack), que também é ator. Porém, como Eddie e Gwen são o casal mais badalado de Hollywood e estão prestes a lançar um novo filme juntos, eles precisam manter as aparências e deixar a impressão para o público e a imprensa de que são um casal feliz. Kiki é justamente a pessoa encarregada de evitar novos atritos entre Gwen e Eddie, mas aos poucos a amizade que possui com ele vai se tornando um romance. Enquanto isso Lee (Billy Crystal), o responsável pela divulgação do novo filme, precisa ainda contar com o casal de atores para desviar a atenção da imprensa de seu grande problema: o fato do diretor Hal (Christopher Walken) não querer liberar o filme.



Nosso equilíbrio psíquico depende de nosso ajuste ao meio. E esse ajuste depende de nossa comunicação com o próximo.

Quem somos nós? O que é gente? Gente é um bolo, cujos ingredientes são: defeitos, qualidades, erros, acertos, fraquezas, boas intenções, etc. Variam as doses, mas todos nós temos esta mistura em nossa estrutura. Herdados ou guardados, formam a argila de que somos feitos.

As relações humanas são também problemas ao longo de toda a vida, devido à diversidade de temperamentos dos indivíduos. Basta pensar que cada um de nós é único, e não há dois indivíduos idênticos. Somos como as impressões digitais: todas parecidas, mas não iguais. Esse desacordo de características morais, intelectuais, temperamentais, entre outras, cria barreiras entre indivíduos, mesmo quando se gostam e se simpatizam.

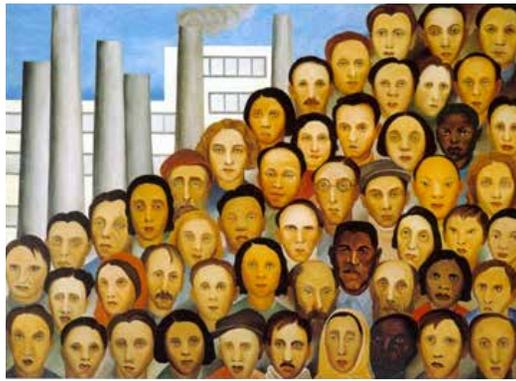
Na velhice, como em outra idade qualquer, existem problemas nas áreas de comunicação, de relacionamentos. Estes se agravam pela incompreensão, hostilidade, medo e revolta com que as pessoas adultas, os jovens e os próprios velhos encaram o envelhecimento. O fato é que, quando se vencem essas barreiras, e muitas são as pessoas que o conseguem, os grupos de relações e amizades, na família e fora dela, que não se impõem uma discriminação de idades, atam laços de profundo afeto, onde a interação se afirma entre pessoas de 8 a 80 anos.

No grupo familiar, o velho que não se deixa envenenar por sentimentos negativos de raiva, medo, revolta, intolerância, etc., mas, ao contrário, procura comunicar-se à sua volta, compreendendo e se fazendo compreender, pode marchar na vida, até a mais avançada idade, sendo sempre querido e indispensável. E é assim que tantas pessoas de idade se sentem felizes, aproveitando a consideração e o carinho de seus descendentes.

“Os velhos morigerados, e tratáveis e humanos, carregam uma velhice tolerável; o caráter difícil e o amor rabugento são molestos em toda idade.”  
- assim falou Cícero, o filósofo romano, o maior orador de sua época.

A característica mais importante que determina a personalidade normal é sua capacidade de adaptação ao meio e ajuste nas relações humanas. Também o grau de inteligência se mede pela melhor adaptação e aceitação das situações na vida.

Disponível em: <http://www.velhosamigos.com.br/Autores/Magdalenamagda13.html> Acesso em: 23/06/2012



**Figura 14.2: sociedade**  
Fonte: [www.bacurau.blogspot.com](http://www.bacurau.blogspot.com)



[http://www2.metodista.br/unesco/agora/pmc\\_acervo\\_pingos\\_fortalecer.pdf](http://www2.metodista.br/unesco/agora/pmc_acervo_pingos_fortalecer.pdf)

## Resumo

A sociedade possui grande importância na construção das relações humanas e na aula de hoje abordamos o desenvolvimento humano desde a infância até a velhice e como a adaptação do ser humano na sociedade diversificada favorece os relacionamentos entre as pessoas.

## Atividades de aprendizagem

1. Como a adaptação do ser humano na sociedade atual favorece para a construção das relações humanas nos diferentes contextos de vivência?



## Anotações

---

---

---

---

---

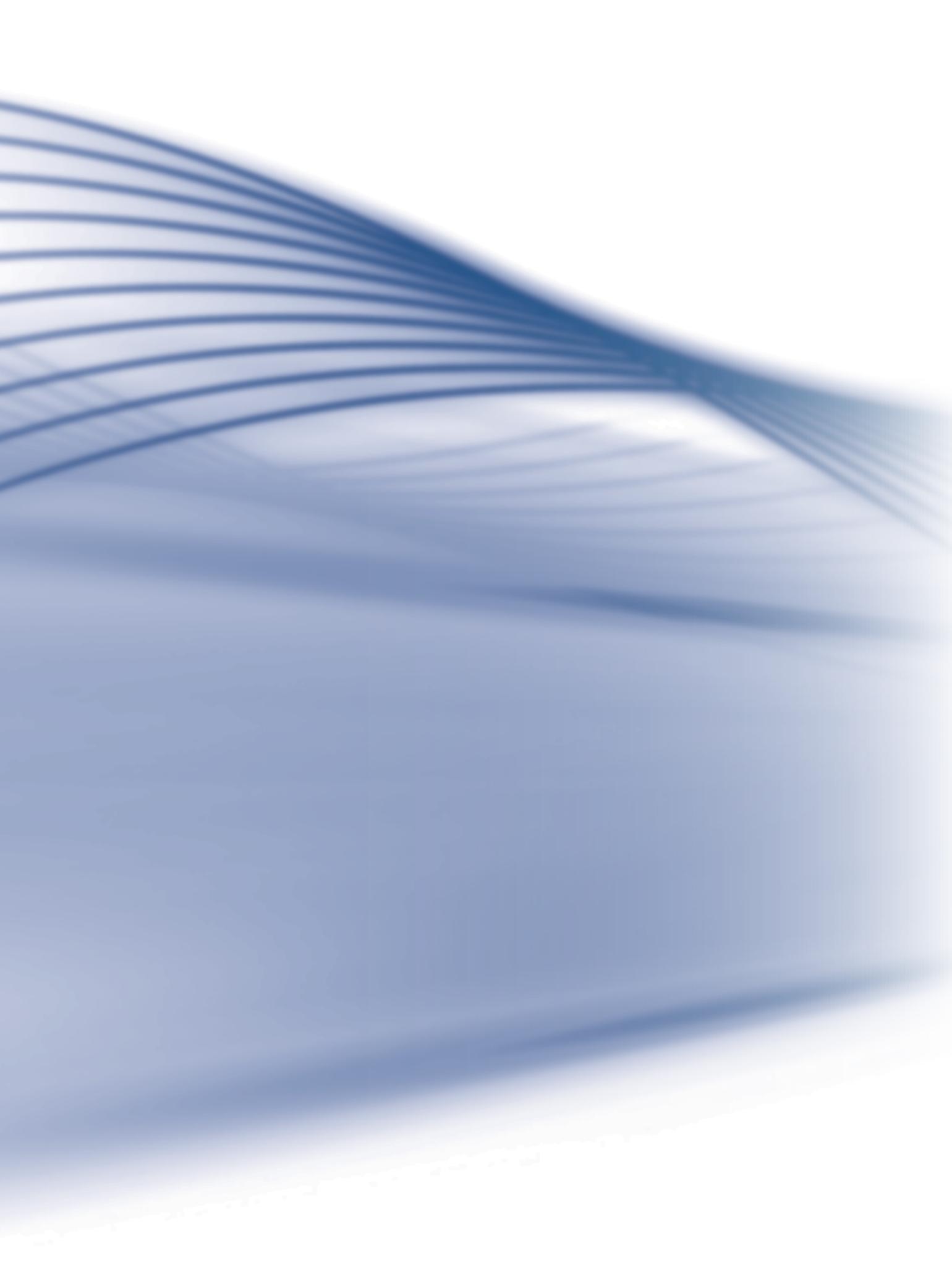
---

---

---

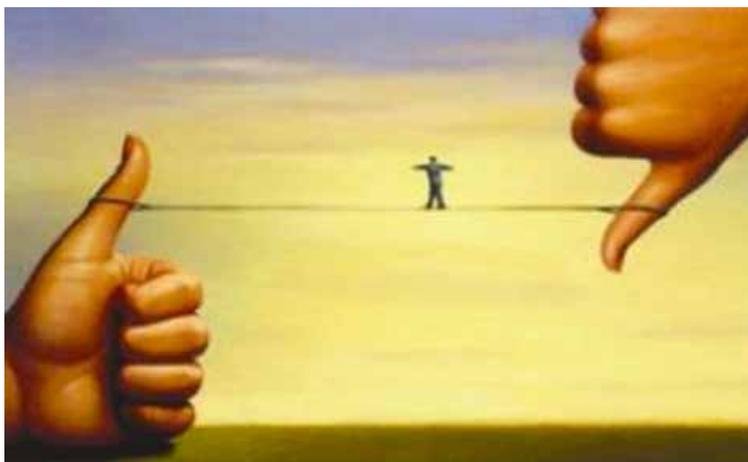
---

---



# Aula 15 - Ética nas Relações Interpessoais

Caro aluno, na aula de hoje aprofundaremos a ética no contato entre as pessoas em seus diferentes modos de comportamentos e contextos.



**Figura 15.1: ética**

Fonte: [www.humaniversidade.com.br](http://www.humaniversidade.com.br)

Conforme o site: <http://gestaoeempreendedorismo.blogspot.com.br/2009/09/etica-nos-relacionamentos.html>

Dizem que a única certeza que podemos ter neste mundo confuso em que vivemos é de que há mudanças permanentemente ao nosso redor. De fato, temos visto coisas que há alguns anos atrás eram simplesmente surpreendentes, não apenas pela extraordinária criatividade humana, mas, sobretudo pela sua enorme capacidade de adaptação.

O homem tem demonstrado nos últimos anos, uma tremenda inquietação no seu modo de viver, causada pelas inovações tecnológicas, e estas, por sua vez, têm provocado grandes turbulências no mundo dos negócios, na vida social e familiar, nos relacionamentos interpessoais, e finalmente no comportamento individual.

Presenciamos diariamente uma avalanche de notícias desagradáveis, quando não violentas e fatais, seja na televisão, nos jornais, nas revistas, nas escolas, no trabalho, nas ruas e até mesmo na própria casa, fruto de desentendimentos e outros conflitos originados dos relacionamentos.

