



DESENVOLVER

Sempre uma reflexão autoral sobre desenvolvimento



Entre vozes e silêncios!

Gisela Fernandes Costa de Farias

"A palavra é a mais poderosa ferramenta do homem; se usada com sabedoria, pode curar e unir".
Santo Agostinho

Olá, colega!

Nesse nosso encontro, por meio da 6ª edição do Desenvolve News, convidamos você a refletir sobre um tema bastante significativo no nosso cotidiano: o poder da comunicação nos relacionamentos humanos.

Nós nos habituamos a estudar técnicas, ferramentas e métodos diversos para aprimorar nossa comunicação; no entanto, perdemos o hábito de refletir sobre o **real propósito da comunicação**. Quando nos permitimos entender esse verdadeiro propósito, percebemos que o segredo para estabelecer uma comunicação que enaltece o ser humano é o amor e interesse legítimo ao **eu interior ou ao "Nous"** que existe em cada pessoa.

O **"Nous"** pode ser entendido como a mente infinita e poderosa que coloca ordem no caos primordial, é a inteligência intuitiva, a parte da alma responsável pelo conhecimento dos primeiros princípios ou causas, um tipo de pensamento puro que transcende a percepção sensorial.



Hermes é um dos deuses grego olímpicos, filho de Zeus. Na mitologia ele é o símbolo do deus mensageiro.



Quando nos voltamos à nossa **"Essência"**, somos capazes de nos amar, nos respeitar e, assim, nos tornamos aptos a amar e respeitar o outro. Ao nos conectarmos com nossa **"Substância Existencial"**, passamos a amar o que somos na realidade em que estamos e, então, nos tornamos mais felizes e capazes de transmitir felicidade. É impossível estabelecer uma comunicação legítima, que eleve o ser, sem estar aberto ao **amor, ao respeito e anseio pelo belo, pelo bom e pela verdade**.

Os filósofos clássicos compreenderam que a comunicação é uma ponte que une mentes e corações, uma busca pela verdade e pela conexão autêntica entre os seres humanos, permitindo o desenvolvimento moral, intelectual e espiritual. Ela é um meio pelo qual compartilhamos conhecimentos, valores e experiências, buscando o bem comum e o entendimento mútuo.

Aristóteles descreveu a comunicação como a conexão entre seres cujas almas estão unidas em uma comunidade de razão e propósito.

Em sua obra “Retórica”, Aristóteles destaca a importância da capacidade argumentativa como ferramenta para difundir ideias verdadeiras e justas, sempre em prol do bem comum. A comunicação, para o filósofo, transcende a mera troca de palavras, sendo uma **ponte que une indivíduos, ideias e culturas**. Essa conexão profunda capaz de superar diferenças e construir a unidade, representa o encontro de mentes e corações em busca da verdade e do bem comum.

Infelizmente, desenvolvemos o hábito de buscar respostas rápidas, superficiais e automatizadas, impulsionados pelo ritmo acelerado do cotidiano. No estilo *TikTok*, estamos construindo uma dinâmica de mundo que não temos mais que 60 segundos para nos expressar e tomar decisões importantes.

Nossos antepassados nos transmitiram um rico legado de técnicas de comunicação que, com o passar do tempo, perdemos o hábito de usar. Eles nos ensinaram a compreender o mundo por meio da **meditação e contemplação**. Essas práticas milenares são as formas mais elevadas de construir relacionamentos sólidos na vida humana. Por meio delas, o homem é capaz de usar a razão em sua plenitude, buscar a verdade, as virtudes, apropriar-se do autoconhecimento, da ordenação interior e da conexão com o transcendente.



Pela meditação e contemplação, a alma - princípio vital que ordena o homem - se purifica, se ilumina e se fortalece. Quando as pessoas dedicam tempo à meditação e à contemplação, elas adquirem maior clareza mental, autocontrole e uma percepção mais profunda de si mesmas e dos outros. Assim, tornam-se aptas a vivenciar um diálogo que suplanta os interesses imediatos e os conflitos superficiais, elevando o nível de entendimento e respeito mútuo. Mas, quem tem tempo e interesse de praticar isso nos dias de hoje?

Vivemos nos atropelando correndo atrás de algo que nem sabemos claramente aonde vai nos levar. Experimentando um vazio existencial e espiritual, buscamos alívio em ansiolíticos e antidepressivos. Imersos numa pandemia ignorada de distúrbios mentais, com um bilhão de pessoas no mundo sofrendo de algum tipo de transtorno, como ansiedade, depressão, *Burnout* e vícios, seguimos, com 14% dos adolescentes com a saúde mental comprometida (OMS/22). Aprisionados na pandemia da obesidade, da insônia, do olhar fixo em telas, da hipocrisia, do conformismo, do automatismo e das imagens de palcos fascinantes que ocultam os bastidores, aplaudimos. Nosso país, campeão mundial em ansiedade. Será que é possível curar a alma imaterial com remédios e vícios em compras, sexo, medicamentos, drogas, jogos, status e poder?

