



06

## O que está por trás da antipatia

### Transcrição

[00:00] Este é o Eduardo. Ele está super feliz porque conseguiu se matricular em um curso de especialização onde ele vai estudar gestão de projetos. No primeiro dia de aula, ele foi até a sala, o professor se apresentou, explicou como tudo vai funcionar, e pediu para que os alunos se apresentassem e falassem suas expectativas com relação ao curso. O Eduardo se apresentou e disse que espera aprender coisas práticas para facilitar o trabalho dele em relação aos times. Outros alunos também se apresentaram, mas o Júlio chamou a atenção do Eduardo: “olá, eu sou o Júlio. Sou autodidata, gosto de estudar. Embora eu acredite que já aprendi tudo que vou ver neste curso, preciso fazê-lo porque quero trabalhar no exterior e preciso do certificado que comprove meu conhecimento”.

[01:06] Em nenhum momento o Júlio direcionou a comunicação dele para o Eduardo ou para qualquer aluno da sala, mas foi o suficiente para ele pensar que o cara se acha demais.

[01:27] Este exemplo foi justamente para ilustrar como a antipatia pode surgir. Às vezes é porque a pessoa direcionou a você, falou algo que te incomodou. Ou às vezes estamos em um ambiente e a pessoa disse algo que você não gostou.

[02:00] No dia a dia, muitas vezes já geramos antipatia para com uma pessoa. A ideia deste curso é nos despertar a ver o que está por trás do nosso comportamento. Precisamos aprender a lidar com os diferentes tipos de pessoas que estão por aí.

[02:28] O Eduardo começou a pensar. Quando falamos de antipatia, muitas vezes ela está ligada a um mecanismo de defesa que temos. Às vezes tivemos experiências anteriores que criam um clique para nos afastarmos das pessoas. Por exemplo, no caso do Eduardo, a galera adorava tirar sarro dele quando tinha prova, porque ele estudava muito e ia mal. Perceba que tem relação com o Júlio. Embora o Júlio não tenha falado nada, ainda assim a característica de se auto afirmar o lembrou dessa experiência.

[03:40] Vale a pena lembrar também que isso tudo pode variar de pessoa para pessoa. Pode ter alguém que seja muito zoadado e siga a vida normal. Outras podem ficar chateadas. Falando sobre isso também, o Eduardo já trabalhou com profissionais que atuaram no Vale do Silício. É o auge, o cara tem que ser muito bom para trabalhar lá. Muitas vezes essas pessoas eram extremamente humildes, ofereciam ajuda. Ele começou a observar que elas são tão inteligentes, mas não ficam se auto afirmando. A humilde é um dos valores que ele tem com ele. Toda vez que ele vê alguém arrogante, presunçoso, ele se afasta, porque as ideias não batem. Com isso entendemos o que está por trás dos nossos valores e porque temos antipatia ou afinidade com alguém.

[05:17] Perceba que muitas vezes fazemos isso intuitivamente. Não paramos para pensar nos motivos. Fizemos esse exercício porque queremos identificar o que está por trás da antipatia. Toda vez que você conhecer alguém e já pensar que não gosta da pessoa, comece a buscar nas suas memórias o motivo. Às vezes precisamos dar uma segunda chance.

[06:05] No caso do Eduardo, ele começou a observar que o Júlio tenta ser sempre o melhor, que as ideias dos outros não são legais para ele. O Eduardo começou a pensar no que fazer. A única alternativa seria aprender a lidar melhor com isso.

[06:45] No próximo vídeo, vamos ver quais são as alternativas que o Eduardo pode usar para lidar com o perfil diferente do Júlio.

