

**Quando se consegue entender que o outro é um indivíduo, com o direito a ter opiniões e sentimentos próprios, o relacionamento humano se torna mais empático.**

estranha sensação de felicidade. Aliás, Jorge também sabe que a bagunça que faz é errada, mas adora quando ouve as risadas dos colegas. Como é que pessoas que estão buscando a mesma coisa não conseguem se aproximar?

“Quando as diferenças, as divergências se tornam intransponíveis, ou quando aquilo que o outro apresenta (a maneira de agir, a imposição de hierarquias) é tão incômodo, a violência física ou verbal ocorre”, explicou Camila Goytacaz, escritora e facilitadora da CNV (Comunicação Não-Violenta), teoria elaborada por Marshall Bertram Rosenberg, que tem o objetivo de aprimorar a nossa linguagem, de forma a falarmos sem esconder as emoções.

O método, aliás, propõe um diálogo com o outro numa relação em que todos ganham. Afinal, quando se consegue entender que o outro é um indivíduo, com o direito a ter opiniões e sentimentos próprios, o relacionamento humano se torna mais empático. Por isso, esse processo de comunicação parte do princípio de “como eu me sinto”.

“Em casos de bullying, por exemplo, tentamos sair desse olhar de vilão e vítima, agressor e agredido, e olhar os envolvidos como duas pessoas que estão buscando a mesma coisa de jeitos diferentes a partir de

seus recursos”, continuou a especialista.

#### » **Diálogos.**

O ambiente escolar é competitivo, nele, costumeiramente, só há espaço para os melhores, que vão de fato brilhar. Assim, nessa luta pela sobrevivência, quando nos sentimos ameaçados, a defesa vem na forma de ataque.

“Não podemos dizer, com certeza, que a tolerância e o respeito pelo próximo diminuiu. Mas, certamente estamos lidando com gerações acostumadas com a satisfação imediata das necessidades/desejos e a ser o centro das atenções, cujos pais têm enorme dificuldade de impor limites de frustrá-los, o que pode levar a conflitos. Sendo assim crianças e adolescentes estão com dificuldade maior de ouvir o outro que pensa diferente, de considerar outro ponto de vista, de ceder e adiar o prazer”, afirmou a diretora pedagógica Beatriz Bastos de Carvalho, do colégio Jardim das Nações, de Taubaté, que trabalha Inteligência Emocional como proposta pedagógica.

Segundo ela, inteligência emocional é “saber identificar e lidar de forma respeitosa com seus sentimentos e com os sentimentos dos outros. É uma habilidade e uma ferramenta muito poderosa, especialmente