Mas, o que realmente está acontecendo com as pessoas? Será que são as pessoas vítimas de um mundo desordenado, ou o mundo é vítima de pessoas estressadas? E qual a razão para este impasse que nos leva a ter uma vida de sobressaltos, de medo, de frustrações, de ansiedade e de afastamentos?

Este é um momento bastante propício para fazer uma boa reflexão a este respeito, afinal estamos vivenciando uma situação que contradiz a natureza humana. Exatamente! Somos feitos para vivermos em sociedade e o que vemos são pessoas não suportando as outras, brigando entre si, na maioria das vezes por motivos bobos, sem o menor sentido.

O conjunto de valores que regem uma sociedade parece que a cada dia vai sendo mais e mais esquecido, deturpado, invertido. O contexto atual não poderia ser melhor para nos motivar a questionar o que de fato nos interessa e nos importa, o que é que para nós tem real significado e valor.

Estudar, entender e praticar ética e seus fundamentos são de uma importância tal para se conquistar a qualidade de vida tão desejada por todos, que negligenciar isto só nos levará a perpetuar este estado de calamidade e fragilidade que nossos relacionamentos hoje vivenciam.

Segundo Augusto Comte (1798-1857),

“A moral consiste em fazer prevalecer os instintos simpáticos sobre os impulsos egoístas.”

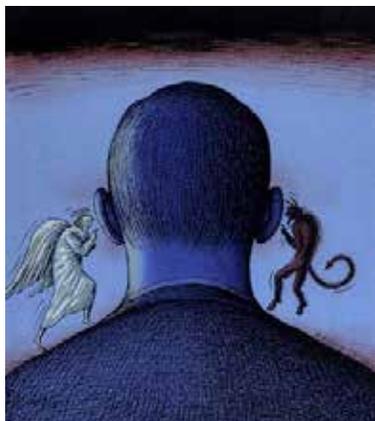
Entende-se por instintos simpáticos aqueles que aproximam o indivíduo dos outros.

Podemos entender a inclusão da ética em três abordagens:

- a) Ética Normativa;
- b) Ética Teleológica;
- c) Ética Situacional.

- Ética Normativa – é a ética moral que se baseia em princípios sábios e regras coerentes e fixas, atingindo o homem integral (corpo, espírito e alma), as atividades profissionais, religiosas e científicas.
- Ética Teleológica – ética imoral que se baseia no raciocínio imediato dos fins e dos meios disponíveis. Não importa os meios, o importante é o fim.

- Ética Situacional – ética amoral que se baseia nas circunstâncias por mais irracionais que sejam. É uma reação irracional baseada no “tudo vale”, diante de fatos ou momentos previsíveis ou não (torcida no campo de futebol).



**Figura 15.2: pensamento ético**  
Fonte: www.jornalismob.com

Costuma-se dizer que a ética é algo que todos sabem, mas que não é fácil de explicar. Isto ocorre justamente porque ela está muitas vezes na dependência de fatos e sentimentos abstratos ou o que não conseguimos ver ou tocar.

Ela deve ser considerada a partir de algumas dicotomias ou oposição entre duas coisas, tais como:

- A verdade e a mentira;
- O bem e o mal;
- O amor e o ódio;
- A recompensa e a cobrança;
- O crédito e o débito;
- O moral e o imoral;
- O positivo e o negativo;
- As trevas e a luz;
- O céu e o inferno;
- O direito e o dever e muitas outras.

A sua aplicação é infinita, principalmente quando nos dispomos a considerar novos paradigmas, isto é, novas formas, novos modelos, o que significa possibilidades de mudanças. As mudanças são traumáticas e exigem cautelas.

Disponível em: <http://gestaoempreendedorismo.blogspot.com.br/2009/09/etica-nos-relacionamentos.html> Acesso em



[http://www.anefac.com.br/Eventos/Arquivos/23\\_02\\_2011\\_Seminario\\_Desafios%20e%20perspectivas%20-%20Nancy\\_Assad.pdf](http://www.anefac.com.br/Eventos/Arquivos/23_02_2011_Seminario_Desafios%20e%20perspectivas%20-%20Nancy_Assad.pdf)  
<http://leonardoboff.com/site/vista/outros/etica-e-moral.htm>  
<http://etica.pbworks.com/w/page/10402071/O%20significado%20da%20palavra%20%C3%A9tica>



#### Livro: **Ética**

Autor: Adolfo Sanchez Vazquez  
Editora: Civilização Brasileira  
Área: Ciências Sociais

O autor discute os principais problemas envolvendo a ética nos dias atuais e analisa os diversos conceitos de moral - o conjunto de normas que rege o relacionamento entre os homens e estes com a comunidade - através dos tempos. Livro didático, que aborda o tema sob diferentes ângulos.

Filme: **A Corrente do Bem** (2000)  
Eugene Simonet (Kevin Spacey), um professor de Estudos Sociais, faz um desafio aos seus alunos em uma de suas aulas: que eles criem algo que possa mudar o mundo. Trevor McKinney (Haley Joel Osmert), um de seus alunos e incentivado pelo desafio do professor, cria um novo jogo, chamado “pay it forward”, em que a cada favor que recebe você retribui a três outras pessoas. Surpreendentemente, a ideia funciona, ajudando o próprio Eugene a se desvencilhar de segredos do passado e também a mãe de Trevor, Arlene (Helen Hunt), a encontrar um novo sentido em sua vida.





# Aula 16 - A Crítica Como Instrumento na Construção de Relações Humanas

Na aula de hoje como a crítica pode contribuir para a construção de bons e sinceros relacionamentos pessoais e profissionais.



**Figura 16.1: crítica**

Fonte: [www.sbprp.blogspot.com](http://www.sbprp.blogspot.com)

Conforme o site: <http://www.algosobre.com.br/carreira/como-viver-bons-relacionamentos.html>

Os relacionamentos, para serem bem-sucedidos, precisam iniciar pelo entendimento de que as pessoas são diferentes não só fisicamente. Se dois homens já apresentam grandes diferenças de comportamento, imagine um homem e uma mulher. Geralmente o homem é mais razão, orientado para seus objetivos e metas, e a mulher mais emoção, orientada para relacionamentos.

Você pode identificar um bom relacionamento observando o tratamento dado às pessoas. Existem algumas considerações importantes que poderão ajudar a perceber se está no caminho certo para a construção de um relacionamento duradouro:

## **Critique as ações sem criticar a pessoa**

É possível que haja descontentamento e, com isso, passe a existir crítica, porém não faça nunca comentários ofensivos, do tipo “você é um burro”, mas sim que “você pode fazer melhor”. A crítica deve corrigir o que desagradou e não atingir o caráter da pessoa. Faça isso sempre e de uma forma amiga e gentil;

### **Admita o erro se for preciso**

As brigas começam por pequenos incidentes e vão tomando proporções que podem fugir do controle. É preciso ter em mente que para se terminar uma discussão é preciso ceder ou “abrir mão”, sem julgamentos, mas em favor da harmonia do relacionamento. Quase sempre tudo acaba bem quando as pessoas se cumprimentam e se abraçam;

### **Adote uma comunicação clara**

A maioria das comunicações que ocorre no dia a dia nos relacionamentos não é uma questão de vida ou morte, mas a falta dela é. Preste também atenção na comunicação não verbal, pois tem vezes que a pessoa fala uma coisa, mas o sua expressão e sua postura dizem outra totalmente diferente;

### **É preciso doar-se**

Dar é importante em qualquer relacionamento; mais importante ainda é dar sem querer algo em troca, porque, ao esperar algo em troca, você poderá se frustrar e ficar triste pelo fato das reações não serem iguais às suas;

### **Saiba perdoar**

Agora, se a pessoa te chatear com ou sem intenção, a única coisa que você tem a fazer é perdoar. O perdão é um estabilizador indispensável para pessoas imperfeitas como nós. Saiba que o segredo de uma vida plena está na capacidade de se relacionar bem com o maior número de pessoas.

Texto disponível: <http://www.algosobre.com.br/carreira/como-viver-bons-relacionamentos.html> Acesso em: 23/06/2012

“Os relacionamentos são como uma longa viagem em um minúsculo barco a remo. Se um dos passageiros começar a balançar o barco, o outro tem que estabilizá-lo. Caso contrário os dois afundarão juntos”.

Conforme o site: <http://www.algosobre.com.br/carreira/como-viver-bons-relacionamentos.html>

### **Crítica Construtiva X Crítica Destrutiva**

Uma crítica é positiva quando visa a reforçar o comportamento ou desempenho que está atingindo o padrão desejado e negativo quando visa a corrigir e melhorar o comportamento ou desempenho de baixa qualidade ou insatisfatório. Tanto a crítica positiva quanto a negativa podem e devem ser construtivas. Os dois maiores problemas, concernentes a essa questão, são:

- a inexistência de crítica positiva; isto é, não reconhecimento ou referência de bom desempenho;

- a crítica negativa é feita de maneira tal que seu caráter é destrutivo.

A crítica destrutiva costuma acontecer só quando as coisas saem erradas (esse tipo de atitude lhe parece familiar?) e quando não há padrões determinados pelos quais se possa avaliar o desempenho ou o comportamento, ou qualquer plano que vise o desenvolvimento.

A crítica destrutiva costuma assumir a forma de comentários generalizados e subjetivos, apontando com frequência para características pessoais ou atitudes percebidas. A crítica benfeita, ao contrário, deve assumir a forma de comentários objetivos, concentrados em exemplos específicos de comportamento. A crítica pode ser extremamente destrutiva para os relacionamentos pessoais ou para qualquer estratégia de desenvolvimento futuro. Toda vez que há padrões estabelecidos de comportamento e desempenho, e comunicação quanto àquilo que está de acordo, assim como quanto àquilo que não está, ocorre então aquilo a que chamamos de crítica construtiva. Texto

disponível em: <http://artedeservendedor.blogspot.com.br/2011/01/diferenca-entre-critica-construtiva-e.html>



**Figura 16.2: crítica destrutiva e construtiva**  
Fonte: [www.ocafe.com.br](http://www.ocafe.com.br)

## Resumo

As relações humanas se manifestam de várias formas e na aula de hoje foram apresentadas as formas de relacionamento entre as pessoas sob a característica da crítica. A crítica foi exemplificada de forma construtiva e destrutiva e como elas se evidenciam nos relacionamentos pessoais e profissionais.

