

**UNIVERSIDADE CATÓLICA DE PERNAMBUCO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU EM PSICOLOGIA
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO**

**O SENTIMENTO DA VERGONHA: UM ESTUDO TEÓRICO COM
ILUSTRAÇÕES CLÍNICAS
Elizabeth da Costa Carvalho**

Recife, abril de 2008

Elizabeth da Costa Carvalho

O sentimento da vergonha: um estudo teórico com ilustrações clínicas

Dissertação apresentada ao programa de pós-graduação *Stricto Sensu* em psicologia, da Universidade Católica de Pernambuco – UNICAP, como parte dos requisitos para a obtenção do título de mestre em psicologia clínica.

Mestrando: Elizabeth da Costa Carvalho

Orientador: Zeferino Barbosa Rocha

**UNIVERSIDADE CATÓLICA DE PERNAMBUCO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU EM PSICOLOGIA
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO**

O sentimento da vergonha: um estudo teórico com ilustrações clínicas

Elizabeth da Costa Carvalho

Dissertação defendida e aprovada pela Banca Examinadora composta pelos seguintes professores:

Prof. Dr. Zeferino de Jesus Barbosa Rocha (presidente)

Prof. Dr. Edilene Freire Queiroz (titular interno)

Prof. Dr. Glória Maria Monteiro de Carvalho (titular externo)

Dissertação aprovada no dia 02/04/2008, no Departamento de Pesquisa e Pós-graduação da Universidade Católica de Pernambuco – UNICAP.

INTRODUÇÃO

Escutar é uma arte que ao longo dos séculos vem, não só promovendo a comunicação entre as pessoas, mas oferta também bálsamos, alívio e significado as dores. Como fazer da arte de escutar um ofício? Como lidar com os desafios que os fios da palavra humana nos lançam? Talvez apenas ouvir somado a sensibilidade e a aceitação forneça o que, em verdade, podemos chamar de escutar.

O psicólogo é um artista que, através da escuta, penetra o labirinto dos sentimentos. Um universo fértil, diverso e, por vezes, inexplicável. Como compreender o significado daquilo que reside atrás das palavras? Como escutar as dores de alguém que fala sem saber o que diz e ajuda-la a dar nome àquilo que sente? Tentando, eis a única resposta que me parece cabível.

Foi no universo do ouvir sensível e aceitativo que começou a surgir em mim uma interrogação que não mais me deixava em paz. Uma interrogação que atravessava a minha escuta e me pedia um nome. Fui apresentada a este sentimento através do relato das dores de quem não conseguia, em seu modo de conceber, atender as exigências mínimas para ser aceito. Sofrentes que me falavam de sua impossibilidade de conviver com seus semelhantes se vendo “de igual para igual”. Pessoas que não podiam, apesar de seus esforços, olharem-se com amor. Vidas esmagadas pela não crença em uma mudança de si e em si. Via-me também esmagada pela desesperança, pela impossibilidade de tentar ajudar àqueles que não acreditam em suas potencialidades, estraçalhada pela ausência de oportunidades, mas eu precisava ao menos, de um nome! Foi por e através dele que viagem até aqui!

Iniciei a minha jornada tentando entender este sentimento que fazia com que as pessoas julgassem-se sem possibilidade de perdão. Descobri vários de seus intermediários, assessores diretos e indiretos. As tradições, os costumes e os hábitos foram os primeiros emissários. Pistas que me mostravam o quanto este senhor era antigo e rigoroso. Norteadores para o agir humano, regras, leis, hábitos, costumes e tradições. Para conhecer melhor estes aferidores que faziam as pessoas sentirem-se aceitas ou não, pedia a ajuda de novos amigos, o Direito, a Antropologia e a História. Pude perceber que norteadores para o agir humano são tão antigos quanto a nossa espécie e mais, percebi que eles não só conduzem o homem a um determinado fim mas prestam-se também a lhes dizer como.

Entendi que percorrer trajetos específicos e da forma como eles indicavam gera sentimentos como o orgulho e o sentimento de pertencimento. Vi que caminhar por outras estradas numa passada diferente também. Descobri que o nome que eu procurava encontrava-se neste segundo tipo de trajeto, mas haviam tantos nomes associados a ele. Nomes que se sobrepunham uns aos outros, que se fundiam e confundiam. Foi então que decidi compreender melhor estes nomes, para talvez assim, encontrar aquele que eu procurava.

Nomes que estavam diante de mim. Embaraço, humilhação, vergonha, sentimento de inferioridade? Quem tu és? Mostra-me a tua face! Quem te abriu a porta, cavaleiro sem rosto? Foi a sociedade? Minha família? Meus amigos? Eu mesmo? Quem? Entendi então que a obediência ou não, aos padrões socioculturais gera emoções que são denominadas emoções sociais. Entre elas, encontra-se o sentimento da vergonha alvo principal desta pesquisa. Por este motivo inicialmente faremos algumas reflexões a respeito das características das culturas da vergonha, com o intuito de melhor circunscrever os elementos nela envolvidos e a sua ligação com os costumes, as tradições e os valores. Como representantes indiscutíveis de culturas da vergonha, utilizamos os exemplos dos Samurais e dos Gregos antigos. Na parte final do capítulo, ainda no sentido de circunscrever as variáveis envolvidas na origem do sentimento da vergonha, foi dada atenção especial a este sentimento e a sua ligação com o social e com a família.

Abri os olhos e estava diante de todas aquelas pessoas que antes se apresentavam como degradadas. Elas estavam belas, resplandecentes, perfeitas! Estava diante do narcisismo e, para entendê-lo melhor, busquei o auxílio da psicanálise. Sobrevoei castelos, encontrei muitos reis e rainhas em bailes perfeitos. Até cada uma dessas pessoas tropeçarem!

Umias tropeçaram na pedra da posição social que lhes era negada, outras no ridículo de não desempenharem bem alguma coisa. Mais alguns, esbarraram em pessoas mais bonitas e de reinos mais abastados. Outras ainda, viram-se na muralha do não atendimento às expectativas daqueles que mais amavam. Todas tropeçaram e caíram, assim como eu, na constituição de nós mesmos.

Através da constituição do Eu, pude ir compreendendo paulatinamente o peso do olhar do Outro na construção de nossa auto-imagem e a relação da imagem que fazemos de nós mesmos com a credibilidade que depositamos em nós.

Vergonha, eis o teu nome! Ao descobrir como se chamava aquilo que me descreviam, passei também a perceber suas múltiplas formas de expressão, o seu poder na vida das pessoas e a sua ligação com algumas formas de sofrimentos encontrados na atualidade. Como as interrogações que surgiram em mim vieram da escuta clínica com pessoas acima do peso ou que apresentavam alguma dificuldade relativa ao comer e ou a imagem ligada as formas do corpo, resolvi utilizar o conhecimento auferido ao longo do trajeto para refletir sobre aquilo que haviam me dito. Para tal, servi-me de fragmentos, pequenos testemunhos e desabaços. Agora sabia seu nome, conhecia alguns dos personagens que lhe haviam aberto a porta, via suas diversas faces então, resolvi partir novamente!

CAPÍTULO PRIMEIRO: PROLEGÓMENOS AO ESTUDO DO SENTIMENTO DA VERGONHA

Os valores, as tradições e os costumes influenciam o comportamento humano desde os primórdios de nossa história. As regras de conduta auxiliam o homem a construir a sua subjetividade e possibilitam que os humanos vivam em comunidade e em harmonia entre si.

O estudo dos fenômenos psicológicos envolve também o conhecimento de outras áreas das ciências humanas, no sentido de ligar os comportamentos individuais ao seu contexto sociocultural. Várias são as ciências humanas que estudam a influência dos costumes, das tradições e dos valores sobre o comportamento humano. Para melhor compreender a extensão desta influência, inicialmente comentaremos algumas teorias do Direito, da Antropologia e da História que articulam o comportamento humano à tradição, aos valores e aos costumes.

A obediência ou não, aos padrões socioculturais gera emoções que são denominadas emoções sociais. Entre elas, encontra-se o sentimento da vergonha alvo principal desta pesquisa. Por este motivo, mais adiante, ainda neste capítulo, faremos algumas reflexões a respeito das características das culturas da vergonha, com o intuito de melhor circunscrever os elementos nela envolvidos e a sua ligação com os costumes, as tradições e os valores. Como representantes indiscutíveis de culturas da vergonha, utilizamos os exemplos dos Samurais e dos Gregos antigos. Na parte final do capítulo, foi dada atenção especial ao sentimento da vergonha na sua ligação com o social e com a família.

Vergonha e tradição

De acordo com a enciclopédia eletrônica Wikipedia (2007), a palavra tradição envolve práticas morais e religiosas, bem como doutrinas ensinadas através dos séculos de forma oral ou através de exemplos. A respeito dos costumes e/ou hábitos socioculturais, o conceito de tradição tem uma maior amplitude e significa um conjunto de formas de pensar e agir ligadas aos antepassados, ou à herança sociocultural de um povo ou meio social.

A tradição envolve valores do passado, sustentados pela aceitação no presente, o

que, de forma nítida, revela a sua atualidade. É encarada pelas ciências sociais como uma forma de aprendizagem, ou de reaproximação, com a cultura e não como algo arcaico e causador de constrangimento. A tradição é, nas palavras de R. Boudon e F. Bourricaud, citados pela enciclopédia eletrônica já referenciada (2007), um processo de adaptação e uma experiência que envolvem assimilação dos modelos, acompanhada de reflexão, muito mais do que um simples imperativo. As tradições são vistas como sujeitas a ajustes e redefinições em função das mudanças e situações orquestradas. A importância da tradição reside exatamente em demonstrar como as sociedades mudam de forma paulatina e também como as sociedades, mesmo sujeitas ao amplo processo de modernização, não estão, nem estiveram livres das influências umas das outras.

