

RELACIONAMENTOS

A Qualidade de seus Relacionamentos
Determinam a Qualidade de sua Vida

“Se todas as coisas forem iguais, as pessoas trabalharão com aquelas que gostam. Se tudo for diferente, elas ainda assim irão”
- John C. Maxwell

VÍDEO - Clique aqui

ÁUDIO - Clique Aqui

Com qual ação você se comprometeu na semana passada? Quais foram os resultados?

INSIGHT

Instruções: Revezem-se lendo os parágrafos abaixo. Ao ler, grife as ideias que chamam sua atenção.

A maioria das grandes experiências da vida - aquelas que ressoam em nossos corações e mentes - envolvem outras pessoas. Raramente nós as experimentamos sozinhos. E mesmo quando o fazemos, nossa primeira inclinação é compartilhá-las com os outros.

Pense nas experiências mais importantes da sua vida, picos mais altos, nas maiores vitórias, nos mais intimidadores obstáculos superados. Quantos deles aconteceram com você sozinho? Provavelmente muito poucos. Quando você entende que estar conectado com outros é uma das maiores alegrias da vida, percebe que o melhor da vida acontece quando você inicia e investe em relacionamentos sólidos.

Poucas coisas na vida são mais importantes que as pessoas e nossos relacionamentos com elas. A qualidade de nossos relacionamentos afeta todas as áreas de nossas vidas. Por essa razão, devemos fazer tudo o que pudermos para criar relacionamentos sólidos e positivos. Aqui estão algumas coisas para se manter em mente quando você fizer isso:

A Confiança é a Fundação de Qualquer Relacionamento. Desenvolver a confiança é como criar a fundação de um edifício. Leva tempo e esforço. Mas, se for bem feito, o prédio que está sobre ele é sólido. Podendo resistir a tempestades e terremotos.

Cada Pessoa ou Levanta outros ou os Coloca para Baixo. As pessoas são as fontes de nossas maiores alegrias e nossos maiores desafios. É por isso que John C. Maxwell ensina o Princípio do Elevador, que diz: “Podemos levantar as pessoas ou derrubar as pessoas em nossos relacionamentos”. Quando ajudamos e encorajamos a outros, nós os levantamos. Nós somamos às suas vidas. Nós os tornamos melhores. Quando somos negativos e egoístas, derrubamos as pessoas. Todos os dias, nós podemos escolher qual dos dois seremos.

Acreditar no Melhor das Pessoas Geralmente Extrai o Melhor das Pessoas. Cada um de nós tem uma escolha na vida. Podemos ver o pior nas pessoas e basear o nosso tratamento com elas em baixas expectativas, ou podemos escolher ver o melhor nelas e tratá-las de acordo.

É verdade que na vida nos desapontamos uns com os outros. Todo mundo se machuca. Todo mundo tem sua confiança mal aproveitada. Mas as nossas decepções do passado não precisam colorir nosso futuro. Podemos e devemos tentar

construir relacionamentos sólidos, começando com as pessoas mais próximas e mais importantes para nós - nossa família - e irradiando a partir daí.

BENEFÍCIOS

Quando você desenvolve bons relacionamentos com as pessoas, experimenta os seguintes benefícios:

1. Você vive em paz com ou outros.
2. Você desenvolve uma sólida rede de pessoas que desejam o melhor para você.
3. Você experimenta a satisfação de atender as necessidades do outro.
4. Você experimenta a harmonia de ser tratado tão bem como trata os outros.
5. É mais provável que você receba apoio dos outros quando precisar.

PASSOS A SEGUIR

1. **Coloque os outros em Primeiro Lugar.** John C. Maxwell nos lembra de que toda a população do mundo - com uma pequena exceção - é composta de outras pessoas. Se mantivermos essa perspectiva, isso nos ajudará a lembrar de colocar as outras pessoas em primeiro lugar. Nesta semana, concentre-se em servir os outros e colocar suas necessidades à frente das suas.
2. **Procure Compreender os outros antes de Ser Compreendido.** Outra lição ensinada por John é o Princípio da Troca, que diz: "Em vez de colocar os outros em seu lugar, devemos nos colocar no lugar deles". Como você faz isso? Ouvindo e trabalhando com afinco para entender o ponto de vista da outra pessoa, em vez de tentar fazê-la entender o seu. Esta semana, torne seu objetivo falar menos, ouvir mais e entender os outros.
3. **Repare um Relacionamento Desfeito.** Se você tem um relacionamento desfeito, você precisa fazer tudo o que puder para repará-lo. Isso geralmente requer que você dê o primeiro passo. Faça algo para alcançar alguém com quem você possa ter errado, ainda que o colapso do relacionamento não seja inteiramente sua culpa. Quando você faz dos bons relacionamentos uma prioridade, às vezes é preciso dar o primeiro passo para reconstruí-los. Peça desculpas por sua contribuição para o problema e seja aberto e perdoe, mesmo que a outra pessoa não corresponda da mesma maneira.

REFLITA E RESPONDA

Escolha algo que você grifou que chamou sua atenção. Gaste um minuto para dizer a todos o que você escolheu e por que é importante para você.

AVALIAÇÃO E AÇÃO

Complete a seção de autoavaliação abaixo.

Numa escala de 1 a 10, avalie quão bem você demonstra essa qualidade em sua vida.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Por que você se deu essa nota?

Quais benefícios você receberia melhorando essa nota?

Quem você conhece que exemplifica essa qualidade? O que você mais admira nessa pessoa?

Que ação específica você pode tomar imediatamente para melhorar sua nota?

Reserve um minuto para compartilhar suas respostas da seção de autoavaliação, incluindo o passo que você dará para melhorar nessa área. Todos são convidados a participar.