## Atividade de aprendizagem

1. Qual a colaboração da crítica destrutiva no contexto profissional na construção das relações humanas?

---

---

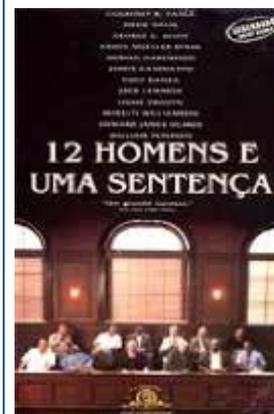


<http://www.carloshilsdorf.com.br/blog/como-lidar-com-as-criticas>  
[http://www.franciscobittencourt.com.br/artigos/artigo09\\_0909.html](http://www.franciscobittencourt.com.br/artigos/artigo09_0909.html)



### Filme: **Doze Homens e uma Sentença**

12 homens são convocados para formar o júri de um caso de assassinato, onde um jovem é acusado de apunhalar fatalmente o próprio pai. Para a promotoria, este é um caso cujo resultado deve ser definido rapidamente. Ou será que não? Quando chega o momento de decidir o destino do rapaz, as diversas personalidades dos jurados começam a se manifestar. Todos os detalhes são cuidadosamente revisados. A tensão aumenta a cada momento...e o impasse para chegar a um veredito unânime continua! Os 12 jurados precisam deixar de lado seus preconceitos, medos e hipocrisia para chegar a uma difícil decisão: libertar o acusado ou condená-lo à morte.





# Aula 17 – Liderança

Caros alunos, nesta aula abordaremos situações importantes para que as pessoas ajam com competência e boas habilidades nos seus relacionamentos intrapessoais nos contextos profissionais.



**Figura 17.1: Liderança**  
Fonte: [www.cursosgratis.blog.br](http://www.cursosgratis.blog.br)

Liderança é o processo de influenciar pessoas no sentido de que ajam a favor dos objetivos da instituição ou do objetivo presente. Algumas situações de líderes:

- Líder é alguém que possui Seguidores.
- Algumas pessoas são Pensadores outros Profetas. Papéis importantes e necessários. Mas sem Seguidores, não podem existir Líderes.
- Líder Eficaz, não é alguém amado e admirado. É alguém cujos seguidores fazem as coisas certas. Popularidade não é liderança.
- Líderes são bastante visíveis, portanto servem de exemplo.
- Liderança não quer dizer posição, privilégio, título ou dinheiro.
- Significa responsabilidade com AUTORIDADE.

## 17.1 Liderança na Organização

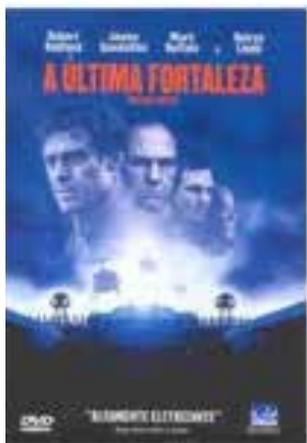
As coisas acontecem e são realizadas na sociedade devido à convicção de certas pessoas. A mesma coisa ocorre nas empresas. Os gerentes são os responsáveis diretos pela sobrevivência e pelo sucesso da organização. Cada sucesso da empresa é o sucesso de um ou mais gerentes. Cada fracasso é o fracasso de um ou mais gerentes. A excelência empresarial está profundamente relacionada com a excelência gerencial. A visão, a dedicação e a integridade do gerente são os principais determinantes do sucesso empresarial. As principais habilidades e ferramentas gerenciais quase sempre se resumem em uma das características fundamentais: a liderança.



Filme: **A última fortaleza** (2001)

O General Irwin (Robert Redford) é um condecorado militar do exército americano que perde sua patente e sua liberdade após ser injustamente condenado por uma corte militar a passar o resto de sua vida em uma penitenciária de segurança máxima.

Lá ele conhece o Coronel Winter (James Gandolfini), que dirige a prisão com punho de ferro. De início há um respeito recíproco entre eles, que logo se torna ressentimento após Irwin discordar de alguns dos métodos de Winter no comando da prisão. Disposto a calar Irwin de qualquer maneira, as táticas de Winter apenas o motivam a liderar uma rebelião de prisioneiros para conseguir tirá-lo do poder.



Cada pessoa tem as suas aspirações pessoais, os seus objetivos, as suas preferências, as suas características de personalidade, os seus talentos e habilidades. Cada pessoa é única e ímpar. Ao constituírem uma equipe de trabalho, as pessoas se destacam pelas diferenças individuais. Para que as pessoas possam trabalhar satisfatoriamente em equipe elas precisam de liderança. A liderança constitui uma necessidade típica do trabalho em equipe. Para fazer a equipe funcionar e produzir resultados, o gerente precisa desempenhar muitas funções ativadoras. Dentre estas funções, sobressai a liderança. O gerente deve saber como conduzir as pessoas, isto é, como liderar as pessoas e administrar as diferenças entre elas. A liderança é necessária em todas as atividades e em todos os tipos de organização humana, principalmente nas empresas.

A liderança não deve ser confundida com direção ou com gerência. Um bom dirigente ou gerente deve ser necessariamente um bom líder. O líder nem sempre é um dirigente ou gerente. Na realidade, os líderes devem estar presentes no nível de direção, no de gerência e em todos os seus níveis hierárquicos e em todas as suas áreas de atuação. Contudo, é na gerência que reside o ponto mais crítico da liderança. É neste nível onde são decodificados e traduzidos os objetivos e necessidades da empresa e transformados em metas e esquemas de trabalho para serem implementados e realizados pelos demais outros níveis da hierarquia empresarial. Como a gerência transita no meio do campo, ela passa a ser intermediária entre os objetivos fixados pela alta direção e os meios utilizados pelo nível operacional para o seu alcance. A gerência funciona como o nível mediador, seja interpretando os objetivos fixados pela direção, seja transformando-os em planos e programas de trabalho para serem executados pelas demais pessoas da organização. Ao traduzir os objetivos fixados e convertê-los em programas de ação, a gerência assume o papel de direcionar e conjugar esforços, comunicar, liderar, motivar, avaliar e recompensar as pessoas dentro da organização. O gerente não lida apenas com capital ou dinheiro, com máquinas ou equipamentos, mas trabalha, sobretudo com pessoas. É através das pessoas que o gerente consegue a execução das tarefas, a alocação dos recursos materiais e financeiros, a produção de bens ou serviços, bem como o alcance dos objetivos organizacionais. Daí a sobrevivência e o sucesso da empresa. Ao lidar com pessoas, a principal habilidade e ferramenta gerencial que emerge é a liderança



**Figura 17.2: chefia**  
Fonte: [www.tecendootopia.com.br](http://www.tecendootopia.com.br)

## 17.2 Perfil do Líder

- Competências Organizacionais

São conhecimentos acerca da empresa e suas interações no ambiente interno e externo.

- Competências Interpessoais

São as habilidades que possibilitam as interações com o outro, visando melhoria das relações e dos resultados.

- Competências Intrapessoais

São características e valores pessoais que têm impacto nas competências interpessoais e organizacionais.

### Resumo

Na aula de hoje aprofundamos o conceito de liderança no ambiente profissional, os tipos de liderança que se destacam e como esse perfil se destaca entre as pessoas que convivem num mesmo ambiente.



<http://www.maurolaruccia.adm.br/trabalhos/lider2.htm>

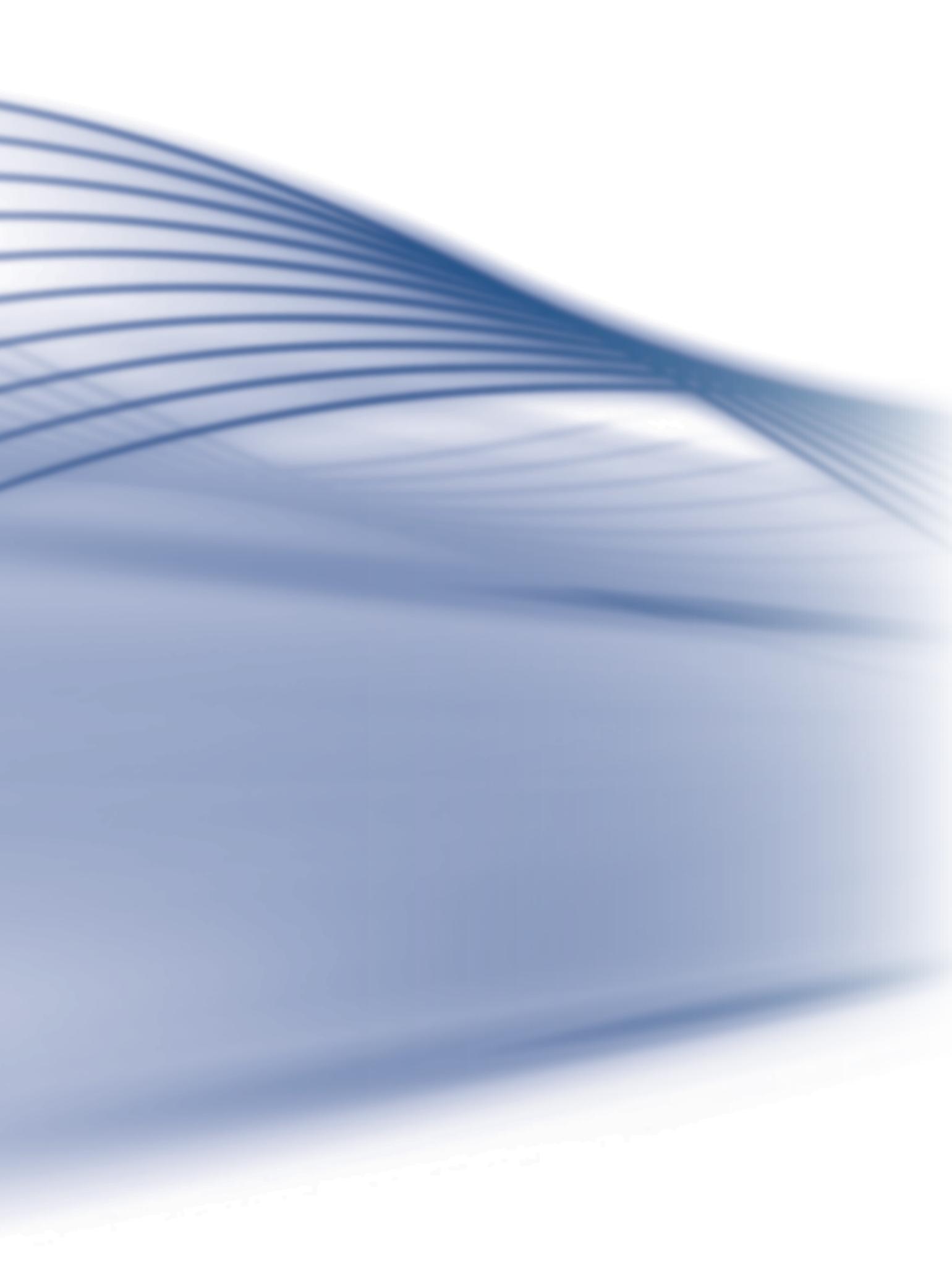
### Atividade de aprendizagem

1. Quais são os tipos de perfil de líderes que se destacam no contexto profissional e qual possui maior importância para as relações humanas?