De acordo com Souza (2001), o termo *Costume* vem do latim *Consuetudo inis*. A expressão envolve o que se estabelece pelo uso da força do hábito. Para algumas correntes do Direito, por exemplo, os usos e os costumes são sinônimos; e para outras, porém, costumes e usos não são equivalentes. As correntes que distinguem os usos dos costumes, esclarece Dourado (1992), o fazem baseadas na tese de que os usos representam um conjunto de condutas freqüentes num determinado meio social. Os usos, conforme esta linha de pensamento, precisam também ser repetidos de modo constante. Os costumes seriam transformações do uso a partir do acréscimo relativo à obrigatoriedade da conduta. Segundo Souza (2001) esta linha do Direito convencionou chamar de hábito as repetições do agir individual e reserva os termos usos e costumes para o coletivo. Haveria distinção nítida quanto à força dos usos e dos costumes, sendo estes mais graves e com expressão imperativa severa. O costume, destaca Souza (2001), faz referência às normas externas ao agir humano, que mantêm certa uniformidade e constância. A outra corrente do Direito considera a distinção entre usos e costumes desnecessária e irrelevante, utilizando, assim, os termos como sinônimos. Embora esta questão a respeito dos usos e costumes para o Direito, seja importante não vamos considerá-la, porque para o nosso trabalho é suficiente indicar o papel dos usos e costumes para a orientação do comportamento humano em sociedade.

Segundo Venosa (2004), existem três aspectos da realidade, contempladas pelo Direito, a saber: a realidade da natureza, a realidade dos valores e a realidade da cultura. Na realidade da natureza, impera o princípio da causalidade e ela pode ser compreendida como sendo tudo o que existe independentemente da vontade ou ação humana. Diferentemente, a realidade dos valores envolve a atribuição de significados, interpretações e qualidades. Valendo a pena ressaltar que atribuir valores às coisas faz

parte da natureza humana e ao efetuarmos julgamentos o fazemos também de acordo com este sistema de valores. Ao erigir ideais e objetivos também utilizamos este sistema de elementos valorativos. O agir humano não poderia existir sem esta escala de valores a orientar atos e discriminar ações aceitáveis e desejadas ou ações inaceitáveis e não desejadas.

A realidade da cultura se daria a partir da compreensão humana de que a natureza não é suficiente, por si só, para suprir nossas necessidades, fazendo-se necessário à ação humana sobre ela para que as carências humanas possam ser satisfeitas. A partir disto, pode-se deduzir que os homens precisam de regras para organizar e nortear seu modo de agir diante da natureza e entre si, mas também, revelam o intercâmbio entre as tradições, os costumes e os sistemas de valores.

É necessário apontar também que o homem, desde a Era Paleolítica já apresentava rituais, líderes especiais para a condução dos mesmos e adornos específicos que denotam a existência de regras referentes à convivência e que remetem tanto à questão dos costumes quanto a tradição. Aymard (2003) esclarece que na Antiguidade, após severas mudanças na dinâmica de vida nas tribos, alguns costumes ou tradições referentes, por exemplo, ao culto dos mortos perduraram ao longo da Era neolítica e das grandes civilizações. Nas palavras do autor: “Partindo-se do simples fato da sedentarização, notamos que cada grupo humano submetia sua evolução ao jogo dos fatores tanto físicos quanto morais, que lhes eram próprios” (2003 pg 35). Ou seja: a vida em civilizações mais primitivas já exigia do homem a obediência às regras.

Aymard (2003) observa também que, apesar de não ficar nítido, o intercâmbio entre povos diferentes não se liga primordialmente aos bens materiais e aos produtos. Favorece também, a transferência de técnicas e bens morais. O autor (2003), ao refletir sobre o ideal de uma civilização comum, ou de um grupo de pessoas ordenadas por um sistema ou cartilha única para seu comportamento, alerta que isto, não é fato novo na história. O número de impérios, a derrocada de grandes nomes e projetos unificadores como os de Alexandre em IV A.C., as tentativas veladas do Império Romano, entre tantos, podem demonstrar a busca pelo ideal de um “Império universal”, ou a busca por uma padronização no modo de agir, pensar e viver dos seres humanos.

Souza (2001), ao falar sobre a origem do Direito, revela que na idade Antiga, por exemplo, os códigos para agir não eram mais que ordenamentos, pautados nos costumes. Destacando também que muitos sistemas jurídicos, inclusive os de Roma e o Britânico, tiveram a sua origem fora da ordenação legislativa. Foram os costumes como

regras não escritas e, pautadas pelo consenso do meio sociocultural, que embasaram as leis escritas. Ou seja: “Regra não escrita de direito que se introduziu pelo uso ou, dito de outra forma, é a lei que o uso estabeleceu, isto é, o uso como força de lei. Lei não escrita, comprovada pelo uso do consenso” (2001 pg 02). O autor alerta que mesmo quando em algumas sociedades o direito escrito passou a ter mais força que o chamado direito costumeiro ou consuetudinário, os costumes e os usos socioculturais continuaram e, continuam ainda hoje, a embasar as decisões judiciais. A força dos costumes é de tal modo evidente até os dias atuais, que existem costumes contra a lei. “Acontecem casos em que a lei cai em desuso por força de um costume que lhe seja contrário. Naturalmente, a hipótese é mais rara e a aplicação aí do costume há de exigir cautela mas o fato é que há” (2001 pg 03).

Uma contribuição antropológica

Não é, entretanto, só a ciência jurídica que nos fala da importância dos costumes para a ação humana. Segundo Serpell (1976) a antropologia também nos alerta que o comportamento do homem é constantemente afetado pela cultura e pela sociedade. Duas formas básicas explicam como o comportamento humano é afetado pelos costumes e pelos valores. A primeira delas faz referência às instituições, sendo considerada instituição, todo e qualquer sistema ordenado em suas práticas ou funções a partir de valores e com mecanismos reguladores para as suas práticas e regras próprias. Assim, a família, um banco ou um time de futebol, podem ser considerados instituições. Através da descrição minuciosa a cerca dos papéis e das práticas estipuladas como desejáveis pela instituição, poder-se-ia gerar uma espécie de estrutura explicativa para o comportamento humano.

A outra forma de explicar como a cultura influencia o comportamento humano tem ligação com o que se chama: “tipos de personalidade modal”. Ora, o tipo de personalidade modal nada mais é que o agrupamento de pessoas que se comportam de maneira semelhante, a avaliação de seus valores e, posteriormente, a comparação de um tipo modal presente num grupo X com o tipo de personalidade modal presente no grupo Y. Porém, alerta Serpell (1976): “As teorias de personalidade modal apresentam certas e perturbadoras semelhanças com os estereótipos populares. Concentram atenção no que é comum a todos os membros de um grupo, deixando em segundo plano as variações dentro do grupo e enfatizando as diferenças entre um grupo e outro” (1976 pg28).

Não se pretende aqui avaliar os métodos antropológicos ou jurídicos relacionados à demonstração da influência da cultura sobre o comportamento humano. Deseja-se apenas mostrar, de forma reduzidíssima, como estas duas ciências humanas sustentam que as tradições, os valores e os costumes possuem força substancial sobre o modo como o ser humano se comporta.

A experiência emotiva, ou o “mundo das emoções”, sempre exerceu fascínio. Foi, e ainda é, foco constante de atenção por parte dos teólogos, psicólogos, médicos, poetas e do ser humano em geral. Os sentimentos tornam a vida do ser humano, repleta de cores e enchem-na de significados. As pessoas, por mais que se esforcem, acabam por experimentar, num momento ou noutra, os sentidos emotivos que as experiências lhes causam. Contudo, as emoções também têm funções primordiais para que o homem continue vivendo. Pode-se afirmar que as emoções se diferenciam, em sua estrutura e funcionalidade, dos instintos em virtude dos últimos serem geneticamente pré-estabelecidos e caracterizarem-se por desenvolvimentos universalmente uniformes, em função da sua regulação biológica; o que leva a entendê-los como involuntários ou automáticos.

A espécie humana, entretanto, possui a capacidade de mediar os acontecimentos e as respostas dos mesmos, com relativa liberdade e em interligação com o social, o cultural e o ambiente. Esta capacidade de mediação, somada aos costumes socioculturais e ambientais, faz com que algumas situações ou pessoas (e até mesmo coisas), tornem-se mais importantes para nós. Todas elas despertam nossa capacidade para buscar as coisas e, ao mesmo tempo, fornecem matéria prima para a construção de ideais e objetivos. As emoções são fruto exatamente da interpretação subjetiva que damos a estes acontecimentos e segundo Anolli: “De fato, as emoções se modificam quando mudam os significados e os valores de referência, ou quando as situações avaliadas de maneiras diferentes” (2003 pg 15). Porém as emoções não só deixam o homem mais preparado para agir no mundo exterior, mas também, indicam nossos valores; a importância que damos às coisas e definem o modo como vemos o mundo, os outros e a nós mesmos.

As emoções são de grande importância na vida do indivíduo, mas também têm ligação fundamental com o modo de engajamento nas relações com o outro. Esta tendência relacional, presente nas interações humanas, torna-se segundo Anolli (2003), ainda mais evidente na vida social e constitui-se como elemento básico para as sensações de bem-estar ou mal-estar. Como já mencionado anteriormente, as tradições e

os costumes constituem-se como poderosos veículos de interferência e orientação para a conduta humana. Sendo assim, existem também sentimentos decorrentes do atendimento, ou não, a estes modelos. Vale a pena ressaltar que as tradições e os costumes assumem faces diferentes, dependendo da época, do lugar e mesmo do tipo de interação, ou de relação a que se refere. Entretanto, uma coisa é clara: se as tradições e os costumes são poderosos o suficiente para fazer o homem, tantas vezes, abdicar de fazer algo, segundo critérios e estratégias individuais, também podem ocasionar sofrimentos e ou tendência à punição. Sendo válido destacar que aqui não se pretende comentar, ou mesmo refletir, a respeito das sanções legais e a possível relação das mesmas enquanto mecanismos punitivos e ou causadores de sofrimento. Fala-se, ao contrário, exatamente de sofrimento interno e, como tal, independente de aplicações legais de punição.

