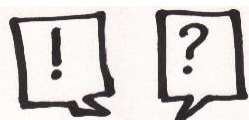


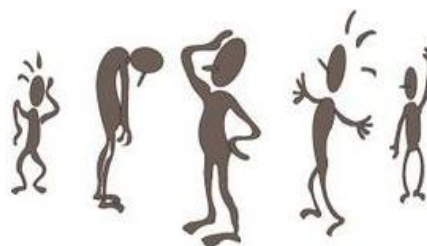
A Reinterpretação Conduz a Uma Relação Mais Íntima com o Parceiro



Quando você comunica com o parceiro íntimo, devido à existência de uma relação estreita, demonstra, muitas vezes, falta de respeito na conversa. Ao longo do tempo, esta forma de comunicação é natural e é considerada uma forma correcta, o que causará mal-entendidos.

Quando a mulher dá a solução para um problema ao marido, “Tu não acreditas na minha capacidade!” é a resposta dada pelo marido à mulher. Quando o marido está numa missão oficial e não telefona à mulher, o marido diz à mulher: “Tenho de te telefonar a cada cinco minutos?”. Quando a outra parte informa que ele(a) próprio(a) está doente, ele(a) responde: “Se tu estás doente tens que ir ao médico! Porque me procuraste?”.

Embora a linguagem seja uma ferramenta que consta dos pensamentos, os pensamentos não podem ser expressos plenamente. Em relação à parte dos pensamentos que não pode ser expressa, as pessoas usarão os seus próprios pressupostos para preencher e interpretar posteriormente o significado



das palavras. Devido à influência da forma de expressão da linguagem, tendemos a usar pressupostos negativos para interpretar as palavras.

A programação neurolinguística (PNL) defende que qualquer comportamento tem um motivo positivo, incluindo o motivo que está por detrás das palavras. De acordo com esta posição, “prestar-se atenção ao objectivo ou propósito que está por detrás das palavras” é mais construtivo e eficaz do que “prestar-se atenção somente às respostas expressamente incompletas”.

Quando ouve novamente as palavras do seu parceiro com suspeita de ataque, reclamação e culpa, deve parar e pensar nas intenções positivas por detrás das críticas, e posteriormente, expondo essas intenções de forma positiva, pode redefinir as palavras da outra parte. Quando pensamos assim, percebemos que a solução dada pela

mulher, por detrás tem apenas o objectivo de prestação de alguma ajuda e apoio; a outra parte queixa-se de que não atendeu o telefone, só expressou as saudades que está a sentir; e quando ele(a) está doente, procura-a(o) a si em vez de um médico, a convicção por detrás é que ele(a) pensa que é a pessoa em quem mais pode confiar.

Observar os motivos positivos por detrás das críticas, reconhecer a boa vontade por detrás das palavras, tornará certamente a relação mais forte.

-- O presente texto foi cedido pelo Centro de Formação Programação Neurolinguística de Macau