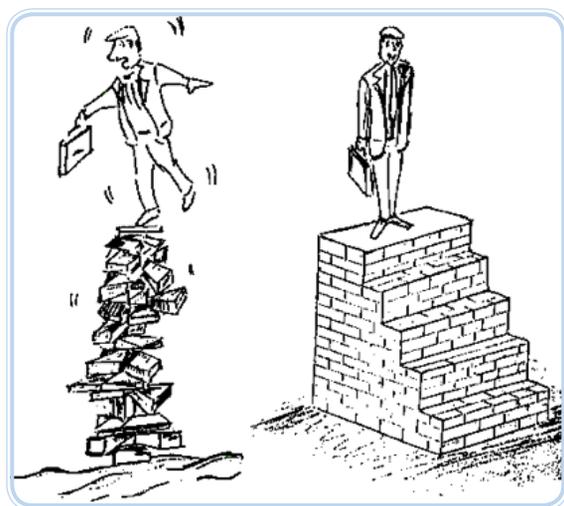
---

---



## Aula 18 - Competências Profissionais

Na nossa aula 18, veremos quais são as competências necessárias para o bom relacionamento entre as pessoas e como essas competências podem colaborar de maneira eficaz os afazeres profissionais.



**Figura 18.1: competência**

Fonte: [www.textosedicas.blogspot.com](http://www.textosedicas.blogspot.com)

Primeiro, antes de aprofundarmos o tema da aula, vamos entender o que é competência.

O que seria competência?

De acordo com o dicionário competência é a faculdade para apreciar e resolver qualquer assunto. Isto significa que, devemos entender que quando a pessoa ou o profissional é competente, também possui a capacidade de apreciar e resolver qualquer assunto?

Bem, ele deve possuir esta capacidade nas áreas em que se diz competente. Por este motivo, é fundamental o autoconhecimento, a experiência, o autoinvestimento e o desenvolvimento num determinado segmento, antes de intitular-se como detentor da competência deste assunto em questão.

Vamos pensar nas empresas ou nos contextos profissionais onde a pessoa precisa desenvolver maiores e diferentes formas de se manter no emprego.

Muitas empresas esperam que o profissional desenvolva competências em diversas áreas, isto é possível, embora, na maioria das vezes, não seja essencial ao sucesso profissional. Quando o profissional é competente e agrega a isto um aprimoramento constante de habilidades, mantendo-se atualizado quanto ao mercado e sobre as exigências deste, quanto ao perfil do profissional atual, torna-se de grande valor e muitas vezes é até disputado pelas empresas.

## 18.1 Competência x Habilidades

É muito natural que a experiência e o domínio numa determinada área proporcione segurança, confiança, facilidade de adaptação e aprendizagem, base para a pro atividade, criatividade e inovação.

Logo, a competência favorece o desenvolvimento de diversas habilidades, oferecendo um campo fértil para uma carreira mais sólida numa trajetória de sucesso. É importante entendermos que o sucesso, em qualquer segmento da nossa vida, tem como base o desejo e o estímulo ao crescimento.

A ambição é uma perspectiva positiva e que compõe a atitude de um bom profissional, porque o mantém numa busca contínua por melhorar-se e aprimorar-se, gerando resultados produtivos. Como podemos ver, Competências e Habilidades estão diretamente ligadas.

## 18.2 Sorte x Sucesso

Crescer profissionalmente não é, e nunca será uma questão de sorte. É muito mais um fator de determinação e objetivo. Sem um objetivo definido, não há determinação que o faça chegar a lugar algum. Sem uma meta bem traçada e um bom planejamento, nem todas as suas competências, posturas, atitudes e habilidades o levarão a qualquer lugar.

Ter um objetivo e um bom plano de ação são posicionamentos que trazem um grande estímulo ao crescimento, fazendo com que o profissional busque colocar o foco no alvo certo e se movimente em direção ao objetivo final, utilizando-se de recursos que já possui e providenciando outros necessários ao percurso empreendido. Estar preparado e atento às oportunidades é fundamental.

Quando você se coloca com o foco no alvo certo e se mantém estimulado com a perspectiva de alcançar seus objetivos, as oportunidades saltam aos seus olhos. O que poderia parecer um problema, muitas vezes, mostra-se como um grande desafio, dando-lhe a chance de utilizar o momento em questão como uma alavanca para auxiliá-lo.



Livro: **Competências Gerenciais**

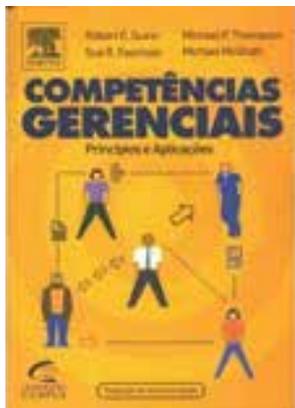
Editora: Elsevier / Campus

Autor: Faerman, Sue/Mcgrat

Ano de Lançamento: 2004

Com esta nova terceira Edição o leitor poderá desenvolver competências práticas em todas as áreas da atuação gerencial competências necessárias para sair-se bem nas diversas situações e desafios do novo milênio!

O texto percorre oito módulos interativos de aprendizagem, que cobrem os diferentes papéis do líder o de diretor, produtor, mentor, facilitador, coordenador, monitor, inovador e corretor.



Toda competência é criada a partir do conhecimento e da disposição no aprendizado até o ponto de domínio de uma determinada área. Para desenvolver competência num determinado assunto, é muito válido investir naquilo que você gosta e já possui certo conhecimento. Nunca é tarde ou cedo demais para se colocar numa postura mais ativa e mais ousada, fazendo uso de novos recursos.

## Resumo

As competências profissionais se destacam nos relacionamentos entre pessoas no contexto profissional. A aula de hoje abordou a diferença entre sorte e sucesso nas instituições de trabalho e como essas competências interferem nas relações humanas.

## Atividade de Aprendizagem

1. Como a competência profissional se difere da habilidade na prática profissional do ser humano no contexto de trabalho?

---

---

## Anotações

---

---

---

---

---

---

---

---

---

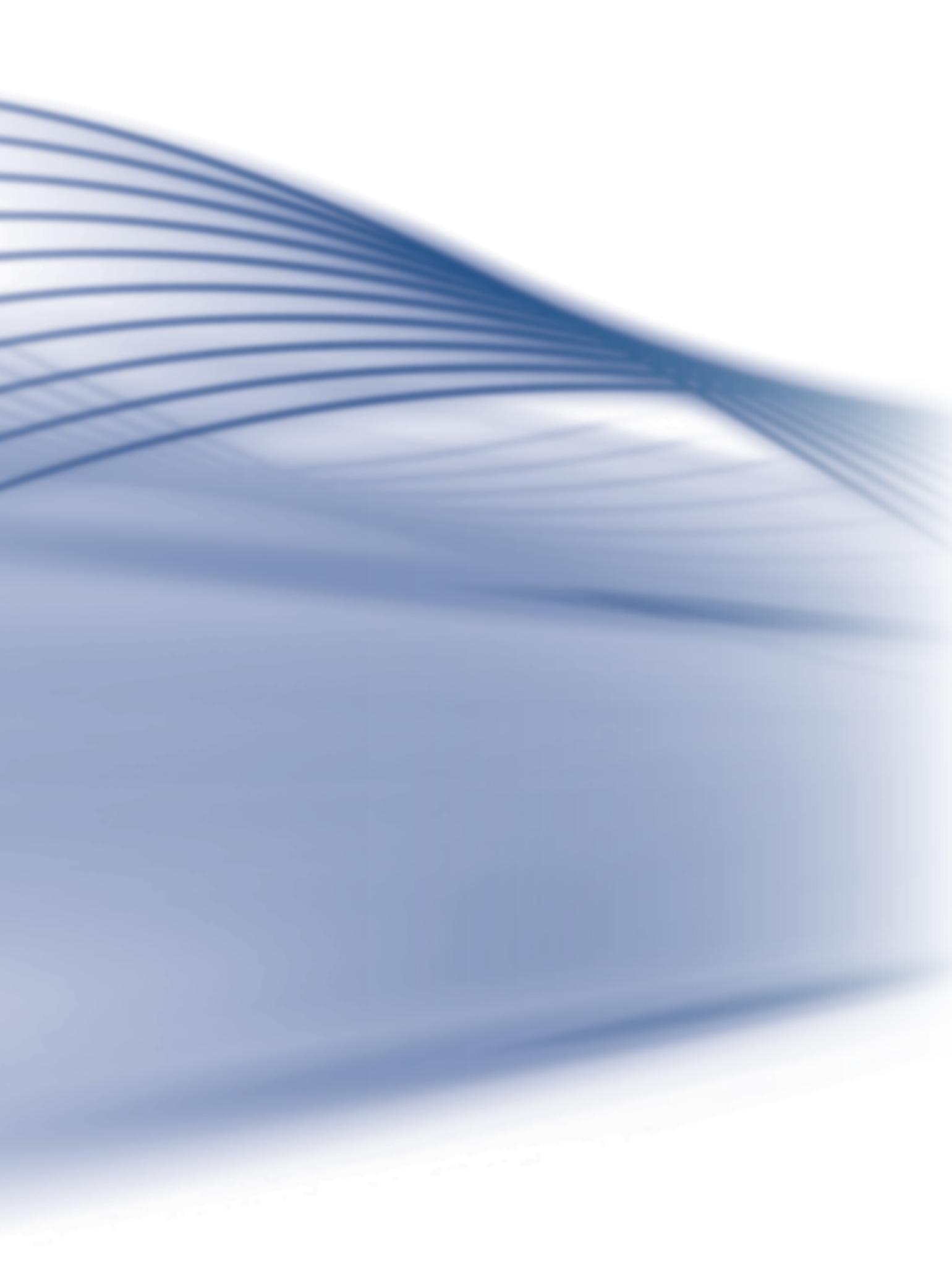
---

---



[http://rae.fgv.br/sites/rae.fgv.br/files/artigos/10.1590\\_S0034-75902004000000002.pdf](http://rae.fgv.br/sites/rae.fgv.br/files/artigos/10.1590_S0034-75902004000000002.pdf)





# Aula 19 - Competencias Interpessoais

Na nossa penúltima aula será abordado o tema das competências interpessoais, de que forma as competências interferem nos relacionamentos e onde podem contribuir para relacionamentos saudáveis.



**Figura 19. 1: competência interpessoal**

Fonte: [www.rsbbconsultoria.blogspot.com](http://www.rsbbconsultoria.blogspot.com)

“Porque é tão difícil as pessoas entenderem claramente o que penso ou as minhas ideias?”