Segundo Anolli (2003) algumas emoções são construídas em consequência do processo de socialização. Este processo permite a entrada em contato com os padrões, normas para a convivência e idéias erigidas por determinada sociedade ou cultura. Estes padrões servem para orientar e regular os comportamentos no trato com o outro, mas também, ressalta Martins (1999) apontam os imperativos relativos aos ideais presentes em toda sociedade. Entretanto, estes padrões são também ferramentas poderosas na avaliação social e, por sua vez, a avaliação social gera emoções como: a culpa, a vergonha, o orgulho, o embaraço entre outros.

Estas emoções ou sentimentos são denominados de sentimentos, ou emoções sociais. Tem como fundamento a ligação entre os costumes, a imagem que a pessoa tem de si mesma, as regras de convivência, as normas morais e a imagem que a sociedade tem do indivíduo.

A vergonha como sentimento social

O sentimento da vergonha é um sentimento auto-referente e tem também uma dimensão social. A própria definição do sentimento em questão nos leva a um verdadeiro passeio pelo universo das modificações sofridas nos significados das palavras e das concepções do homem a respeito de suas ações e pensamentos na interação com os outros. Taille (2002) nota a palavra vergonha com o significado de desonra, humilhação, rebaixamento, sentimento de insegurança provocada pelo medo do ridículo, timidez, acanhamento, sentimento da própria dignidade, brio, comportar-se de

tal forma que outrem sinta-se desonrado, degradação infame e pudor. Ao lado destas significações pode-se também chamar a atenção para o número de expressões utilizadas no cotidiano que fazem referência ao termo como: “que vergonha!” ou “Fulano não tem vergonha na cara!”. Anolli (2003) observa que o número de significados e expressões que são utilizados juntamente com o termo vergonha já atesta a importância e complexidade de seu estudo.

O estudo do sentimento da vergonha não deve, segundo Martins (1999), servir apenas para indicar a existência de códigos de moralidade, ou a presença de uma cartilha de como se comportar, pensar e até sentir na vida cotidiana. O estudo deste sentimento oferece contribuições ao melhor entendimento dos sentimentos oriundos de imperativos socioculturais; fornece uma perspectiva de como as relações sociais vêm se configurando; revela meios para que alguns dos relacionamentos sociais mais íntimos possam ser mais bem entendidos e, possivelmente, restaurados e denunciam prováveis mudanças na dinâmica da sociedade.

Martins (1999) pondera também que, embora as relações sociais se apresentem de certa forma, com tendência à massificação e padronização no tempo atual, elas não implicam que o caráter cerimonial, ou ritualístico, das interações sociais desapareceu. Muito pelo contrário, o fato dos cerimoniais cotidianos terem ficado praticamente restritos oficialmente ao âmbito religioso, político e judicial, não revela que as pessoas não estejam mais vivendo de acordo com interdições, sem uma pauta para indicar o que é lícito, sem uma orientação para a combinação de gestos, palavras, ações e pensamentos de acordo com a ocasião. Martins anuncia: “Num certo sentido, há um homem primitivo e uma sociabilidade cerimonial e primitivo ocultos sob a superfície da racionalidade e modernidade do mundo contemporâneo. A metrópole, lugar acabado desta sociabilidade de ponta, nos diz isto a todo momento com suas tensões, suas aberrações, suas gargalhadas – o riso provocado pelas condutas impróprias ou fora de contexto” (1999 pg 11).

As culturas da vergonha

Partindo da concepção de que o sentimento da vergonha encontra-se em vinculação inseparável com os significados culturais, pode-se, segundo Dodds (2002) e Anolli (2003), inferir também que o mesmo apresenta-se com perfis distintos a depender das variações culturais e seus significados. Tanto Dodds (2002) quanto Anolli

(2003) servem-se do trabalho de Benedict (1940) na área de antropologia para compreender melhor o que se costumou denominar de culturas da vergonha. A autora (1940) esclarece que todas as culturas possuem mecanismos punitivos ou sanções através das quais se controla o comportamento humano, gerando relativa conformidade e proporcionando a tendência para comportamentos desejados de acordo com a valorização cultural em vigor na ocasião e lugar. Benedict (1940) toma como referência, em sua pesquisa, a oposição entre as sanções internas e as sanções externas quando prevalece a regulação social, pautada em sanções externas, costuma-se falar em culturas da vergonha.

A cultura Oriental é um exemplo indiscutível deste tipo de padrão cultural. É marcada por um intenso valor atribuído ao distanciamento do poder, tendência a não evitar as incertezas e vivência de emoções como experiências de grupo. Nas palavras de Anolli (2003): “Na cultura Oriental, fundada sobre uma matriz coletivista, as emoções são essencialmente experiências de grupo e o sujeito prova emoções muito mais por fazer parte do grupo do que por ser um indivíduo isolado” (2003 pg122).

Na Era Nara, por exemplo, no início do século VIII, após o estabelecimento da primeira capital japonesa, o governo havia se centrado no imperador e era administrado pela nobreza. Os comandantes tomaram a resolução de colocar agentes para a coleta de impostos e mantenedores da ordem. Estes foram chamados de Samurais e apresentavam um código de honra que nos leva a pensar um pouco a cerca do sentimento da vergonha e das chamadas culturas da vergonha. Por exemplo, o Harakiri, ou Seppuku, consistia no dever imperativo de em face de uma situação desonrosa ou quando o Samurai acreditasse que sua honra havia sido perdida, suicidar-se. Esta tradição ou costume estaria ligado à tentativa de recuperar a honra pessoal diante de uma atitude indigna ou para evitar que o mesmo fosse prisioneiro nos campos de batalha pelo adversário (fato por si só encarado como fracasso inaceitável pela cultura da época). Este suicídio era visto como lealdade para com o seu senhor e, até mesmo, em face de uma advertência do mesmo, alguns Samurais optavam pela morte, visto a dimensão imensa atribuída à obediência aos costumes e tradições. O suicídio, como ritual purificador, tinha grande significado para o povo japonês pois, através dele, o Samurai vencida o medo da morte destacando-se então das outras pessoas. Ainda hoje, entretanto, o suicídio é visto, por alguns japoneses, como a melhor forma de se recuperar a honra perdida. Daí se explica, por exemplo, o constante suicídio de empresários falidos, estudantes que não conseguiram bons resultados, esposas que não conseguiram cumprir suas obrigações

entre tantos outros.

Neste tipo de padrão cultural, o sentimento da vergonha encontra terreno fértil em função da altíssima valorização que se dá ao atendimento das expectativas e ideais do grupo. Segundo Dodds (2002), o sentimento da vergonha neste tipo de padrão cultural ligar-se-ia também à decadência da imagem pessoal diante dos outros, da perda de sua própria imagem, mais também ao sentimento de haver prejudicado o grupo, ou não ter colaborado, de alguma forma, para que ele progredisse.

De acordo com Anolli (2003), nestas culturas encontra-se presente um modelo de interdependência, no qual a pessoa não se sente diferente ou separada do ambiente. A pessoa estabelece um entrelaçamento profundo entre o seu ser e o ser grupal. Logo, destaca-se a tendência de sentir-se observado todo o tempo, o horror em poder de alguma forma, denegrir a própria imagem frente ao grupo e a preocupação intensa em respeitar as obrigações colocadas pelo grupo. Ocorre, também uma forte tendência à conformidade, sentimento de gratidão, reconhecimento e obediência inquestionáveis a autoridade.

Vergonha e honra

Outro ponto que merece destaque é o valor e o lugar atribuídos à honra, que neste âmbito, entrelaça-se não só com as qualidades individuais mas com a reputação e ao julgamento de si, fornecido pelo grupo. Na Grécia arcaica, por exemplo, o homem virtuoso só era considerado como tal, se suas qualidades fossem reconhecidas pela comunidade.

Grande era o valor dos ideais e costumes na Grécia antiga. Segundo Jaeger (1995), a formação do homem grego era intimamente relacionada com um ideal. Para se compreender a formação dos Gregos antigos é necessário também lembrar o conceito de *Arete*. Não existindo, um sentido único que possa traduzir toda a complexidade e riqueza semântica deste termo, Tsuruda (2007) destaca como significado de *Arete*: o mérito e a excelência, os quais se ligaram à agilidade, destreza, beleza, saúde, inteligência, consideração ou honra. Os poemas homéricos, grande fonte para o estudo dos gregos antigos nos ofereceu uma descrição grandiosa dos ideais do homem helênico.

O homem arcaico se caracterizava por duas tendências contrárias, mas complementares: a tendência apolínica e a dionisiaca. O apolínio englobava a primazia

da razão e a harmonia com o cosmo e o dionisíaco é constituído pelas paixões e pelo lado obscuro da *psyché*. Para Homero o homem arcaico vivia sob o domínio dos Deuses, ele desconhecia o mundo de sua subjetividade e nem possuía poder de autonomia, nem liberdade ou capacidade de escolha, vivia submetido aos desígnios dos deuses e aos caprichos do destino. Comenta Rocha (1999): “O homem homérico, não tendo ainda tomado consciência do mundo interior de sua vida psíquica, não procurava dentro de si a motivação do seu agir” (1999 pg.5).

