

(...)

**"Não agrida seus amigos e sua família**

Mesmo quando estamos com a razão, não ganhamos nada entrando em conflito com as pessoas a quem amamos. Por um lado, essas pessoas são muito mais importantes do que o assunto que causou o conflito. Por outro, quando somos agressivos ao defender nossos pontos de vista, o interlocutor sente-se tão acuado pela nossa forma de falar que nem consegue prestar atenção no que estamos dizendo.

Seria ótimo ter sempre razão, não é?

Adam é dono da verdade, tem sempre razão. Pelo menos, ele acha que sim. Seja uma pergunta simples de cultura geral ou a melhor maneira de preparar uma macarronada, Adam sempre tem a resposta. Quando alguém da família não concorda com ele em relação a qualquer coisa, Adam inicia um interrogatório. Ele pede à pessoa que lhe diga por que discorda dele e tenta flagrá-la em alguma contradição. Suas perguntas parecem-se com as que os advogados dirigem às testemunhas pouco confiáveis quando querem que elas admitam seus erros. Adam vence na maioria das vezes. Ele quase sempre consegue uma admissão de culpa de suas testemunhas. O problema é que o interlocutor de Adam não é um criminoso em um tribunal, mas um amigo ou parente que tem uma opinião diferente. A argumentação de Adam é tão agressiva que alguns amigos chegaram à conclusão de que simplesmente não vale a pena discordar dele, e outros concluíram que não vale a pena sequer conversar com ele, pois nunca se sabe quando um assunto vai virar uma controvérsia. Adam vence todas as pequenas batalhas, mas perde a oportunidade de aproveitar a companhia das pessoas de quem gosta.

As críticas contínuas nos relacionamentos diminuem a felicidade em até um terço.

Pesquisa efetuada por O'Connor, 1995.

Do livro: Os 100 segredos das pessoas felizes.  
Editora Sextante.  
Autor: David Niven, Ph.D.,cientista social e psicólogo.