

Como fazer quando não bate o santo...



Sim, “não ir com a cara” de outra pessoa acontece e com mais frequência do que gostaríamos. E pode atrapalhar no trabalho e na vida emocional e social.

Porque existem certas pessoas causam uma imediata rejeição, embora nunca a tenhamos visto no vida e a simples aparição dessa pessoa gera um sentimento de repulsa que não somos capazes de entender mas incomodam e muito!.

Segundo José Manuel Sánchez Sanz, diretor do Centro de Estudos de Coaching de Madri (Espanha), essa “flechada” negativa funciona como “um mecanismo de sobrevivência que nos põe em alerta diante de circunstâncias que nosso cérebro tem catalogadas como perigosas ou ameaçadoras”. Portanto é preciso prestar atenção e não descartar imediatamente a repulsa e tentar enxergar além pois a reação, quando não queremos essa pessoa por perto, é como se estivéssemos evitando um dano físico ou psicológico posterior.



Mas... como alguém sobre quem não temos nenhuma informação pode ser uma ameaça? Para Sánchez Sanz, trata-se de sinais que a outra pessoa emite e evocam em nós lembranças de experiências ou de outras pessoas desagradáveis com as quais tivemos contato em outro momento de nossas vidas.

Outro elemento que se deve levar em conta é se a pessoa “combina” ou não com o ambiente. Não no sentido decorativo, mas contextual: uma imagem que destoe da que estamos esperando em uma determinada situação pode causar rejeição por violar uma norma implícita.

Pense nisso quando acontecer com você... analise antes em qual das situações de rejeição a pessoa se encaixa: se é algo desagradável do passado, alguém parecido no presente, ou mesmo a surpresa por não ser o que você esperava. Dessa maneira, é mais fácil, se for o caso, tentar entender a pessoa e – porque não – reverter a situação para algo mais positivo..