

04

Como agir melhor diante um conflito

Transcrição

[00:00] Olha só o que aconteceu um dia na sala de aula da especialização que o Eduardo faz. O professor fez uma simples pergunta que gerou burburinho entre os alunos: o .Net conquistou seu espaço e superou o Java?

[00:12] Alguns alunos concordaram, outros não, teve um debate sadio. Acabou a aula, alguns amigos foram para o bar. Um colega do Eduardo, o Marcelo, estufou o peito e disse que a pergunta era sem sentido, que o Java era infinitamente superior. Aqui o intuito não é discutir quem está certo, é só um exemplo.

[00:50] Alguns amigos concordaram, outros, inclusive o Eduardo, discordaram. O clima esquentou. Não virou uma discussão, mas teve o ponto e contraponto. Resumindo, ficou um certo climão, porque foram opiniões diversas. Ficou estranho. Como lidar com isso? Porque no dia seguinte eles iam se encontrar novamente.

[02:00] O Eduardo chegou no dia seguinte e o pessoal continuou trabalhando, dando um bom dia fraco. O Eduardo vai reagir da mesma maneira? Não, o ideal é ser paciente. Imagine outra situação, alguma pergunta que pode gerar incômodo. Como vai ser sua reação depois? A tendência é ficarmos na nossa, esperando o tempo passar. Mas precisamos lembrar que a paciência é fundamental para evitar o clima ruim e entender o ponto de vista da outra pessoa.

[03:08] Outra coisa que o Eduardo pode fazer é chamar os colegas no canto, se o ambiente permitir, e explicar o ponto de vista dele, escuta o do colega. A empatia se aplica muito bem. Temos que tomar cuidado em assumir uma postura que sabe tudo, porque isso afasta os outros. Como queremos sempre trabalhar em um ambiente agradável, temos também esse papel de interagir, trocar ideias, sempre respeitando o ponto de vista. Na prática, isso nem sempre acontece, por mais óbvio que pareça.

[04:35] O Eduardo também começou a refletir o motivo da reação dele. No dia anterior, ele tinha brigado com a namorada, pegou trânsito. Aquela discussão foi o estopim para ele. O Eduardo também precisa prestar atenção nisso. Sabemos que durante o dia podem acontecer eventos que vão nos deixar tensos, ansiosos, mas precisamos separar as coisas. No trabalho, o Eduardo precisa estar focado, e se o ambiente com os colegas for bom, melhor ainda. Na próxima vez, o ideal é lembrar que antes de descontar algo em alguém, que ele reflita, entenda os sentimentos, para ir devagar e não descontar nos outros.

[06:00] Se acontecer isso de novo e ele não conseguir segurar, ele vai avaliar se poderia ter agido de forma diferente, vai chamar o amigo, pedir desculpa. Perceba que é uma atitude madura. Pedir desculpas nem sempre é uma tarefa simples, mas aqui estamos dispostos a buscar sempre a melhor maneira de lidar com as pessoas e com as situações do nosso dia.

[06:52] Se o pedido de desculpas foi sincero, tudo ótimo. Agora, se o amigo do Eduardo pensar que o pedido não foi sincero, vai continuar acontecendo o clima ruim. Sempre que essas situações acontecerem, lembre-se dos dois lados. Assim começamos a entender também o que está por trás do nosso comportamento. Pedir desculpas sinceras e aceitá-las é uma das maneiras mais legais de manter o ambiente saudável. Tiramos as armaduras e começamos a agir melhor com as pessoas.