Acostumamos-nos com a violência - mais de 60 mil homicídios por ano no Brasil - e com a corrupção desmedida em todas as áreas da vida, começando em casa, com pequenas falhas de caráter, seguindo nas escolas, no trabalho e na política. Traições, desonestidades, falta de ética, de moral, de pureza - a "mandragem" à brasileira é, para muitos, uma vantagem, coisa de esperto. Ser verdadeiro em meio a tanta hipocrisia é um desafio! Como estabelecer confiança e ter relacionamentos autênticos num contexto desse?



Construir relacionamentos autênticos exige o cultivo da confiança, do desenvolvimento de virtudes e do compromisso com a verdade. Envolve a formação de vínculos verdadeiros baseados na justiça e na busca pelo conhecimento, alicerçados na caridade e no respeito - princípios essenciais para o estabelecimento de conexões genuínas e profundas.



Heráclito de Éfeso, um filósofo grego pré-socrático, usou uma metáfora comparando a **comunicação com um fogo que ao mesmo tempo que aquece e ilumina o espírito, consome e transforma. Essa dinâmica incessante, característica do fogo, espelha a natureza fluida e transformadora da comunicação, que incita reflexões, desperta novas ideias e nos conecta com o mundo e a nós mesmos.**



REVERBERAR

Instigar para ecoar seu pensamento



"Mayday, Mayday, Mayday"

"E a morte, que é o encontro de duas eternidades, um pouco de nós mesmos, nós deixamos nas estrelas."

Em agosto deste ano, sofremos com um trágico acidente aéreo em Vinhedo/SP, que resultou na perda de 62 vidas. A aviação é reconhecida como o meio de transporte mais seguro do mundo, em função da menor taxa de acidentes fatais por quilômetro percorrido. Essa segurança é garantida pelo cuidado rigoroso com a manutenção dos equipamentos e pelo uso rigoroso de protocolos e cuidados contínuos nos treinamentos dos profissionais, com especial atenção ao sistema de comunicação.

Uma comunicação segura, precisa e clara é, indubitavelmente, uma das competências mais essenciais e críticas para a rede de tráfego aéreo global. Qualquer falha na comunicação, seja decorrente de erro humano ou falha técnica, pode resultar em consequências fatais.

Estudos impressionantes de Gawande, publicados nos livros - *Checklist: Como Fazer as Coisas Bem Feitas* e no livro *Errar é Humano: Construindo um Sistema de Saúde Mais Seguro* - do *Institute of Medicine (IOM)*, evidenciaram que **o número de erros médicos nos Estados Unidos é equivalente à queda de um avião por dia.** Demonstraram que ruídos na comunicação são os principais motivos para a maioria dos erros na área da saúde.

Uma comunicação negligente distorce a realidade e obscurece os caminhos para a solução de conflitos organizacionais. Em contrapartida, a comunicação clara e ética é uma ferramenta poderosa para solução de qualquer desafio.

A comunicação, como um espelho, reflete a alma de quem comunica. Para ilustrar os desfechos que uma comunicação negligente pode provocar, podemos exemplificar com a clássica brincadeira do "telefone sem fio". Quem nunca se divertiu ao ver como uma mensagem inicial se transforma em algo completamente diferente ao ser transmitida de pessoa para pessoa?

Apesar de ser uma diversão, essa brincadeira revela uma lição crucial para o estabelecimento de relacionamentos interpessoais sólidos: na comunicação deve haver sempre um ato de dignidade e nobreza, mesmo brincando.



Na agilidade, volatilidade e complexidade da dinâmica do mundo VUCA ou BANI, as falhas na comunicação, ilustradas pela brincadeira do "telefone sem fio", podem resultar em graves consequências, como instabilidades e perda da confiança organizacional.

Assim como nos acidentes aéreos, onde a falha na comunicação é fator determinante para o caos, no ambiente corporativo, a ausência de uma comunicação clara, responsável e cuidadosa pode levar a um clima negativo, repleto de desentendimentos, erros operacionais e, em casos extremos, comprometer a integridade e dignidade das pessoas.

O acidente de Vinhedo nos faz refletir sobre a importância da comunicação humanizada. Mesmo em ambientes rigorosos com uma comunicação precisa, crises acontecem. No entanto, em mensagens transmitidas com bondade, segurança, clareza, verdade e propósito, é visível a promoção do bem, mesmo no caos.

Na complexa rede de interações humanas, seja no "céu" ou na Terra, a comunicação é uma ponte que une, orienta e salva.