Essa questão nos incomoda e nos faz refletir diante do desafio da convivência humana e de nos relacionarmos com as mesmas. Na busca constante da conquista pela competência, o primeiro momento é a competência técnica, mas no convívio em grupo nos desperta a necessidade de desenvolver outra competência, que envolve interação, em situações de trabalho ou de atividades, exigindo de todos os indivíduos envolvidos nesse processo de interação.

A comunicação como forma comum na interação humana, mesmo que seja verbal ou não verbal, é importante no processo de interação, na busca do entendimento, de entender e ser entendido requer esforços, conhecimentos, convivência com o outro, mas a percepção, o autoconhecimento e a autopercepção nos facilitam auxiliar no conhecimento, no convívio com o outro e compreender outro com suas diferenças individuais.

O relacionamento interpessoal é e sempre será muito complexo, pois somos indivíduos com sentimentos, emoções, necessidades e por isso, quando nos relacionamos com as pessoas, que podemos simpatizar sentir atrações, an-

## A-Z

### Feedback

Em administração, feedback (retorno de informação ou, simplesmente, retorno) é o procedimento que consiste no provimento de informação a uma pessoa sobre o desempenho, conduta, ou ação executada por esta, objetivando reorientar ou estimular comportamentos futuros mais adequados.[1]

No processo de desenvolvimento da competência interpessoal o feedback é um importante recurso porque permite que nos vejamos como somos vistos pelos outros. É ainda, uma atividade executada com a finalidade de maximizar o desempenho de um indivíduo ou de um grupo. Processualmente, é oriundo de uma avaliação de monitoria.

É uma importante ação administrativa que facilita a consolidação das ações e seus resultados; ou seja, garante retorno ao desencadeador das ações sobre os seus resultados.

<http://pt.wikipedia.org/wiki/Feedback>

tipatizar, competir e nos afeiçoar. Essas reações constituem o processo de interação pessoal.

A competência técnica para desenvolver se buscam em cursos, especializações, experiência e conhecimento literário específico, mas o desenvolvimento da competência interpessoal está na meta primordial no treinamento de laboratório, ou seja, na vivência dos contextos do dia a dia.

Os componentes da competência interpessoal: são a percepção e a habilidade.

A percepção precisa ser treinada, que nos faz trocar através de técnicas, vivências e jogos, com uso de exercícios, de receber e dar opinião, proporcionando o crescimento pessoal com a auto percepção, auto-aceitação, auto-conhecimento, instrumento esse que possibilita a percepção real dos outros e da relação interpessoal vivenciada por nós.

A habilidade engloba a flexibilidade perceptiva e comportamental onde se vê a situação de vários ângulos e atuamos de forma criativa, inovadora e não rotineira, assim permite ao indivíduo o desenvolvimento da capacidade criativa e o menos convencional e a habilidade de dar e receber opinião com a finalidade de se construir um relacionamento interpessoal autêntico.

O relacionamento também é considerado como um dos componentes, pois se refere a compreender a questão humana dos indivíduos, envolvidos e integrantes no grupo, a dimensão emocional-afetiva, que não podemos esquecer-nos de destacar o conteúdo cognitivo e a relação afetiva no relacionamento interpessoal, o equilíbrio desses componentes, fará com que o relacionamento humano, de maneira a lidar com as diferenças individuais cria-se um clima entre as pessoas, podendo o relacionamento interpessoal torna-se autêntico, duradouro e harmonioso.

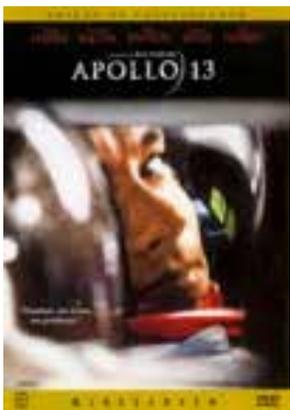
A competência interpessoal desenvolvida favorece aos integrantes de um grupo e ao relacionamento interpessoal satisfatório, quando exercida tais atitudes:

- Respeito às diferenças individuais (aceitação do eu e o outro);
- Comunicação efetiva;
- Feedback (1) (produtivo, dar e receber);
- Controle emocional (equilíbrio);
- Autoconhecimento (auto percepção, auto aceitação, autocrítica);



FILME: **Apollo 13** (1995)

Três astronautas americanos a caminho de uma missão na Lua sobrevivem a uma explosão, mas precisam retornar rapidamente a Terra para poderem sobreviver, pois correm o risco de ficarem sem oxigênio. Além disto, existe o risco de, mesmo retornando, a nave ficar seriamente danificada, por não suportar o imenso calor na reentrada da órbita terrestre. Observe a ação em equipe entre os tripulantes da nave espacial e o pessoal de terra. Sem a visão compartilhada e a aprendizagem em equipe não seria possível, na época, trazer os astronautas sãos e salvos da expedição.



Começamos a constatar que, quem não sabe dialogar prejudica o desenvolvimento dos outros e de si mesmo, tende a reter informações, subestimar os participantes do grupo e incentivar o individualismo. A questão fundamental é que o relacionamento com outras pessoas, passe primeiro pelo relacionamento consigo mesmo. A competência interpessoal requer uma capacidade de percepção, de auto percepção e de autocrítica. Quem segue num grupo sem olhar para si, tende a abandonar-se e abandonar os outros e o grupo.

## Resumo

Na sociedade em que vivemos, as competências interpessoais possuem grande importância. Dentro de um grupo de trabalho, por exemplo, essa competência favorece a relacionamentos satisfatórios para as construções dessas relações humanas. A aula de hoje destacou esses pontos e a que forma que contribuem para o sucesso entre as pessoas de convivência.



[http://rae.fgv.br/sites/rae.fgv.br/files/artigos/10.1590\\_S0034-75901981000200003.pdf](http://rae.fgv.br/sites/rae.fgv.br/files/artigos/10.1590_S0034-75901981000200003.pdf)

## Atividade de aprendizagem

1. Qual é a característica da competência interpessoal no processo da construção das relações humanas?



---

---

## Anotações

---

---

---

---

---

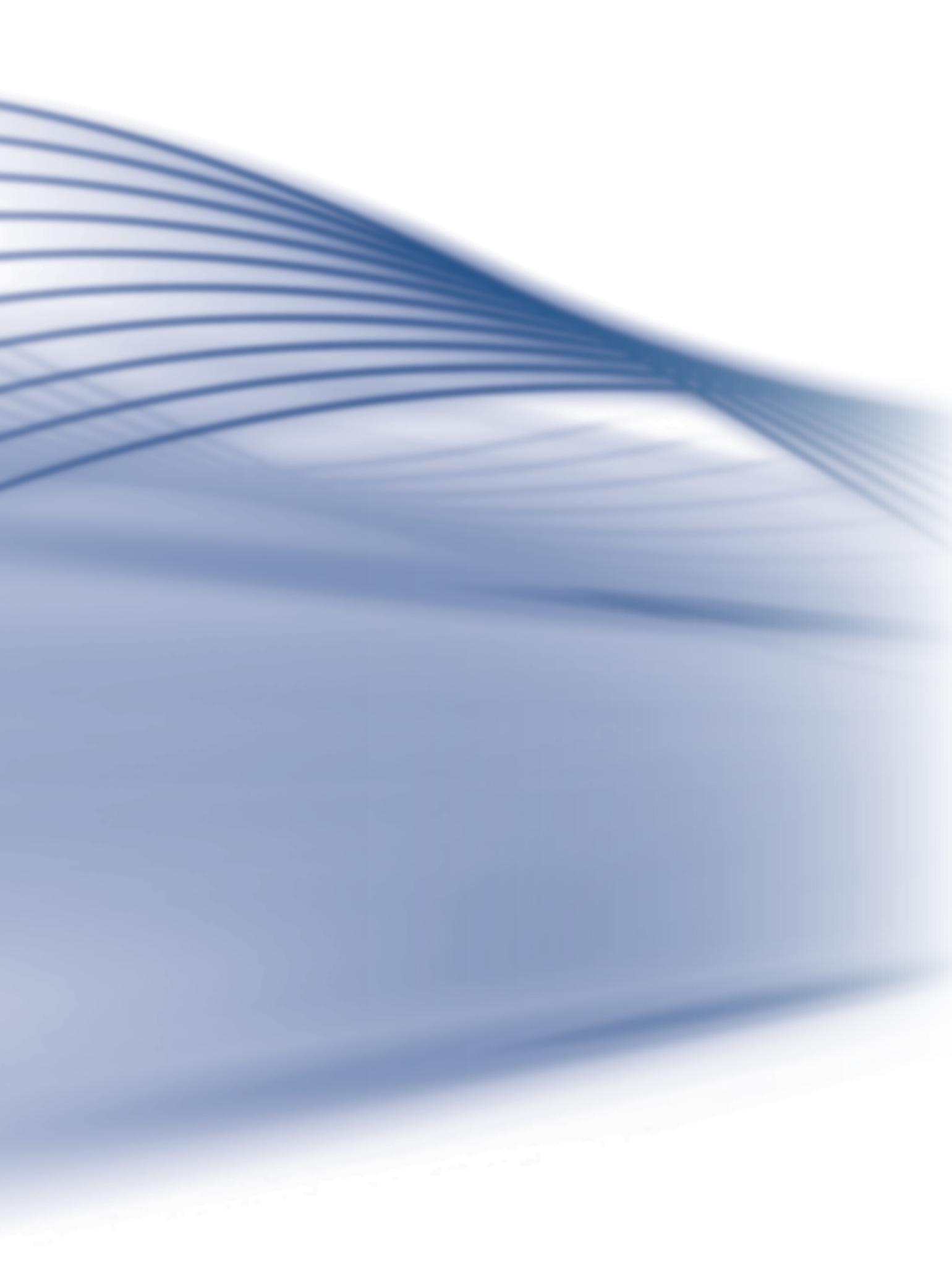
---

---

---

---

---



## Aula 20 - Competencias Intrapessoais

Caro aluno, nossa última aula será trabalhada sobre as competências intrapessoais, ou seja como podemos ter relacionamentos bons através de competências entre as pessoas com as quais convivemos.



**Figura 20.1: relacionamento intrapessoal**

Fonte: [www.blog.dvseditora.com.br](http://www.blog.dvseditora.com.br)

Muitas vezes ouvimos a seguinte frase: Conviver é uma arte! Não é verdade? Sim, desde sempre, nas mais diversas sociedades, a convivência sempre foi um desafio. A busca pelo equilíbrio entre as afinidades, a atração pela falta delas (o diferente), interesses comuns, enfim uma infinidade de razões e emoções entra em jogo.