Esta questão leva diretamente aos ideais vigentes na Grécia antiga. A vida, para um grego arcaico só tinha sentido na realização de grandes feitos. Para adquirir a honra e a fama era preciso ser imortalizado através de seus feitos que não ficavam restritos apenas às vitórias em guerras ou batalhas, mas a fazer bem, com excelência, tudo o que devia ser feito com competência e máximo zelo. O herói ligava-se a uma ascendência nobre e pela educação era preparado para utilizar suas potencialidades e habilidades na realização de feitos magníficos. Como lembra a declaração de Aquiles em a *Iliada*: “Mandou-me para Tróia, recomendou-me com insistência que fosse sempre valente e superior aos outros, a fim de não envergonhar a linhagem paterna...” ou seja: o ideal de um grande herói era o de ser superior, ver seus feitos contados através das gerações e realizar grandes façanhas. Este seria o homem virtuoso para os gregos.

Os poemas de Homero serviram de base para a educação dos jovens, que tomavam como modelo, os heróis e suas virtudes. Nas palavras de Tsuruda: “Um jovem deveria ser ajuizado e educado como Telêmaco, sagaz como Ulisses, um grande atleta como Aquiles, valente como estes e outros tantos heróis descritos nas obras. Assim, a base da educação era a imitação dos heróis”(2007 pg.02). O exemplo dos Samurais e dos gregos antigos deixa nítido o valor dos ideais em determinadas culturas, sendo, nas citadas, mais importante que a sobrevivência. Os exemplos comentados expressam, com maestria, a ligação da conduta humana com os ideais e demonstra a sua conexão com o sentimento da vergonha, enquanto emoção relacionada à honra, a glória e a obediência às regras, costumes e ideais vigentes em cada sociedade. O peso relativo ao não atendimento destes ideais era de tal modo intenso que em face da possibilidade da desonra, da vergonha ou não glória, a morte seria melhor.

Entretanto, o par honra vergonha encontra-se presente também nas sociedades Ocidentais. O compromisso que liga o dar, o receber, o retribuir e o cumprir através da articulação entre a pessoa, a sua palavra e as normas socioculturais pode ser definido como honra, segundo Teixeira (1999). O par honra/vergonha passou a ser articulado,

inicialmente, em função dos ideais referentes ao gênero (masculino/feminino), o que demonstra o quanto a história da honra encontra-se atrelada às questões do gênero. Obviamente, este domínio foi ampliado mas, a honra, independentemente de seu raio de atuação, constitui-se como um sistema que gera aprovação ou reprovação, inclusão ou exclusão de acordo com um valor social. Embora a honra tenha um ingrediente singular, ela não se refere apenas a um código moral ou jurídico, mas atrela-se à compreensão que determinados grupos e pessoas têm diante das normas. Além disto, é necessária uma relação de poder, um modelo a ser “consultado” para se aferir e atribuir honra a alguém. A honra também se liga a questões envolvendo a idade, o gênero, a família, o status ou classe socioeconômica mas, principalmente a um desempenho ou ação individual que comprove se aquela pessoa é honrada ou não. A honra envolve mérito próprio em seu fundamento e manutenção. A honra liga-se ao grupo, às normas socioculturais e também a responsabilidade do ser enquanto indivíduo responsável por seus atos e palavras. Tanto nas sociedades Ocidentais quanto nas Orientais, a honra não é algo conquistado e estático, necessita constantemente de renovação. Deste modo, precisa existir permanentemente uma ligação pessoal e um vínculo adequado de responsabilidade para com o grupo e uma capacidade forte de aferir-se.

Vergonha e orgulho

Outro ponto que merece destaque é que, nestas configurações culturais, o orgulho é uma emoção perigosa, expressão de arrogância e também, como nos lembra Dodds (2002) ao falar dos gregos antigos, passível de punição. Na Índia, destaca Anolli (2003), o sentimento da vergonha leva a pessoa a voltar-se para si e a efetuar uma auto-avaliação. Neste sentido, a partir dos exemplos citados, pode-se perceber que o sentimento da vergonha, apesar de proporcionar sofrimento, tem também um papel fundamental para regular o comportamento em sociedade e incentivar a melhora pessoal através da busca dos ideais sociais. Nas palavras de Anolli: “Compreendida neste sentido a vergonha se apresenta como uma experiência benéfica e poderosa que prevê o respeito e a ordem social das coisas. É uma emoção que constitui um meio para restabelecer o equilíbrio das relações inter-pessoais, para recuperar o funcionamento racional e para aprofundar a consciência dos limites da posição social do indivíduo” (2003 pg.134).

Neste viés, pode-se ter em mente que existem culturas com padrões mais tendenciosos ao sentimento da vergonha. Porém, os autores são unânimes em afirmar que o sentimento da vergonha é universal, pois nenhum ser humano, vivendo em sociedade encontra-se liberto das interferências das tradições, dos costumes e dos ideais sociais.

Os sentimentos da vergonha e da culpa, afirma Martins (1999) ligam-se as falhas e ao social, sugerindo que as relações pautam-se em proibições e permissões e não em processos desinteressados, intuitivos e não elaborados. Fomentam, conseqüentemente, recompensas e sanções que a pessoa vai introjetando e encontram-se na base do modo como a pessoa se vê.

Miagusko e Ferreira (1999) refletindo a cerca da proliferação e enaltecimento dos comportamentos individuais, afirmam que apesar da negação, os seres humanos ainda possuem regras complexas, rituais e exigências imperativas para que haja interação e inserção das pessoas nos grupos. Sendo acrescentado por Anolli (2003) que o fato de uma pessoa estar ou não inserida num determinado grupo, ou categoria, liga-se diretamente ao modo como ela se relaciona consigo e vice-versa, como uma espécie de retroalimentação.

Outro ponto que merece destaque, pondera Anolli (2003) e Taille (2002) é o emprego do termo vergonha articulado a outros sentimentos como os de embaraço e humilhação. Sem dúvida, tanto o sentimento: da vergonha, do embaraço e da humilhação tem pontos em comum, porém isto não significa que sejam iguais.

Vergonha, embaraço e humilhação

Os sentimentos da vergonha, do embaraço, da culpa e da humilhação possuem em comum a ligação com a imagem que a pessoa tem de si, fazem referência ao Eu e às normas socioculturais. Estes sentimentos atrelam-se ao processo de socialização e portanto são considerados sentimentos auto-referentes e ou emoções sociais. Anolli (2003) afirma que uma das causas da vergonha é ser um sentimento tão penoso, é exatamente a sua ligação com a auto-estima e a autoconfiança.

O embaraço, por vezes, é empregado como sinônimo de vergonha, mas os dois termos remetem a intensidades diferentes, o embaraço pode ser ocasionado por uma situação de relativo desconforto, em apresentações diante de expectativas de si ou dos outros. Outro aspecto ressaltado por Taille (2002) e compartilhado por Anolli (2003)

refere-se à diferença entre ser objeto de atenção para alguém, o que pode gerar embaraço e ser objeto avaliado negativamente por outrem, o que produz o sentimento da vergonha.

De maneira geral, os seres humanos naturalmente dedicam relativa atenção ao que os outros pensam ao seu respeito. Uma dose de atenção e de cuidado com a imagem que os outros fazem a nosso respeito indica o desejo de interação e de pertencimento ao grupo. Taille (2002) esclarece que existe na espécie humana a necessidade fundamental de se aprender a cuidar da imagem frente ao olhar alheio. Segundo pesquisas empreendidas pelo mesmo autor (2002), desde muito cedo, aproximadamente aos 24 meses, a criança vai percebendo que suas ações provocam reações nos outros e, deste modo, pode gerar afastamentos ou aproximações; reações interpretadas como positivas ou negativas e admiração ou reprovação. Neste sentido, apenas a consciência, ou entendimento, de se ver observado pelo outro, já pode gerar sensações penosas como o embaraço.

O sentimento da vergonha, diferentemente do embaraço, ligar-se-ia ao não atendimento das expectativas sociais, e que a pessoa faz a seu próprio respeito. O embaraço surge, na maioria das vezes, em função da pessoa se perceber em uma exposição pública como o foco das atenções independentemente de estar em uma situação favorável. Embora os dois sentimentos possam ser diferenciados, eles podem surgir juntos, pois, em ambos encontramos a exposição como base para sensações penosas. Outro aspecto, também ressaltado por Anolli (2003), é o fato do embaraço ligar-se ao medo, ou à expectativa de que a imagem pública fique comprometida. Daí se deduz que o embaraço está articulado a situações presentes.

A sensação de humilhação também é constantemente confundida com o sentimento da vergonha, o que merece também alguns esclarecimentos.

De acordo com o que foi exposto fica claro que o sentimento da vergonha, do embaraço e da humilhação é experimentado como desagradável e tem relação direta com os padrões e as normas culturais. Além disto, em ambos, o Eu é o centro das atenções e objeto a ser avaliado por outros ou em função das normas socioculturais. Acontece que os ideais e aquilo que é considerado bom ou mau, certo ou errado, mudam de acordo com a época e o lugar, surgindo deste modo, uma construção histórica, social e cultural, atrelada ao que é digno de vergonha.

Taille (2002) ao ponderar sobre as situações de exposição, independentemente de a avaliação ser negativa e as sanções desagradáveis, ressalta que em toda exposição

existe uma relativa assimetria ao poder. Quem olha é sujeito e quem é olhado, objeto. O autor defende que este estado de coisas, por si só, já poderia justificar certa apreensão. Porém, não é essa assimetria que está em jogo no sentimento da vergonha, tampouco ele está descartando a importância da exposição e a assimetria na relação de poder relacionada. Pretende, esclarecer que, as sensações de inferioridade e ocasiões e que houve avaliações negativas não faltam nos processos de educação e socialização, aos quais todos os seres humanos, vivendo em sociedade, são submetidos. Deste modo, a sensação suscitada pela ocasião pode ser introjetada à interpretação de inferioridade. Neste sentido, torna-se compreensível que o embaraço, a vergonha e a humilhação apareçam tantas vezes juntos, ou confundidos, o que aumenta ainda mais a necessidade de se efetuar esclarecimentos.

