

Carmen Lúcia Cardoso

HABILIDADES INTERPESSOAIS

OBJETIVOS

- ✖ Identificar e desenvolver habilidades que você já possui nas relações com as pessoas e que as vezes você usa sem perceber.
- ✖ Ficar atento a aspectos importantes na relação com os pacientes e que passam despercebidos.
- ✖ **Habilidades técnicas** – necessárias à prática diária, específica da área da saúde.
- ✖ **Habilidade interpessoais** – habilidades entre pessoas – permite se relacionar de forma construtiva com o outro – usadas diariamente por todos.

HABILIDADES INTERPESSOAIS

- ✖ São passíveis de serem aprendidas.
- ✖ Aprendizagem informal e assistemática - as relações que estabeleceram conosco determinam as relações que vamos estabelecer com outros.
- ✖ Somos seres dinâmicos, com direito e capacidade para mudarmos.
- ✖ De maneira respeitosa, afetiva, carinhosa, aceitativa, próxima...
- ✖ De maneira autoritária, crítica, desrespeitosa, invasiva e distante, impaciente, apressada e automatizada...
- ✖ No geral, inicialmente os alunos são bons em HI - Sensibilidade

HABILIDADES INTERPESSOAIS

- ✦ **INTUIÇÃO** – está presente em todos os momentos de nossa vida e nem sempre valorizamos, ou percebemos. Capacidade de escutarmos a nossa voz interior – escutar a nossa própria pessoa. Nas primeiras relações com o paciente fica na dúvida quanto ao que falar e fazer – inesperado.
 - ✦ Exemplo – Posso fazer uma brincadeira? Devo contar a história de um outro paciente? Posso contar-lhe uma experiência que tive semelhante a dele?
 - ✦ **Sem regra** – parte das respostas está dentro de nós mesmos. Escutar a nós mesmos, sem explicações, justificativas e sem perguntarmos por que. Mais importante quando tem pessoas ditando o contrário.
- ✦ **CAUSA E EFEITO** – Nos perguntarmos, sempre que possível:
 - ✦ Quais os efeitos que estou causando sobre essa pessoa?
 - ✦ Quais os efeitos que essa pessoa está causando em mim?
 - ✦ Sempre nos influenciamos mutuamente, cada gesto, palavra, postura tem efeito sobre o outro.

HABILIDADES INTERPESSOAIS

- ✦ Escutar os relatos
- ✦ Observar a maneira como o paciente faz o relato
- ✦ Só depois decida se é necessário encaminhar o paciente para um psicólogo ou psiquiatra
- ✦ Considerar o seu valor como ser humano.

HABILIDADES INTERPESSOAIS

- ✦ **Respeitar** – valorizá-lo pelo fato de ser como ele é.
- ✦ **Aceitar** – acolhê-lo, sem restrições. Aceitá-lo incondicionalmente
- ✦ **Ser empático** – ser capaz de se colocar no lugar do outro, imaginando como seria viver aquela situação que o outro está vivendo.
- ✦ **Compreender** – as suas vivências tem um razão de ser, seja ela qual for.

ABORDAGEM INTEGRAL

- ✖ **Posturas Construtivas** – fazer e falar coisas com o paciente que vão deixá-lo melhor, aliviar tensão (acúmulo causa sintomas).
- ✖ **Posturas Destrutivas** – O profissional pode fazer mal ao paciente – “Saí mais tenso do que estava quando entrei para consulta”. Julgar, censurar, criticar e reprovar.

AJUDAR X FALTA DE CONHECIMENTOS

- ✖ Distância entre a teoria e a prática
- ✖ Prática – sintomas - medo, angústia, ansiedade, preocupação, sensação de incompetência de ter poucos conhecimentos.
- ✖ Muitos alunos não dividem seus sentimentos com outros alunos – se sentem diferentes, piores que os outros.
- ✖ Afeta o equilíbrio emocional dos alunos.
- ✖ Postura perfeccionista e de exigência interna (racional e irracional).
- ✖ Aprender a dizer **EU NÃO SEI**

PROFESSORES – AUTORIDADE

Modelos

- ✖ Admiração
- ✖ Características positivas
- ✖ Agradáveis
- ✖ Ser como eles
- ✖ Buscar aprender com eles
- ✖ Carregamos conosco
- ✖ Autoridade – valorização dos alunos, aponta pontos positivos
- ✖ Desenvolver senso crítico

Antimodelos

- ✖ Características incomodam
- ✖ Não gostamos do que falam ou fazem
- ✖ Desagradáveis
- ✖ Antipáticos
- ✖ Aprender com eles – não fazer
- ✖ Autoritário – o bom, o correto, o único que sabe das coisas, crítico dos alunos (falhas, desvalorização), auto estima.