A ideia de desafio foi levada a sério, haveria então a necessidade de uma competência, uma habilidade que solucionasse ou avaliasse um determinado conflito. Foi Howard Gardner, psicólogo da Universidade de Harvard, que relacionou as múltiplas inteligências do indivíduo, quem classificou entre essas a inteligência Intrapessoal e Interpessoal, já comentada na aula anterior.

O relacionamento intrapessoal refere-se à capacidade do indivíduo de conhecer a si mesmo, controlar suas emoções, administrar seus sentimentos, projetos, podendo assim construir um modelo de si mesmo e utilizar esse modelo a favor de si na tomada de decisões. Este relacionamento permite que o indivíduo conheça suas capacidades e possa usá-las da melhor forma possível. Supõe a capacidade de compreender a si mesmo, de ter um modelo útil e eficaz de si, que inclua os próprios desejos, medos e capacidades de empregar esta informação com eficiência na regulação da própria vida. Manifestam-se positivamente em pessoas possuidoras de boa autoestima e capazes de boa interação.



#### LIVRO: **A quinta disciplina**

Autor: Peter M. Senge

Gênero: Administração E Negócios

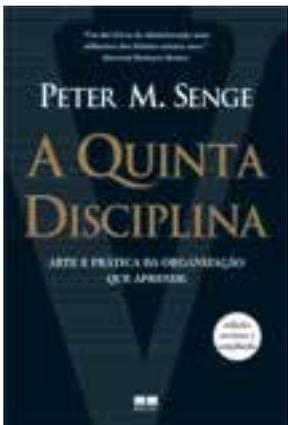
Editora: Best Seller

Neste livro são definidos os contornos da “organização que aprende”, na qual as pessoas expandem continuamente sua capacidade de criar os resultados desejados e são as principais responsáveis pelos processos de mudança. Peter Senge desenvolve um vigoroso corpo de idéias e ferramentas que estimulam o trabalho em equipe e levam o todo de uma organização a ser mais eficaz que a soma de suas partes.

Leitura obrigatória para os que buscam a excelência nos negócios,

#### A **QUINTA DISCIPLINA**

revoluciona a atual maneira de pensar e trabalhar, ajudando sua organização a se preparar para os desafios do futuro.



Diretamente relacionada ao autoconhecimento, é a habilidade de controlar e administrar suas emoções e sentimentos. Esse conhecimento e autocontrole trabalham em favor do indivíduo, são ferramentas eficazes e positivamente manifestadas em pessoas com elevada autoestima e que interagem com facilidade. O relacionamento intrapessoal refere-se à capacidade do indivíduo de conhecer a si. O reconhecimento de habilidades, necessidades, desejos e inteligências próprias, é a capacidade para formular uma imagem precisa de si própria e a habilidade para usar essa imagem para funcionar de forma efetiva.

Assim, a expressão intrapessoal é a nossa relação com os nossos sonhos, desejos, angústias, aspirações, emoções e tudo que se refere aos nossos próprios sentimentos, sejam eles, positivos ou negativos.

È a partir desses estímulos internos, que nos relacionamos com o externo. É da “conversa” que consigo ter comigo e do conhecimento real das minhas emoções que exteriorizo, ou seja, que comunico verbal (fala) ou não verbal (gestos e expressões corporais) e estabeleço meus elos, meus relacionamentos com as pessoas.

O oposto ao sentimento de conflito é a harmonia, um estado de ordem, simetria, acordo e conformidade. Pondo em ordem minhas emoções, entro em acordo com a vida e transmito um estado de paz.

## Resumo

O relacionamento intrapessoal refere-se à capacidade do indivíduo de conhecer a si mesmo, controlar suas emoções, administrar seus sentimentos, projetos, podendo assim construir um modelo de si mesmo e utilizar esse modelo a favor de si na tomada de decisões. A aula de hoje abordou a arte de se conviver em grupo ou sociedade com os diferentes tipos de perfis que encontramos nas construções das relações humanas.

## Atividade de aprendizagem

1. Quais seriam as dificuldades do ser humano na convivência com diversos perfis de pessoas e como a competência intrapessoal colabora para essas relações humanas?

---

---

# Referências

- \_\_\_\_\_ [www.scienciaeanima.blogspot.com](http://www.scienciaeanima.blogspot.com) Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ <http://www6.ufrgs.br/museupsi/Texto%201.htm> Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ [www.unipar.br](http://www.unipar.br) Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ <http://www.espacocuidar.com.br/psicologia/artigos/um-pouco-sobre-a-historia-da-psicologia> Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ [http://www.travessa.com.br/Odair\\_Furtado/autor/DDBF1D82-1851-4649-BD14-D1B4B4E51A4A](http://www.travessa.com.br/Odair_Furtado/autor/DDBF1D82-1851-4649-BD14-D1B4B4E51A4A) Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ [www.pt.wikipedia.org](http://www.pt.wikipedia.org) Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ [www.sobreavida.com.br](http://www.sobreavida.com.br) Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ [www.serinteiropsicoterapias.blogspot.com](http://www.serinteiropsicoterapias.blogspot.com) Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ [www.psicoterapiamarinaalmeida.blogspot.com](http://www.psicoterapiamarinaalmeida.blogspot.com) Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ [www.desenvolvimentoemquestao.wordpress.com](http://www.desenvolvimentoemquestao.wordpress.com) Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ [www.psicoletra.blogspot.com](http://www.psicoletra.blogspot.com) Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ <http://www.rajayoga.com.br/fatos.php?id=7> Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ <http://www.brasilecola.com/psicologia/o-que-e-psicologia.htm> Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ [www.arescomunic.wordpress.com](http://www.arescomunic.wordpress.com) Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ <http://luisbethancourt.site.med.br/index.asp?PageName=Tipos-20de-20Psicoterapias> Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ <http://aindanaosoupsicologa.blogspot.com.br/2009/07/psicologia-e-as-diversas-linhas.html> Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ <http://cienciaemente.blogspot.com.br/2008/03/o-que-psicologia.html> Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ <http://www.portalgeobrasil.org/psico/mat/desenvolvimentopsicologico.htm> Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ [www.guiadeaprendizagem.blogspot.com.br/2008/05/etapas-do-desenvolvimento-humano.html](http://www.guiadeaprendizagem.blogspot.com.br/2008/05/etapas-do-desenvolvimento-humano.html) Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ <http://www.portalgeobrasil.org/psico/mat/desenvolvimentopsicologico.htm>. Acesso em: 22/06/2012.
- \_\_\_\_\_ <http://www.portaleducacao.com.br/pedagogia/artigos/3820/desenvolvimento-psicologico-segundo-vygotsky-papel-da-educacao-1> Acesso em 18/06/2012
- \_\_\_\_\_ [http://www.livrariamartinseditora.com.br/descricao.asp?cod\\_livro=VI0221](http://www.livrariamartinseditora.com.br/descricao.asp?cod_livro=VI0221) Acesso em 18/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.psicologiamsn.com](http://www.psicologiamsn.com) Acesso em 18/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://pt.wikipedia.org/wiki/Idiosincrasia> Acesso em 18/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://chasqueweb.ufrgs.br/~luciane.real/trilha/fasesdodesenvolvimento/desenvolvementopsicologico.htm>. Acesso em 18/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.amaraljorge.blogspot.com](http://www.amaraljorge.blogspot.com) Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.portalgeobrasil.org/psico/mat/desenvolvementopsicologico.htm>  
Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [http://www.fw2.com.br/clientes/artesdecura/REVISTA/Psicoterapia/teoria\\_sexualidade.htm](http://www.fw2.com.br/clientes/artesdecura/REVISTA/Psicoterapia/teoria_sexualidade.htm) Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.extra.com.br/livros/linguisticaeoratoria/LivrosdeOratoria/Pragmatica-da-Comunicacao-Humana-217652.html>. Acesso em: 22/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.webartigos.com/artigos/personalidade-e-desenvolvimento-humano-comunicacao-e-relacionamento-interpessoal-lideranca-e-motivacao/38057/>. Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [http://www.ifsc.usp.br/~9geinfo/images/stories/palestras/entendendo\\_a\\_comunicacao\\_humana-geinfo\\_2010.pdf](http://www.ifsc.usp.br/~9geinfo/images/stories/palestras/entendendo_a_comunicacao_humana-geinfo_2010.pdf) Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.onandoffcomunica.blogspot.com](http://www.onandoffcomunica.blogspot.com) Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://claudiacarrera.blogspot.com.br/2011/07/importancia-da-afetividade-no.html>. Acesso em: 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.paulus.com.br](http://www.paulus.com.br) Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.psicologia10.com.br](http://www.psicologia10.com.br) Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.slideshare.net/anakelly73/comunico-nas-relaes-interpessoais>  
Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.psicologiadesevolvedimentopessoal.blogspot.com](http://www.psicologiadesevolvedimentopessoal.blogspot.com) Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [http://pt.wikipedia.org/wiki/Programa%C3%A7%C3%A3o\\_neurolingu%C3%ADstica](http://pt.wikipedia.org/wiki/Programa%C3%A7%C3%A3o_neurolingu%C3%ADstica). Acesso em: 20/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.site.suamente.com.br](http://www.site.suamente.com.br) Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://pt.wikipedia.org/wiki/Rapport> Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.golfinho.com.br/artigospnl/oquepnl.asp> Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.portalcmc.com.br/pnl01.htm> Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.profissionalintegral.wordpress.com](http://www.profissionalintegral.wordpress.com) Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [http://carreiras.empregos.com.br/carreira/administracao/ge/sucesso/equipe/050704-trabalho\\_equipe.shtm](http://carreiras.empregos.com.br/carreira/administracao/ge/sucesso/equipe/050704-trabalho_equipe.shtm). Acesso em: 22/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://psicologiaadm.webnode.com.br/news/conceitos-de-grupos-e-equipas/>. Acesso em: 20/06/2012 Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.empresarialped.blogspot.com](http://www.empresarialped.blogspot.com) Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [http://faculdadesantahelena.blogspot.com.br/2010\\_08\\_01\\_archive.html](http://faculdadesantahelena.blogspot.com.br/2010_08_01_archive.html). Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.administradores.com.br/informe-se/administracao-e-negocios/trabalho-em-equipe-como-obter-sucesso/37291/> Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://padoan.blogspot.com.br/2008/09/grupo-x-equipe.html>  
Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.portaladm.adm.br/Tga/tga19.htm> Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.mundodastribos.com](http://www.mundodastribos.com) Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.pt.wikipedia.org/wiki/Sociologia](http://www.pt.wikipedia.org/wiki/Sociologia). Acesso em 20/06/2012  
Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://pe360graus.globo.com/educacao/educacao-e-carreiras/sociologia-e-filosofia/2010/08/18/NWS,518979,35,590,EDUCACAO,885-RELACIONAMENTO-SOCIAL-TEMA-AULA-SOCIOLOGIA.aspx>. Acesso em: 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.blog.uniasselvi.com.br](http://www.blog.uniasselvi.com.br) Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.ceismael.com.br](http://www.ceismael.com.br) Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [http://openfsm.net/people/jpgdn37/reflexao-e-critica/estrutura-19\\_Nov\\_2009A.pdf](http://openfsm.net/people/jpgdn37/reflexao-e-critica/estrutura-19_Nov_2009A.pdf) Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.eumundo.wordpress.com](http://www.eumundo.wordpress.com) Acesso em 22/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.brasilclinicas.com.br/artigos/ler.aspx?artigoID=50>  
Acesso em: 23/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.mclmarco.blogspot.com](http://www.mclmarco.blogspot.com) Acesso em: 23/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.brasilclinicas.com.br/artigos/ler.aspx?artigoID=50>  
Acesso em: 23/06/2012