Com relação ao sentimento de humilhação e a sua relação com o sentimento da vergonha e do embaraço, Taille (2002) esclarece que a palavra vergonha associa-se em seu significado etimológico, à humilde (*Humus*) ou a terra, em latim. Isto não remete apenas ao rebaixamento ou a humilhação, mas ao fato de se estar abaixo de um ideal ou de uma tendência a não perceber suas qualidades ou ainda, pode denotar pendor ao rebaixamento e auto-depreciação. Anolli (2003) acrescenta que existe, uma relativa tendência de associar o sentimento da vergonha à humilhação, a um jogo psicológico no qual alguém ressalta violentamente a insuficiência ou fracasso do outro. Taille (2002) apesar de reconhecer que, frente a uma situação humilhante pode surgir o sentimento de vergonha e sensações de raiva e desejo de desforra. Observa que se pode sentir vergonha sem que exista uma situação humilhante. De fato ele defende que o sentimento da vergonha pode estar presente mesmo sem a presença do outro. Justificando o seu ponto de vista, acrescentando que a vergonha pode estar ligada à sensação de derrota, ou ao fracasso pessoal, o que, não implica o outro enquanto presença ou agente de coação. Apesar disto para Anolli (2003) e Taille (2002) existe uma proximidade imensa entre o sentimento de humilhação e o sentimento da vergonha, porém, nem sempre, ao ser humilhada ou acusada de fracasso a pessoa toma para si esta imagem. A aceitação da imagem negativa é a condição primordial para alguém se dizer envergonhado.

Taille (2002) faz uma ponderação interessante sobre a expressão que é frequentemente na vida: “O que ele fez é uma vergonha”. “Fulano é um sem vergonha,”, na primeira expressão fica claro que é o outro, que aponta a situação de possível vergonha para o acusado sentir-se envergonhado, e não ser um “sem-

vergonha”, é preciso ele reconhecer sua falha ou seu erro. Logo, para se sentir vergonha é preciso que além do sujeito entender-se responsável pelo fato, a pessoa compreenda que é o seu ser como um todo, em seus aspectos mais íntimos, e que é responsável pela derrota ou fracasso. Caso contrario o ato, o pensamento ou sentimento pode ser apontado como vergonhoso, mas o agente é um “ sem-vergonha”. Nas palavras de Taille: “Em resumo: a língua diz que quem age de forma vergonhosa não age de forma vergonhosa. Portanto, a presença deste sentimento seria essencial ao agir humano” (2002 pg.79) e entendê-lo melhor é fundamental para auxiliar as pessoas a melhorarem sua estima.

Do exposto pode-se concluir que o sentimento da vergonha é uma emoção que pode ser extremamente penosa, mas também, imprescindível para a vida em sociedade. Caracteriza-se por mostrar o Eu em sua totalidade como incapaz de atingir ideais próprios, construídos ao longo do processo de socialização. Pode envolver a humilhação e a exposição pública, entretanto é possível, caso não existam estes elementos. O sentimento da vergonha liga-se também à educação, ao meio social, à introjeção de ideais, principalmente, ao modo como a pessoa se vê.

A família na origem do sentimento da vergonha

De acordo com Gaulejac (2006) o sentimento da vergonha encontra-se em sua origem, atrelado a uma série de elementos que geram uma espécie de sistema ligado, na maioria das vezes a, segredos, falsidades, ilegitimidade e não ditos. De fato, o não dito e o logro sustentam, consolidam e inauguram o sentimento da vergonha. O desamparo e o desespero, assim como o temor em ser desmascarado e a sensação de abandono e confusão inundam a pessoa tomada por este sentimento. Os segredos e os campos problemáticos, presentes na história da pessoa, vão se ligando uns aos outros e juntando-se com o temor da “descoberta”, o que fomenta sucessivas reatualizações do sentimento. Vergonha de não saber, vergonha de não poder dizer, vergonha de sentir vergonha, e por fim, vergonha e medo de ser desmascarado.

Outro ponto que merece destaque é a questão, já trabalhada anteriormente, da vergonha como sentimento social. Este sentimento está envolvido “nas origens da vergonha”, pois implica dizer que quem é habitado pela vergonha, não teme apenas por si, mas também pelas pessoas que lhe são caras. Ao mesmo tempo, os segredos

familiares geralmente se encontram na base do sentimento da vergonha bem como o não dito, o mal compreendido, enfim, é preciso distinguir o logro e a mentira nas relações que envolvem a pessoa habitada pela pessoa e é muito freqüente encontrar a vergonha associada às origens familiares.

O sentimento da vergonha, em suas origens, também se conecta brutalmente à ilegitimidade, ou ao sentimento de não pertencimento. Diferente do que se pensa a vergonha não se manifesta apenas nas inibições e tendência ao isolamento mas também, pode ser responsável pelo desejo de vencer, elevar-se, fundamentar uma ambição e posteriormente, ser a causa e o motor da queda e do fracasso. Para Gaulejac (2006) esta ligação entre sucesso, ascensão, queda e fracasso conecta-se ao sentimento da vergonha pela descoberta da rejeição ou ilegitimidade, envolvendo o nascimento, o não sentir-se merecedor ou a sensação relativa a inferioridade.

Outro aspecto importante relativo as origens do sentimento da vergonha refere-se a fatos desastrado, gafes, deslizes relacionados à regras sociais e à ridicularização posterior de figuras importantes para a pessoa (especialmente quando é criança). Frequentemente estas figuras do clã familiar são idealizados, “perfeitos”, preferidos. Quando ocorre uma ridicularização a criança, convencida de seu status de preferida se achando “perfeita” em sua onipotência infantil, passa a ver a sua imagem como arruinada, desmoronando, ou se despedaçando em sua auto-estima. Quando são os pais os causadores desta situação, a ambivalência ligada ao casal parental transforma o amor em ódio. Os pais, agentes da humilhação, desencadeiam no filho uma sensação de inferioridade, que tem dois aspectos inseparáveis: vergonha de si e vergonha dos pais ou familiares em virtude, dos mesmos, terem descido na cota de admiração da criança. Esta situação implica uma ferida narcísica brutal que pode comprometer a pessoa em sua estima ao longo da vida.

A questão ligada à família, não se refere apenas, à questão do filho ser colocado como ideal ou posteriormente apontado como inadequado, mas também, ao fato de, ao conseguir êxitos e conquistar mais status do que as figuras de autoridade dentro do núcleo familiar, ele, muitas vezes, é tomado pela sensação de humilhar seus entes queridos querendo ultrapassá-los. Este tem sido, como lembra Freud em seu artigo de 1912, um dos grandes fatores apontados, em casos nos quais ocorrem êxitos e depois fracassos súbitos, sem explicação plausível. Quando o desejo do filho se concretiza, ele se vê como não mais pertencente ao núcleo familiar e vai de encontro às concepções das figuras de autoridade. Ao conquistar o desejo próprio, a pessoa se vê como não mais

pertencente ao seu núcleo originário e, deste modo, uma das estratégias inconscientes para voltar a sê-lo é abdicar de seu desejo através do fracasso. Obviamente, não se está querendo dizer que isto é feito de maneira consciente, muito pelo contrário, frequentemente, a própria pessoa vai “sem se dar conta” efetuando boicotes em seus empreendimentos o que deságua no fracasso e numa nova fonte para a retro alimentação do sentimento da vergonha. Ou seja, a questão da ilegitimidade, relacionada ao sentimento da vergonha, não se refere apenas às questões ligadas ao nascimento, mas também, ao sentir-se pertencente e merecedor de “estar naquele lugar”. De fato, o sentimento da vergonha e as situações envolvendo a sua origem geralmente envolvem três aspectos: o primeiro deles faz menção ao registro psicossocial, no qual, a pessoa é rebaixada, rejeitada ou anulada enquanto objeto amoroso, por aqueles que deseja e pelos quais se sente amado. O segundo é o registro psicossocial, em que as figuras importantes para a pessoa são vistas inicialmente como idealizadas e posteriormente, humilhadas ou percebidas como inferiores ou desprezadas. Não há dúvida de que a maioria das pessoas passa por situações humilhantes, mas para que se internalize o sentimento da vergonha se faz necessário que a pessoa sinta que o seu ser é inferior, incapaz e, ao mesmo tempo, algo lhe seja incompreensível, inexplicável. O segredo, o silêncio e o incompreensível formam o terreno fértil sob o qual brota e frutifica a vergonha. Este é o terceiro ponto, segundo alertam Gaulejac (2006) e Taille (2002) que anima a vergonha: o silêncio. A falta de esclarecimentos e a proibição do dizer fazem: “Adivinhar que aí há algo vergonhoso, mas não se sabe de onde vem a desonra, a decadência. Não se sabe também como se livrar dela” (2006 pg.41). É exatamente esta não resposta às dúvidas e a possível compreensão entre as diferenças do que está acontecendo e do que é explicado, que faz entrever a necessidade do silêncio e da vergonha.

Neste âmbito, e ancorada nesta falta de explicação, no indizível e inquestionável ocorre à dissociação entre realidade e a fantasia afinal: para aquilo que não comporta explicação ou questão, o silêncio encobre a realidade e dá margem a tentativas de explicação através da fantasia. Segundo Gaulejac (2006): “Se a vergonha é indizível, é porque o sujeito procura dissimulá-la, mas também porque ele não sabe o que lhe acontece, porque não compreende e não ousa perguntar o que lhe permitiria saber. É porque a sua vergonha pode esconder uma outra, que não é a sua e da qual não consegue se desfazer”(2006 pg.42).

