





RELACIONAMENTO INTERPESSOAL

Psicóloga - Vanise Valiente



COMPETÊNCIA INTERPESSOAL

X

CONVIVÊNCIA HUMANA NAS RELAÇÕES
DE TRABALHO

Capacidade Interpessoal e Situacional

Habilidade de lidar de forma eficaz com os outros e de forma adequada às necessidades e exigências de cada situação.

RELACIONAMENTO INTERPESSOAL

Pontos Fortes

1. Competição
2. Independência
3. Flexibilidade
4. Autoconfiança

Pontos Fracos

1. Reação a *feedback*
2. Espontaneidade
3. Lidar com conflito
4. Resistência a estresse

RELACIONAMENTO INTERPESSOAL



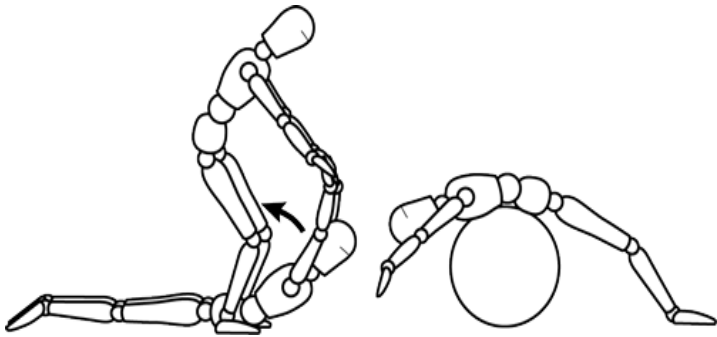
AUTOCONHECIMENTO

É importante refletirmos sobre nossas
facilidades e dificuldades...

Como fazer?

- ❖ Através de uma percepção acurada de si;
- ❖ Através dos outros, por meio de *feedback*.

RELACIONAMENTO INTERPESSOAL



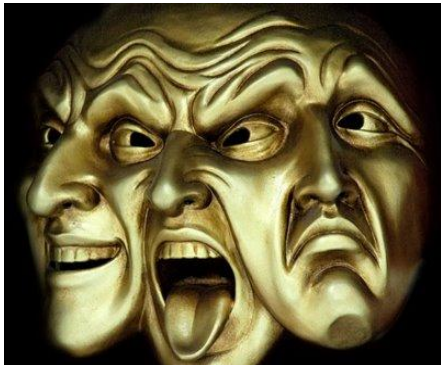
FLEXIBILIDADE

Habilidade de modificar seu ponto de vista e comportamento no grupo em função de *feedback* dos outros e dos objetivos a alcançar...

Como fazer?

- ❖ Ver a mesma situação de vários ângulos com formas criativas...

RELACIONAMENTO INTERPESSOAL



RELACIONAMENTO EM SI

Envolve questões emocionais e afetivas. As pessoas pensam, sentem e agem diferente...

Como fazer?

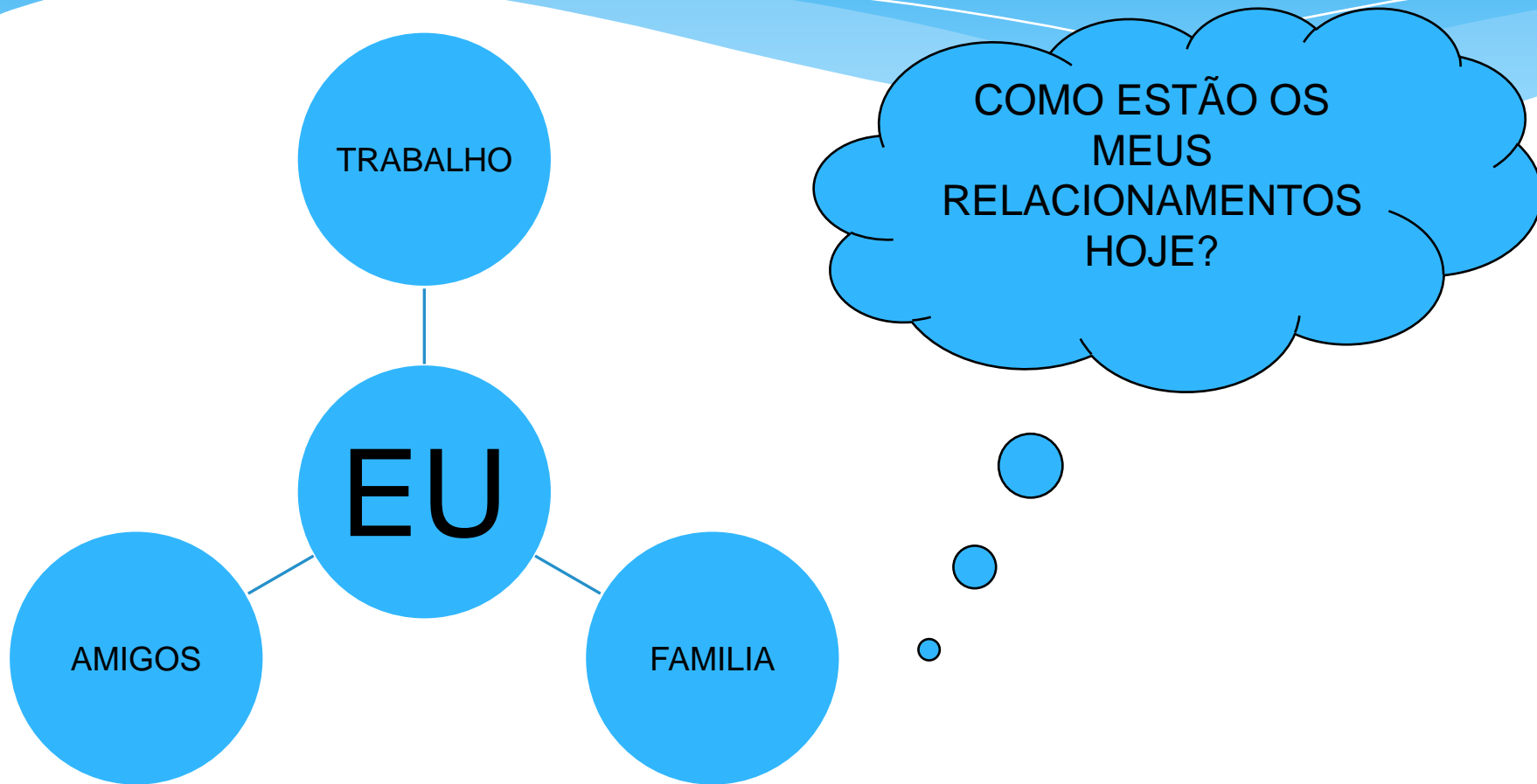
- ❖ Considerar os processos cognitivos e a relação afetiva...

Transferência de aprendizagem para a vida real

Difícil na dinâmica interpessoal, é a compreensão dolorosa de que algumas vezes nossas formas usuais não são adequadas, é preciso mudar para assumir riscos.

Quando houver confiança nos outros e na capacidade de dar e receber *feedback* poderá ocorrer tal situação.

REFLEXÃO!





Muito Obrigada!

vanisevaliente@hotmail.com

valientevr@gmail.com