\_\_\_\_\_ [http://www.5ebem.ufsc.br/trabalhos/eixo\\_04/e04a\\_t007.pdf](http://www.5ebem.ufsc.br/trabalhos/eixo_04/e04a_t007.pdf)  
Acesso em: 23/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.constitucionalismoedemocracia.blogspot.com](http://www.constitucionalismoedemocracia.blogspot.com) Acesso em: 23/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.velhosamigos.com.br/Autores/Magdalena/magda13.html>  
Acesso em: 23/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.velhosamigos.com.br/Autores/Magdalena/magda13.html>  
Acesso em: 23/06/2012

\_\_\_\_\_ [http://www2.metodista.br/unesco/agora/pmc\\_acervo\\_pingos\\_fortalecer.pdf](http://www2.metodista.br/unesco/agora/pmc_acervo_pingos_fortalecer.pdf)  
Acesso em: 23/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.humaniversidade.com.br](http://www.humaniversidade.com.br) Acesso em: 23/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://gestaoempreendedorismo.blogspot.com.br/2009/09/etica-nos-relacionamentos.html>. Acesso em 23.06.2012

\_\_\_\_\_ [www.jornalismob.com](http://www.jornalismob.com) Acesso em: 23/06/2012

\_\_\_\_\_ [http://www.anefac.com.br/Eventos/Arquivos/23\\_02\\_2011\\_Seminario\\_Desafios%20e%20perspectivas%20-%20Nancy\\_Assad.pdf](http://www.anefac.com.br/Eventos/Arquivos/23_02_2011_Seminario_Desafios%20e%20perspectivas%20-%20Nancy_Assad.pdf) Acesso em: 23/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://leonardoboff.com/site/vista/outros/etica-e-moral.htm>  
Acesso em: 23/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://etica.pbworks.com/w/page/10402071/0%20significado%20da%20palavra%20%C3%A9tica> Acesso em: 23/06/2012

\_\_\_\_\_ [www.sbprp.blogspot.com](http://www.sbprp.blogspot.com) Acesso em: 23/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.algosobre.com.br/carreira/como-viver-bons-relacionamentos.html> Acesso em: 23/06/2012

\_\_\_\_\_ <http://artedeservendedor.blogspot.com.br/2011/01/diferenca-entre-critica-construtiva-e.html>. Acesso em: 26.06.2012

\_\_\_\_\_ [www.ocafe.com.br](http://www.ocafe.com.br) Acesso em: 26.06.2012

\_\_\_\_\_ <http://www.carloshilsdorf.com.br/blog/como-lidar-com-as-criticas> Acesso em: 06/07/2012

\_\_\_\_\_ [http://www.franciscobittencourt.com.br/artigos/artigo09\\_0909.html](http://www.franciscobittencourt.com.br/artigos/artigo09_0909.html) Acesso em: 06/07/2012

\_\_\_\_\_ [www.cursosgratis.blog.br](http://www.cursosgratis.blog.br) Acesso em: 06/07/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.avm.edu.br/monopdf/25/ADUZINDA%20FARIA%20DE%20ARAUJO.pdf> Acesso em: 06/07/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.angelfire.com/ar/rosa01/direito117.html>. Acesso em: 06.07.12

\_\_\_\_\_ [www.tecendopinia.com.br](http://www.tecendopinia.com.br) Acesso em: 06/07/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.maurolaruccia.adm.br/trabalhos/lider2.htm> Acesso em: 06/07/2012

\_\_\_\_\_ [www.textosedicas.blogspot.com](http://www.textosedicas.blogspot.com) Acesso em: 06/07/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.sucessoarreiraevinda.com.br/index.php/2010/12/03/o-que-e-competencia-profissional/>. Acesso em: 06/07/2012

\_\_\_\_\_ [http://rae.fgv.br/sites/rae.fgv.br/files/artigos/10.1590\\_S0034-75902004000000002.pdf](http://rae.fgv.br/sites/rae.fgv.br/files/artigos/10.1590_S0034-75902004000000002.pdf) Acesso em: 06/07/2012

\_\_\_\_\_ [www.rsbbconsultoria.blogspot.com](http://www.rsbbconsultoria.blogspot.com) Acesso em: 06/07/2012

\_\_\_\_\_ <http://pt.wikipedia.org/wiki/Feedback> Acesso em: 06/07/2012

\_\_\_\_\_ <http://www.webartigos.com/artigos/o-desenvolvimento-da-competencia-interpessoal/23299/>. Acesso em: 06/07/2012

\_\_\_\_\_ [http://rae.fgv.br/sites/rae.fgv.br/files/artigos/10.1590\\_S0034-75901981000200003.pdf](http://rae.fgv.br/sites/rae.fgv.br/files/artigos/10.1590_S0034-75901981000200003.pdf) Acesso em: 06/07/2012

\_\_\_\_\_ [www.blog.dvseditora.com.br](http://www.blog.dvseditora.com.br) Acesso em: 06/07/2012

\_\_\_\_\_ <http://blog.jrlages.com.br/2010/09/relacao-intrapessoal-e-interpessoal/> Acesso em: 06/07/2012

\_\_\_\_\_ <http://blog.jrlages.com.br/2010/09/relacao-intrapessoal-e-interpessoal/> Acesso em: 06/07/2012

\_\_\_\_\_ <http://blog.jrlages.com.br/2010/09/relacao-intrapessoal-e-interpessoal/> Acesso em: 06/07/2012

# Atividades autoinstrutivas

## 1. Qual a função que a psicologia exerce para a sociedade hoje em dia?

- a) A psicologia exerce a função de contribuição para a busca do equilíbrio entre o pensamento e a ação que o ser humano manifesta em diferentes contextos do dia a dia.
- b) A psicologia exerce a função de ajudar as pessoas a se encontrarem enquanto seres humanos.
- c) A psicologia exerce a função de proteger as pessoas frente as dificuldades do dia a dia.
- d) A psicologia exerce a função de contribuir para a homeostase da razão e do sentimento.
- e) A psicologia não possui contribuição para a sociedade.

## 2. O campo de estudo da psicologia é muito grande e iniciou com atividades em áreas como:

- a) clínica, organização, hospitalar
- b) escola, hospitalar, empresarial
- c) escola, organização, ambulatorial
- d) clínica, escola, organização.
- e) clínica, educacional, hospitalar

## 3. A psicologia que conhecemos hoje é o resultado da confluência de preocupações e métodos originários da:

- a) sociologia e filosofia
- b) filosofia e da fisiologia
- c) fisiologia e medicina
- d) sociologia e fisiologia
- e) teologia e sociologia

## 4. Como surge o desenvolvimento psicológico?

- a) através de vivências ao longo da vida.
- b) através da formação da personalidade.
- c) através da formação de resumos mentais que construímos ao longo da caminhada da vida.
- d) através das ações que construímos ao longo da vida
- e) através de experiências que passamos.

**5. O desenvolvimento dos elementos id, ego e superego está relacionado com as etapas importantes da vida, especialmente a infância. Estamos falando da linha:**

- a) psicodrama
- b) gestalt
- c) ludoterapia
- d) psicanálise
- e) comportamental

**6. Quais são as 3 grandes escolas que caracterizam a Psicologia desde o início de sua existência?**

- a) psicanálise, sistêmica e logoterapia
- b) psicanálise, behaviorismo e gestalt
- c) gestalt, sistêmica e comportamental
- d) psicodrama, psicanálise e gestalt
- e) behaviorismo, psicodrama e sistêmica

**7. A história da psicologia é a história do pensamento sobre:**

- a) a consciência, o inconsciente, e o comportamento humano.
- b) o id, o ego e o superego
- c) a razão e a emoção
- d) os sentimentos e os pensamentos
- e) das vivências ao longo da vida

**8. Qual é a base de estudo da linha Junguiana?**

- a) sonhos
- b) ações
- c) pensamentos
- d) arquétipos
- e) regressão

**9. Melanie Klein utilizava qual técnica em seus atendimentos?**

- a) regressão
- b) mímica
- c) brincar
- d) sonho
- e) imaginar

**10. Lacan renovou o pensamento freudiano e criou:**

- a) a clínica do real
- b) a clínica do saber
- c) a clínica da razão
- d) a clínica do pensamento
- e) a clínica do brincar

**11. A prática da psicologia que consiste no tratamento de dificuldades afetivas ou mentais se chama:**

- a) psicanálise
- b) psicoterapia
- c) psicodrama
- d) ludoterapia
- e) gestalterapia

**12. Sua linha de ação é o desempenho dos vários papéis por parte do paciente em seu cotidiano. Estamos falando de qual linha?**

- a) psicanálise
- b) ludoterapia
- c) psicodrama
- d) sistêmica
- e) gestalterapia

**13. A designação genérica para uma série de teorias psicoterápicas que acentuam a responsabilidade do homem em relação a sua atitude perante a existência é chamada de:**

- a) psicologia humanista
- b) psicologia da sociedade
- c) psicologia das relações
- d) psicologia existencial
- e) psicologia experimental

**14. A \_\_\_\_\_ é o modelo de comunicação e comportamento que enfatiza o papel da linguagem na determinação de nosso estado físico e psicológico.**

- a) ludoterapia
- b) gestalterapia
- c) PNL
- d) psicanálise
- e) psicodrama

**15. Corresponde a uma série de psicoterapias que são centradas nos problemas interativos das crises de relacionamento de casal ou no interior da família. Esta é a linha:**

- a) sistemas
- b) comportamental
- c) sistêmica familiar
- d) cognitiva
- e) organizacional

**16. O terapeuta comportamental investiga vários aspectos do comportamento \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ e busca estabelecer relações deste comportamento com as condições físicas e sociais em que estes ocorrem.**

- a) motores, afetivos, cognitivos
- b) afetivos, comportamentais e racionais
- c) cognitivos, experimentais e afetivos
- d) comportamentais, pensamento e motor
- e) motores, experimentais e racionais

**17. O conceito de desenvolvimento da personalidade, para Freud, ocorre em sete fases:**

- a) oral, verbal, fálica, infância, adolescência, adulto e velhice.
- b) oral, anal, fálica, latência, adolescência, adulto e velhice.
- c) oral, anal, latência, infância, maturidade, adulto e velhice
- d) oral, verbal, infância, puberdade, adolescência, maturidade, velhice.
- e) oral, anal, fálica, latência, adolescência, maturidade e velhice.