Em Comunicação Não-Violenta, Marshall Rosenberg propõe que, para uma comunicação eficaz, devemos observar os fatos sem julgamentos, identificar nossos sentimentos e conectá-los às necessidades subjacentes. Ele enfatiza que **as necessidades humanas universais, que fundamentam nossos sentimentos, não são diretamente influenciadas pelas ações dos outros, mas pelas nossas próprias necessidades conscientes ou não.** Rosenberg também destaca que, para uma comunicação eficaz, é necessário formular pedidos claros e específicos, com base em ações concretas, além da prática da empatia e da escuta ativa. Manter uma comunicação honesta e autêntica, sem culpas ou críticas, é essencial. **Quando a comunicação é transparente, empática e respeitosa, ela fortalece os vínculos interpessoais, evita mal-entendidos e promove um ambiente mais produtivo e harmonioso.**





REFLETIR

Inspiração para vivenciar



Anos atrás, na época de Downton Abbey, um conceituado capitão achava-se na ponte de comando de um navio de guerra britânico, assistindo ao pôr do sol no mar. Reza a história que o capitão estava prestes a descer para o jantar quando um vigia de repente anunciou:

“Uma luz, senhor. A três quilômetros, exatamente à nossa frente.”

“Ela está parada ou se movendo?” perguntou

“Parada, capitão.”

“Então, envie uma mensagem para aquele navio”, ordenou rispidamente o capitão. ‘Diga a ele o seguinte: ‘Vocês estão em rota de colisão. Alterem seu curso em 20 graus’.

A resposta, vinda da origem da luz, chegou momentos depois: “É aconselhável que vocês alterem seu curso em 20 graus.”

O capitão sentiu-se insultado. Não apenas sua autoridade estava sendo desafiada, mas isso estava acontecendo diante de um marinheiro subalterno!

“Envie outra mensagem”, rosnou o capitão. “Somos o HMS Defiant, um navio de guerra de 35 mil toneladas da classe encouraçado. Mude seu curso em 20 graus’.”

“Magnífico, senhor”, foi a resposta. Sou o marinheiro de segunda classe O'Reilly. Mude seu curso imediatamente.”

Enfurecido e com o rosto vermelho, o capitão gritou: “Somos a nau capitania do Almirante Sir William Atkinson-Willes! MUDE SEU CURSO EM 20 GRAUS!”

Fez-se um momento de silêncio antes que o marinheiro O'Reilly retrucasse: “Somos um farol, senhor.”

Trecho do livro: *Agilidade Emocional*
Susan David, Ph.D





EXPANDIR

Seus horizontes



"A comunicação eficaz não é apenas sobre transmitir informações, mas também sobre criar um ambiente onde as pessoas se sintam valorizadas e compreendidas."

Stephen Covey



Livro

Os Quatro Compromissos: Um Guia Prático para a Liberdade Pessoal de Don Miguel Ruiz. O livro promove uma visão de vida em que a comunicação é essencial para a harmonia interior e o entendimento mútuo. Ele convida os leitores a refletir sobre a natureza da comunicação, o valor da palavra e a responsabilidade de se comunicar com honestidade, clareza e respeito ao outro.



Poesia: Ode à alegria!

Friedrich Schiller

Ó, amigos, mudemos de tom!
Entoemos algo mais prazeroso
E mais alegre!

Alegria, formosa centelha divina,
Filha do Elíseo,
Ébrios de fogo entramos
Em teu santuário celeste!
Tua magia volta a unir

O que o costume rigorosamente dividiu.
Todos os homens se irmanam
Ali onde teu doce vôo se detém.

Quem já conseguiu o maior tesouro
De ser o amigo de um amigo,
Quem já conquistou uma mulher amável
Rejubile-se conosco!

Sim, mesmo se alguém conquistar apenas uma alma,
Uma única em todo o mundo.
Mas aquele que falhou nisso
Que fique chorando sozinho!

Alegremente, como seus sóis voem
Através do esplêndido espaço celeste
Se expressem, irmãos, em seus caminhos,
Alegremente como o herói diante da vitória.

Abracem-se milhões!

Envie este beijo para todo o mundo!
Irmãos, além do céu estrelado
Mora um Pai Amado.

Milhões, vocês estão ajoelhados diante Dele?
Mundo, você percebe seu Criador?
Procure-o mais acima do Céu estrelado!
Sobre as estrelas onde Ele mora!



Filme

Minha Amada Imortal (1994
de Bernard Rose)



Links



Vídeo

COMUNICAÇÃO EM AMBIENTE DE



TRABALHO



Música

Ode To Joy de Beethoven (9ª sinfonia).





CONECTAR

Histórias, relatos, encantos, alívios



“ A comunicação é a chave para a saúde mental e a felicidade no trabalho. Quando as pessoas se sentem ouvidas e compreendidas, o ambiente de trabalho se torna mais saudável e produtivo. ”

Patrick Lencioni

Palestra Semana do Servidor

TJGO

Saúde Mental no Serviço Público:

Desafios e Soluções

clique aqui



Sugestões



Superintendência da Escola de Saúde de Goiás / SESG
Gerência de Desenvolvimento de Pessoas / GEDP
E-mail: gedp.escoladesaude@goias.gov.br