CAPÍTULO SEGUNDO: A VERGONHA NA PERSPECTIVA PSICANALÍTICA

O interesse dos pesquisadores da área de psicanálise a respeito do sentimento da vergonha vem crescendo em virtude da sua ligação íntima com o desenvolvimento da personalidade e de sua influência no modo pelo qual o ser humano lida com a sua imagem e seus ideais. Em um tempo em que as leis, os costumes e o modo de se comportar diante dos outros, do mundo e até de si mesmo encontram-se em xeque, uma melhor compreensão deste sentimento pode auxiliar a entender algumas das novas formas de sofrimento que chegam à clínica. Além disto, o sentimento da vergonha tem um papel primordial na regulação das relações inter e intrapessoais e atualmente é considerado como um sentimento extremamente relevante na compreensão das experiências do ser humano em relação ao mundo que o cerca.

De acordo com o que foi exposto no capítulo anterior, ficou claro que o sentimento da vergonha se liga fortemente aos ideais sociais e familiares, aos processos de identificação e de constituição do Ego, assim com; as suas instâncias ideais. Neste sentido, o estudo psicanalítico do sentimento da vergonha deve relembrar o essencial dos processos que atuam na constituição do Ego e do papel dos ideais e dos processos de identificação na formação do sujeito. Por isso, no presente capítulo, vamos relembrar brevemente o processo da constituição do Ego, na doutrina freudiana, destacando algumas peculiaridades encontradas nas pessoas dominadas pelo sentimento da vergonha. Em seguida, vamos efetuar uma análise a respeito da dimensão narcísica do sentimento da vergonha e o desenvolvimento da imagem que a pessoa tem de si articulando rapidamente o sentimento da vergonha com o segredo e encerrando o capítulo analisando algumas das principais manifestações defensivas do sentimento da vergonha.

Nas raízes egóicas do sentimento da vergonha

Na teoria psicanalítica, o sentimento da vergonha não teve um lugar de destaque. Freud, ao falar dela quase a restringiu ao vexame do corpo desnudo, quando exposto em público.

Em 1895, nos *Estudos sobre a histeria*, a vergonha é vista como um afeto de desprazer ligado a lembranças consideradas imorais. No artigo, *Sexualidade na etiologia das neuroses* de 1898, Freud se refere ao pudor na prática clínica e o foco recai sobre o contexto dos hábitos culturais da época e, a ligação sobre o pudor da mulher ao se desnudar diante do médico. Em 1905, nos *Três ensaios sobre a teoria da sexualidade*, ele retoma o tema do pudor e da exposição do corpo em público. A vergonha, nestes termos, está situada e ligada a formas reativas como o escrúpulo e o nojo. No artigo de 1913 *Sobre o início do tratamento*, ele fala a respeito da dificuldade do analista ao relacionar-se com o dinheiro e faz uma analogia com a vida sexual infantil do médico. O pudor para lidar com o dinheiro expressaria a vergonha de estar desnudo frente a um outro.

De fato, o sentimento da vergonha não foi estudado de forma sistematizada na obra freudiana, embora, tenha sido considerado importante em virtude de seu papel nas pontuações a respeito dos conflitos psíquicos. Freud fez menção ao sentimento da vergonha e o articulava ao pudor e à moral para esclarecer os conflitos neuróticos. Entretanto, apesar da ausência de um estudo sistematizado, os dispositivos psicanalíticos nos oferecem pontos de apoio para refletir a respeito deste sentimento para além da esfera apenas do pudor e da moral.

Freud escreve a respeito da importância da sexualidade na etiologia das neuroses e acentua a arrogância e a ambição como formações reativas ao sentimento da vergonha. Percebe-se um grande destaque relativo à culpa, em comparação com a vergonha. Esta acentuação se justifica, segundo Merlino (2006) pelo empenho de Freud na elaboração do conceito de superego. A vergonha parece ser mais bem adaptada aos eixos teóricos da primeira tópica, em virtude do empenho de Freud em esclarecer a defesa neurótica através do recalçamento, no qual o sentimento da vergonha atuaria como um denunciador de desejos sem possibilidade de conciliação entre a moral, o pudor e a sexualidade.

Como já foi mencionado antes, o sentimento da vergonha é considerado como uma emoção social que envolve auto-reflexão e julgamentos moldados a partir dos valores pessoais e sociais, na medida em que o sujeito introjeta os modelos que permitem a construção e o desenvolvimento de sua personalidade. Isto torna claro que o sentimento da vergonha se liga de forma rigorosa ao processo de constituição do Eu e de identificação do Ego e da família.

De acordo com Laplanche e Pontalis (2001) a própria noção freudiana de Ego, enquanto instância psíquica, já abre espaço para uma gama de reflexões e debates, ela foi inteiramente reformulada a partir da chamada segunda tópica. Este estado de coisas pode ser bem compreendido, se partirmos do pressuposto de que existem na teoria freudiana duas etapas na teorização do aparelho psíquico. A primeira distingue os sistemas: consciente, pré-consciente e inconsciente enquanto a segunda introduz as instâncias do id, Ego e Superego. Na primeira tópica Freud já se referia ao Ego, antes desta fase, já falava em Eu, embora de forma pouco especificada e, freqüentemente, com o intuito de designar a personalidade como um todo.

Em *O projeto para uma psicologia científica* (1895), por exemplo, Freud já menciona funções referentes ao Ego, mas estas elaborações eram, de acordo com os autores já citados, concepções diferentes das que posteriormente ele utilizou para configurar o Ego como parte da personalidade. O Ego, neste momento era uma estrutura dentro do sistema Ψ , com a função de inibir os investimentos energéticos e englobava todas as vivências experimentadas pelo ser humano. No texto em questão (1895), o Ego tinha a função de impedir o trâmite da energia investida nos neurônios. Laplanche (1985) confirma que as questões relativas ao Ego iniciaram-se desde *O projeto para uma psicologia científica*. O trabalho com a neurose levou Freud a repensar o conceito clássico de Ego, enquanto sujeito auto-determinado e unificado, e em função da noção de inconsciente através do qual o Ego é descentrado a ponto de não poder ser compreendido “como dono de sua própria casa” (1917 pg.168).

Vergonha e narcisismo

O narcisismo oferece uma virada nas concepções a respeito da constituição subjetiva e, atualmente, é inegável o lugar do seu investimento inaugural para a constituição do Ego. Este é constituído por um movimento progressivo relacionado com uma mudança inicial que transforma o auto-erotismo em narcisismo. O auto-erotismo e a busca da satisfação libidinal se fazem no próprio corpo e as pulsões parciais procuram a satisfação cada uma por si, na parte do corpo em que se inscrevem. A este estado, obtido mediante o investimento das pulsões parciais no próprio corpo, quando ainda não há Ego estruturado e constituído como unidade, Freud denominou de auto-erotismo.

As pulsões auto-eróticas existiriam desde o começo mas, se faz necessário o acréscimo de “uma nova ação psíquica” para que seja instituído o estado de narcisismo. Laplanche (1985) esclarece que esta nova ação psíquica é a forma pelo qual o Ego corpóreo consegue uma estruturação unitária. “Isto significaria que, por sua vez, o narcisismo vem unificar o funcionamento auto-erótico e lhe dar forma...” (pg. 78).

Antes de ser investida nos objetos, a libido encontra-se totalmente investida no Ego e a isto, Freud (1914) deu o nome de narcisismo primário. O narcisismo primário é um estado hipotético, não observável diretamente, no qual o Ego ainda não está formado, pois inicialmente não pode existir uma estrutura comparável ao Ego. A compreensão do narcisismo primário, apesar dos debates que o envolvem, é fundamental, pois é através dele que se pode entender melhor algumas situações, como o desenvolvimento das instâncias ideais do Ego, primordiais para uma melhor compreensão do sentimento da vergonha.

Os pais têm um papel fundamental na manifestação do narcisismo primário. Eles fazem uma projeção de seus desejos sobre a pessoa do filho. “Há uma reprodução do narcisismo dos pais, que atribuem ao filho todas as perfeições e projetam nele todos os sonhos a que eles mesmos tiveram de renunciar”(1914 pg.49). É a união do narcisismo dos pais com o que vai emergindo do bebê, que se manifesta o narcisismo primário.

Atualmente, a comunidade psicanalítica, de modo geral, concorda que a família é o ambiente no qual a criança vive suas primeiras vivências emocionais mais importantes, nestes termos, exerce um papel determinante na estruturação do Ego. A sua constituição teria ligação íntima com a posição dos pais diante do bebê e o lugar que eles atribuem ao seu futuro filho. Seus desejos, fantasias, expectativas, abertura ou não para um novo elemento no seio familiar irão definir, em grande parte, a estruturação do Ego. Além disto, os pais teriam também internalizado, cada um a seu modo, os conflitos vivenciados com os seus próprios pais e as suas questões estereotipadas, crenças, valores e conflitos tenderiam a um processo de reedição com os filhos. Freud (1914) disse que existe uma tendência nos pais de querer ou poupar ou negar as privações pelas quais passaram através da “fantasia” de que o filho não teria que ser submetido às frustrações das quais foram vítimas. Acontece, entretanto, que este estado narcísico primário contraria os dados da realidade e a união fusional com as figuras parentais idealizadas desfaz-se com a entrada do pai

como terceiro na relação dual, mãe/bebê. Assumindo a castração simbólica, renuncia as ambições fálicas de seus desejos a criança sai do mundo imaginário de sua plenitude narcísica e entra no mundo simbólico onde deverá construir a sua existência.

Severiano (2007) afirma que formar ideais é um dos caminhos percorridos pela libido para formação de uma imagem coesa do Ego. Ao longo do processo de individuação e do afastamento paulatino do estado narcísico primário, a ligação com os ideais se relaciona com a auto-estima e é elaborada através das figuras parentais, quase sempre a mãe, e posteriormente, pelas figuras substitutivas. Acontece, entretanto, que a posição dos pais diante dos filhos e da família diante do sentimento da vergonha assume características diferenciais.