**18. O recém-nascido num primeiro momento vive a \_\_\_\_\_, a qual pode ser considerada como o modelo de fenômenos psicológicos.**

- a) ansiedade de separação
- b) angustia da separação
- c) ansiedade e angustia
- d) angustia do desligamento
- e) ansiedade do desligamento

**19. Os impulsos da criança são satisfeitos principalmente na área da boca, ou seja, a libido está intimamente associada ao processo da alimentação e contato humano, que vem associado ao ato de mamar. Estamos falando de qual fase de desenvolvimento?**

- a) verbal
- b) oral
- c) fálica
- d) psicológica
- e) infantil

**20. O fenômeno que ocorre na fase fálica e é conhecido como o conflito da ambivalência entre o amor e o ódio denomina-se:**

- a) complexo de Édipo
- b) formação da puberdade
- c) fase da adolescência
- d) ruptura do ego
- e) complexo da infância

**21. O “ninho vazio”, em que os pais, principalmente as mães, consideram-se sem função por não saber ser outra coisa na vida além de cuidadoras ocorre em que fase do desenvolvimento?**

- a) velhice
- b) adulta
- c) maturidade
- d) profissional
- e) doentia

**22. Quais são os tipos de comunicação? Apresentam-se de algumas formas:**

- a) verbal, não verbal, eletrônica e social
- b) escrita, verbal, não verbal e social
- c) verbal, social, eletrônica e escrita
- d) escrita, verbal, social e eletrônica
- e) escrita, verbal, não verbal e eletrônica.

**23. A função da comunicação é:**

- a) a possibilidade de gerar discórdia entre os grupos de pessoas.
- b) a possibilidade de gerar conhecimento, entendimento, aceitação, comprometimento e ação.
- c) possibilitar a compreensão dos sentimentos entre as pessoas.
- d) possibilitar a construção de melhores ambientes de vivência
- e) a possibilidade de gerar grupos distintos de pessoas.

**24. A \_\_\_\_\_ no contexto social pode tornar as relações mais produtivas, pois se estiver aliada a sentimentos de respeito, gentilezas, compreensão, pode fazer com que o relacionamento se torne mais próximo e as interações permitam mais e melhores trocas. Estamos falando de:**

- a) comunicação
- b) psicologia
- c) persistência
- d) percepção
- e) afetividade

**25. A afetividade está intimamente ligada à construção da \_\_\_\_\_.**

- a) comunicação
- b) autoestima
- c) percepção
- d) autocrítica
- e) amizade

**26. Quais são os dois tipos de relações humanas?**

- a) pessoais e impessoais
- b) internas e externas
- c) comunicação interpessoal e intrapessoal
- d) comunicação aberta e fechada
- e) comunicação pessoal e impessoal

**27. Ações positivas e ações negativas se caracterizam como:**

- a) ações de relacionamentos
- b) ações de comunicação
- c) ações de percepção
- d) ações de comportamentos
- e) ações de empatia

**28. Hoje em dia a característica da PNL ou programação neurolinguística visa em:**

- a) melhorar as funções cognitivas
- b) proporcionar um desenvolvimento psicológico equilibrado
- c) proporcionar uma capacidade pessoal de se comunicar de forma mais efetiva e também na realização de mudanças.
- d) aumentar a percepção
- e) melhorar os contatos pessoais

**29. A PNL divide as pessoas em três grupos, quais são:**

- a) visuais, motoras e sinestésicas
- b) auditivas, motoras e sinestésicas
- c) visuais, auditivas e motoras
- d) auditivas, motoras e visuais
- e) visuais, auditivas e sinestésicas.

**30. Um conjunto de pessoas com objetivos comuns, em geral se reúnem por semelhanças ou afinidades. Falamos de:**

- a) equipe
- b) grupo
- c) reunião
- d) organização
- e) membros

**31. A formação de uma \_\_\_\_\_ deve-se considerar as capacidades individuais necessárias para o desenvolvimento das atividades e a ação das metas. Caracteriza-se:**

- a) organização
- b) reunião
- c) categoria
- d) equipe
- e) relação

**32. Na teoria de equipes, existem 2 grupos:**

- a) funcionais e multifuncionais
- b) práticos e teóricos
- c) iguais e heterogêneos
- d) homogêneos e funcionais
- e) heterogêneos e homogêneos

**33. A função do meio e dos processos que interligam os indivíduos em associações, grupos e instituições se denomina:**

- a) psicologia
- b) comunicação
- c) relações humanas
- d) sociologia
- e) convivência

**34. Os transtornos mentais são diagnosticados na:**

- a) adolescência
- b) infância
- c) vida adulta
- d) crise
- e) velhice

**35. Atualmente, os comportamentos verbais e não verbais por vezes fazem com que a criança seja motivo de 'chacotas' pelos colegas, estamos falando de:**

- a) bullying
- b) provocação
- c) complexo
- d) intimidação
- e) discriminação

**36. Na vida adulta são muitas as psicopatologias possíveis que afetam as relações humanas. Dentre elas, destacamos as mais conhecidas:**

- a) esquizofrenia, a depressão, a fobia social e o transtorno obsessivo-compulsivo (TOC).
- b) depressão, transtorno de ansiedade, esquizofrenia
- c) esquizofrenia, fobia social e ansiedade
- d) TOC, ansiedade e fobia social
- e) esquizofrenia, depressão e transtorno de conduta

**37. Estudar a convivência e a comunicação como um fluido magnético que aproxima as pessoas se trata da ciência da:**

- a) Sociologia
- b) Psicologia
- c) Sociais
- d) Relações Humanas
- e) Filosofia

**38. A característica mais importante que determina a personalidade normal nas relações humanas é:**

- a) a integração entre as pessoas
- b) a capacidade de adaptação e ajuste ao meio
- c) a comunicação com as pessoas
- d) a capacidade de interação
- e) o equilíbrio entre o meio

**39. Não saber explicar e estar muitas vezes na dependência de fatos e sentimentos abstratos ou o que não conseguimos ver ou tocar implica-se na definição de:**

- a) comunicação
- b) relações
- c) ética
- d) mudanças
- e) paradigmas

**40. Podemos entender a inclusão da ética em três abordagens:**

- a) ética normativa, ética teleológica, ética situacional.
- b) ética educacional, ética prática, ética experiencial
- c) ética normativa, ética prática, ética situacional
- d) ética educacional, ética teleológica, ética experiencial
- e) ética normativa, ética teleológica, ética experiencial

**41. A \_\_\_\_\_ deve corrigir o que desagradou e não atingir o caráter da pessoa. Estamos falando da:**

- a) comunicação
- b) convivência
- c) ética
- d) briga
- e) crítica

**42. A \_\_\_\_\_ costuma assumir a forma de comentários generalizados e subjetivos, apontando com frequência para características pessoais ou atitudes percebidas.**

- a) crítica pessoal
- b) crítica destrutiva
- c) crítica formal
- d) crítica construtiva
- e) crítica imparcial

**43. O processo de influenciar pessoas no sentido de que ajam a favor dos objetivos da instituição ou do objetivo presente se define:**

- a) comportamento
- b) chefia
- c) liderança
- d) papéis
- e) equipe

**44. O líder possui 3 perfis sob forma de competências, são elas:**

- a) competências especiais, pessoais e profissionais
- b) competências organizacionais, pessoais e profissionais
- c) competências especiais, interpessoais e intrapessoais
- d) competências organizacionais, especiais e profissionais
- e) competências organizacionais, interpessoais e intrapessoais

**45. A faculdade para apreciar e resolver qualquer assunto se define por:**

- a) competência
- b) liderança
- c) chefia
- d) experiência
- e) habilidade

**46. A sorte e o sucesso estão relacionados a:**

- a) liderança
- b) habilidade
- c) autoestima
- d) competência
- e) ética

**47. Os componentes da competência interpessoal são:**

- a) sorte e sucesso
- b) percepção e habilidade
- c) sentimento e pensamento
- d) razão e emoção
- e) ação e reação

**48. A competência interpessoal favorece aos integrantes de um grupo e ao relacionamento interpessoal satisfatório, quando exercidas tais atitudes como:**

- a) feedback, autocrítica, comunicação efetiva, conhecimento
- b) comunicação efetiva, controle emocional, autocrítica, afetividade
- c) feedback, afetividade, controle emocional, autoconhecimento
- d) comunicação efetiva, autocrítica, afetividade, autoconhecimento
- e) comunicação efetiva; feedback, controle emocional, autoconhecimento

**49.**O \_\_\_\_\_ refere-se à capacidade do indivíduo de conhecer a si mesmo, controlar suas emoções, administrar seus sentimentos, projetos, podendo assim construir um modelo de si mesmo e utilizar esse modelo a favor de si na tomada de decisões.

- a) relacionamento pessoal
- b) relacionamento intrapessoal
- c) relacionamento profissional
- d) relacionamento impessoal
- e) relacionamento egoísta

**50.**A expressão intrapessoal é a nossa relação com os nossos:

- a) mecanismos de defesa
- b) sonhos
- c) próprios sentimentos sejam eles, positivos ou negativos.
- d) padrões de comportamento
- e) medos e percepções



# Currículo do professor-autor

## **Menyr Antonio Barbosa Zaitter**

Formado em psicologia clínica pela Universidade Tuiuti do Paraná, pós-graduado em Métodos e Técnicas do Ensino Superior pela Universidade Tuiuti do Paraná, especialista em dependência química pela PUC-PR, especialista em Família, casal pelo Núcleo Canãan, Mestre em gestão de Saúde pela Universidade Del Mar (Chile).

Hoje atua como professor das Faculdades Santa Cruz, Coordenador Geral do Centro Psico Social do Departamento da Polícia Civil do Estado do Paraná e perito Criminal em Toxicologia do Instituto Médico Legal.

Autor dos livros "Por que o uso da Droga?" e "Drogadição - Drogas e Consequências".

## **Meilyn Hasenauer Zaitter Lemos**

Formada em Psicologia (CRP 08/08817) pela Universidade Tuiuti do Paraná, pós-graduada em Psicologia Clínica Hospitalar, junto à Universidade Federal do Paraná. Há 10 anos trabalhando na psicologia clínica em consultório e escolas, em atendimentos de crianças, adultos, casais e famílias, avaliação escolar, assessorias escolares e empresariais, palestras.