De forma oposta, as famílias das pessoas dominadas pela vergonha, freqüentemente, olharam o clã familiar como insuficiente ou se viram como indesejados diante dos outros, sejam eles do núcleo familiar ou não; ou ainda o modo da própria família posicionar-se na sociedade era inferior e de alguma forma humilhante. Taille (1996) diz que o sentimento da vergonha encontra-se gravitando entre a inferioridade, a humilhação e a exposição. Assim, o sentimento de inferioridade teria relação com a imagem que se ambiciona. A origem do sentimento da vergonha tem ligação íntima com esta falha no processo de investimento narcísico, desde a pré-história do sujeito até a posição da família diante da sociedade. A inferioridade pode ter várias formas de expressão, as quais vão desde o rebaixamento de si, ou da família, até as opiniões negativas alheias. Isto demonstra que a origem do sentimento da vergonha obedece a critérios que vêm de dentro para fora e de fora para dentro.

Ao longo do desenvolvimento do Ego, o narcisismo primário, ao ser perturbado, se manifesta na instância psíquica que Freud denominou de Ego ideal. Este se relaciona exatamente com aquela fase na qual, ainda não há o reconhecimento da falta. A imagem que constitui o Ego ideal é, entretanto, ilusória. Quando testada pela realidade, aciona mecanismos de defesa, que podem, frente à realidade externa, fazer o Ego regredir, renunciando ao enfrentamento da realidade. A pessoa, então, é tomada pelo fascínio de engodos, que a encarceram no mundo ilusório das idealizações. Segundo Severiano (2007), o processo de idealização tem ligação direta com o Ego Ideal e as escolhas de objeto acontecem sem levar em consideração as exigências da realidade. O objeto não é julgado pelo sujeito de

forma proporcional aos dados da realidade, inversamente, a escolha leva apenas em consideração as exigências de um ego narcísico, elevando de forma fascinada o objeto à perfeição, num processo de substituição dos ideais que não conseguiram ser realizados na experiência concreta do sujeito. Daí, não se segue, que o ser humano deva prescindir de todos os investimentos narcísicos, pois sem eles seria impossível lidar com as incertezas do futuro.

Como já foi mencionado, nas pessoas dominadas pelo sentimento da vergonha, a construção e manutenção deste Ego Ideal encontra-se em crise, pois no processo no qual a criança deveria ser narcisada pelos pais houve insuficiência ou rejeição.

A construção do Ideal do Ego passa a ser orquestrada a partir da ferida imposta ao narcisismo primário, conseqüentemente, ao Ego Ideal. Na relação primária, com a mãe, a criança compreende que existem desejos que não passam necessariamente por ela e que se dirigem a outras coisas e pessoas. Esta situação revela uma incompletude e, ao mesmo tempo, faz nascer o desejo de recuperar este estado de perfeição. Essa vivência de insuficiência modifica o sentido do movimento da libido. A partir daí, todos os esforços passam a ser deslocados para uma tentativa de recuperar o amor perdido e se fazer amado pelo outro. Entretanto, a construção de um Ideal do Ego oferece, ao ser humano, a possibilidade de vislumbrar um futuro, exigindo sempre o reconhecimento da diferença como elemento imprescindível para se chegar ao ideal. A pessoa se reconhece como insuficiente para preencher completamente o outro e, por conseguinte, se vê dependente do desejo do outro. Envolve também uma renúncia e implica o adiamento do “prazer imediato” em função de um modelo ideal libidinizado e requer a inserção do sujeito nos dados da realidade externa.

As modificações referentes às instâncias psíquicas na segunda tópica e a proposta a respeito de uma instância chamada Ideal do Ego ocupou um lugar decisivo na concepção psicanalítica do aparelho psíquico. Laplanche e Pontalis (2001) destacam que determinar um sentido único para esta expressão é tarefa difícil, pois a elaboração desta noção encontra-se atrelada ao desenvolvimento paulatino da noção posterior de Superego. Em 1914, por exemplo, Freud afirma que o Ideal do Ego é uma formação dentro do psiquismo, dotada de certa autonomia e que tem como função servir de modelo ou referência para que o Ego avalie as suas próprias realizações efetivas. Isto se dá a partir do momento em que o ser humano se vê forçado a abandonar o narcisismo primário em virtude dos dados da realidade, do

olhar materno lançado a outros objetos, das regras de educação, do temor da castração e do desenvolvimento da capacidade de ajuizar-se. Em 1917, *Nas conferências introdutórias sobre a psicanálise*, o Ideal do Ego é entendido como uma instância dentro do próprio Ego que serviria de modelo. Entretanto, ressalta Chasseguet-Smirgel (1992), o Ideal do Ego é, antes de tudo, uma noção que permite a articulação entre o narcisismo primário e a possibilidade, necessidade, de investir os objetos; articula também o princípio do prazer ao princípio de realidade. Nas palavras da autora: “O Ideal do Ego é um degrau do desenvolvimento do Ego” (pg.31).

De acordo com Fain e Marty (1959), citados por Chasseguet-Smirgel, o Ideal do Ego liga-se à esperança e a um projeto que implica adiamento, desenvolvimento e evolução na tentativa de alcançar o ideal.

Seria a cuidadora, geralmente a mãe, que inicialmente ao frustrar e gratificar lança a criança a projetar o ideal sobre modelos sucessivos, possibilitando assim o desligamento de certas satisfações e modos de ser em prol de outros. A autora alerta que este desenvolvimento deve envolver gratificações suficientes para que não ocorra a necessidade de voltar ao estágio anterior, mas também exige frustração para que não haja fixação numa determinada etapa. Este é um ponto fundamental para o desenvolvimento da criança ligado ao ideal do Ego, pois para que se mantenha a esperança de evolução a mãe necessita ser um guia, através de gratificações e frustrações, que auxiliam a criança a projetar além de si o Ideal do Ego que sustente o aspecto de promessa, de vir a ser. Esta fase pode se ligar ao estágio da escolha dos objetos no qual a criança projeta sobre os pais o seu narcisismo infantil na tentativa de resgatar a onipotência perdida. Nas palavras da autora: “A projeção do narcisismo infantil sobre os pais, constitutiva do Ideal do Ego, aparece assim, como um passo adiante na conquista do senso da realidade e da objetividade, porque a megalomaníaca primária é abandonada em proveito do objeto” (pg.31).

O investimento narcísico relacionado aos cuidados, às carícias e aos incentivos as novas tarefas e funções vai unificando o Ego corporal e psíquico atribuindo valores as funções e realizações que a criança efetua. Não é necessário ir muito longe para perceber o quanto esta oscilação entre frustração e gratificação é delicada e complexa, pois as satisfações narcísicas e pulsionais egossintônicas, elevam a auto-estima e diminuem a distância entre o Ego Ideal e o Ego, favorecendo sensações e percepções gratificantes ao seu próprio respeito. A formação de um

Ideal do Ego modifica algumas características da vida pulsional na qual uma simples descarga e, conseqüentemente, o rebaixamento da tensão não são mais fonte única de prazer.

Existe também uma satisfação que se encontra agora ligada a diminuição da distância com o Ideal do Ego que reatualiza uma satisfação narcísica de investimento do Ego por uma cota de libido liberada. A pessoa passa então a investir nos objetos na tentativa de recuperar a cota de narcisismo perdido, e posteriormente este investimento retorna ao Ego, tomando-o como objeto. Essa oscilação em busca da recuperação da perfeição é atraída pela parte do narcisismo que foi perdida.

Manoni (1994) afirma que apesar do lugar crucial que a noção de identificação ocupa na teoria psicanalítica não existe um mecanismo único, ou a descrição de um processo que possa dar conta das diversas identificações que vão paulatinamente fundando o sujeito. A questão da identificação se encontra presente na obra de Freud, inicialmente, como um mecanismo para explicar os sintomas histéricos. Posteriormente, as identificações aparecem como estruturantes do psiquismo e, conseqüentemente, fundamentais para a compreensão da constituição do sujeito.

A identificação denominada primária é não só a primeira ao nível cronológico, mas situar-se-ia como algo de uma ordem mítica. Nas palavras de Nasio a identificação primária se “constitui, antes, como uma espécie de premonição mítica; uma alegoria fundamental da maneira como ela se transmite de geração à geração, além dos limites dos homens, a força da vida, a libido imortal”(1997 pg.105). Segundo Laplanche (2001), poucas as vezes Freud utilizou este termo e a sua concepção foi se modificando de acordo com o entendimento de autores posteriores a Freud a cerca do começo da existência individual. Entretanto, pode-se dizer que a identificação primária configura-se com a pré-história, com uma identificação direta e anterior a perda de objetos libidinalmente investidos. Liga-se aos mecanismos de incorporação relacionada à fase oral e deixa entrever a aniquilação do objeto “devorado”. Ela teria relação direta com a formação da personalidade e do caráter, em virtude de ser a base sobre a qual acontecerão as outras identificações. O Ego Ideal tem origem nesta identificação situada com a pré-história de cada um. Segundo Siqueira (2005), neste momento, sujeito e objeto, desejo e necessidade, amor e ódio coincidem. Neste momento, ter o objeto e ser o objeto, coincidem. Quando paulatinamente vai ocorrendo o desprendimento deste estado de indiferenciação, instalam-se as identificações secundárias. Então, já é possível

perceber o objeto como “fora” de si. Além disto, preponderam os mecanismos introjetivos e não incorporativos, a identificação liga-se a um traço do objeto.

Este modo de identificação faria referência ao coletivo, ao social e, conseqüentemente, a imagem que a pessoa ambiciona possuir. Não existindo, uma cisão entre o psíquico e o social. Este intercâmbio toma um viés bastante particular no sentimento de vergonha, pois o mesmo surge exatamente como uma reação ao olhar do outro. É na constatação dos limites, da insuficiência, através do olhar do outro, que o sentimento de vergonha tem suas raízes. Merlino (2005) ressalta que a sensação de desnudamento encontra-se no cerne da experiência da vergonha e produz uma desordem intensa na pessoa pois este encontrar-se-ia presa em incertezas narcísicas. O amor narcísico envolve uma imagem perfeita de si e o sentimento da vergonha se nutre exatamente da falta de confirmação, através do olhar do outro, desta completude.

A imagem de si e o sentimento da vergonha

O dicionário Aurélio da língua portuguesa, define o termo imagem como sendo “a representação gráfica, plástica ou fotográfica de pessoas ou objetos”. Costuma-se empregar o termo imagem articulado com o corpo, sua apresentação ou forma. Entretanto, o termo imagem inclui muito mais que o esquema corporal, engloba também a representação imaginária de si, construída através dos conhecimentos e avaliações que fazemos a nosso respeito, somadas às opiniões e a avaliação dos outros.

A construção da auto-imagem, ou representação de si requer, antes de qualquer coisa, o conhecimento de si, que, por sua vez, não vem simplesmente em função do nascimento. Este conhecimento de si vai sendo desenvolvido paulatinamente e supõe que a criança entre em contato com as fronteiras do próprio corpo. Posteriormente, esclarece Taille (2002), a criança, ao ir entrando em contato com as solicitações da vida cotidiana, vai também desenvolvendo a capacidade de atribuir símbolos e representar a sua realidade através de imagens mentais, jogos e palavras. Seria exatamente a partir daí que, segundo Anolli (2003), se introduziria não só a percepção de ser um entre outros, ocorreria também à descoberta de que se é perceptível aos olhos dos outros. Neste sentido, ocorre outra tomada de consciência, a criança descobre que uma ação sua trás como conseqüência uma ação do outro. Porém, ao ser acrescida a consciência da

perceptibilidade, desenvolve-se também o discernimento de que se é visto e, como tal, se é objeto para o olhar do outro.

Freud ressalta o lugar fundamental do olhar na organização do aparelho psíquico e coloca em destaque as imagens captadas através da função escópica, salientando o seu papel nos distúrbios psíquicos. Ao olhar o filho, a mãe já lhe dá significado sem que qualquer palavra precise ser dita. O olhar materno deixa sua marca e ocupa um lugar central na comunicação com o filho. Novaes (2002) afirma que a formação do sujeito perpassa os olhares e desejos do outro, sendo algo relacional e não uma entidade autônoma. Neste sentido, deve-se acrescentar que a condição de ser objeto para o olhar do outro, supõe a representação/imagem que o outro faz de nós e implica reações positivas ou negativas e de aceitação ou rejeição. A partir daí, iniciaria-se um novo processo que vai paulatinamente transformando a nossa forma de representar a nós mesmos permeada por valores que são associados e introjetados como desejáveis ou indesejáveis. Ou seja, passamos a nos conhecer e a ter consciência reflexiva sobre nós mesmos, o que implica também passar a nos julgar e a temer o julgamento do outro.

A imagem de si é fundamental, pois através dela, nos reconhecemos como indivíduos e podemos direcionar nossas ações em prol daquilo que desejamos nos tornar. Porém, não é apenas o modelo que erigimos interiormente que é definitivamente permeado pelos outros que passam em nossa vida. A credibilidade, que atribuímos a nós mesmos, irá, em grande parte, depender deste olhar do outro, que nos constrói e nos mostra outra imagem de nós mesmos.

Se pensarmos que toda pessoa sente temor em se desvelar, em desnudar-se de um determinado tipo de imagem, podemos compreender a vergonha como um sentimento relativo à imagem pública e ideal de nós mesmos, somada ao desvelamento de elementos privados, que entram em choque com esta imagem. Tomando como base a tendência de Freud de ver o sentimento da vergonha ligado ao pudor e à moral e, tomando como ponto de apoio, a questão do desnudamento num sentido mais amplo, podemos ver a vergonha ligada também ao segredo, a algo que deve ser escondido. Para Merlino: “A vergonha desencadeia uma série de reações que indicam uma perda do controle da imagem de si e aponta para a ameaça da perda da integridade narcísica do sujeito. A única reação possível após uma experiência vergonhosa é se esconder, desaparecer da vista do outro”. No sentimento da vergonha, vemos em jogo não só o temor em ter a imagem pública depreciada, mas também a queda da imagem ideal de si, o que fomenta uma ferida profunda na forma de representar a si mesmo.

Ao abordar a questão bíblica de Adão e Eva, Freud fez referência ao sentimento da vergonha, destacando dois momentos diferenciais. Um deles no qual ainda não havia o sentimento da vergonha e outro no qual um dos personagens tenta esconder suas partes íntimas, enquanto o outro, com as mãos, evita olhar a imagem em questão. A referência a Adão e Eva é apenas uma analogia, mas a situação revela aspectos próprios e indissociáveis do sentimento da vergonha, a saber: o olhar, a testemunha e a imagem ideal.

A compreensão dos elementos subjetivos ligados ao sentimento da vergonha coloca-nos diante do lugar que o outro ocupa como testemunha. É, portanto, na relação com o outro, que certos elementos precisam ser escondidos e outros revelados, favorecendo à construção e à manutenção de uma imagem ideal. A partir disto podemos perceber como as questões relativas aos segredos encontram-se presentes de maneira fundamental na construção e manutenção de uma imagem ideal de si. Imber-Black (1994) comenta as situações nas quais famílias em processo psicoterapêutico solicitam que revelações a respeito da história relativa a um membro do clã não sejam investigadas ou mencionadas e esclarece que esta situação foi o ponto de partida para o interesse crescente a respeito do papel dos segredos na manutenção da imagem de si. Não é fato novo que as lacunas, os engodos e a ausência de explicações a respeito da história de cada um, situam-se, muitas vezes, na base do conflito psíquico, entretanto, existem também, segredos que tem um efeito de reconciliação consigo e ou com a história de sua vida e outros que, em face da revelação, colocam a estrutura da pessoa em perigo o que revela a delicadeza do tema.

Vergonha e segredo

De fato, os segredos possuem uma dinâmica e apontam para um sistema relacionado com as alianças, com os rompimentos e com o lugar ocupado por cada membro do clã. Inclusive tem papéis a serem desempenhados de acordo com o lugar que a pessoa ocupa. Testemunha ou objeto? Crítico ou criticado? Aquele que sabe do segredo, ou mais um que se questiona a cerca do “mistério, do inexplicável”? Não sabe, de fato, nada a respeito do assunto? Estas e outras questões colocam-nos sempre diante de um triângulo envolvendo: conhecimento, dúvida e engodo. Seus efeitos são diferentes para cada uma das partes, mas, freqüentemente, aquele que

sabe e encobre o fato faz isso por julgar a situação como errada e de impossível reversão ou perdão. Uma tal pessoa, na maioria das vezes, encontra-se tomada pelo sentimento da vergonha. Ao mesmo tempo, o sentimento de medo em face da possível descoberta e a sensação de deslealdade para com aqueles que ama, turvam seu modo de encarar o próprio ser, ocasionando sofrimento, perda da identidade e tendência ao isolamento.

Para a pessoa tomada pela vergonha o segredo geralmente está a serviço da manutenção à possibilidade de lealdade para com um grupo significativo. Na vergonha, o significado de lealdade possui um matiz tão intenso, que por vezes, prejudica a capacidade da pessoa para ajuizar as coisas conforme as suas idéias. Como foi visto anteriormente, quando passeamos pelas características encontradas nas culturas da vergonha, encontramos este sentimento relacionado com a adesão incondicional aos modelos estabelecidos como ideais. Deste modo, quando uma pessoa está dominada pelo sentimento da vergonha é dominada também por um sentimento moral que não se refere apenas ao descumprimento de uma lei, mas à sua incapacidade de cumprir uma tradição, a sua incapacidade para alcançar aquilo que é posto como condição para dar credibilidade a si como alguém de valor.

De acordo com Imbre-Black (1994), as crianças, quando solicitadas, por um dos elementos do par parental para manter em segredo algo que exclui, ou rebaixa a si mesmo, ou a condição de sua família, vivem o sentido da lealdade, de um modo extremamente comprometido e deturpado. Este estado de coisas prejudica a capacidade da pessoa para ser leal para consigo mesma e para com os outros relacionamentos, exatamente por que não aceita as suas imperfeições ou não imagina que alguém possa aceitá-la e amá-la da maneira como é. Isto favorece a percepção de que para ser aceito, amado e não criticado, deve-se aderir, sem questionamentos aos modelos ideais, que fomentam o sentimento da vergonha, em face do desvelamento de características contrárias àquilo que é bem visto pela comunidade, ou pelo grupo a que faz ou deseja fazer parte.

Outro ponto importante a respeito do sentimento da vergonha refere-se a dificuldade em abandonar comportamentos “envergonhadores” em virtude da imagem depreciada que o sujeito tem de si. Neste ponto, a “lealdade” familiar entra em cena e assistimos comportamentos aparentemente inexplicáveis, mas que remetem a repetição de fatos, ou condições, entendidos como geradores da necessidade do segredo através das gerações. Imber-Black declara: “a repetição

pode ser vista e classificada como uma tentativa mal-orientada para revelar finalmente o segredo da família” (1994 pg 21), mesmo que a pessoa em questão não conheça o segredo de forma consciente. Ao mesmo tempo a revelação do segredo implica suporte psico-afetivo para perceber e entender sua história de forma diferente. Isto porque a revelação do que foi encoberto em virtude da vergonha, leva a pessoa, muitas vezes, a defender-se e isolar-se. Afinal o sentimento da vergonha possui um caráter inconsciente e, em parte, é um conflito intrapsíquico, mas também tem fundamentos nas concepções sociais e imperativos culturais. Ou seja, na tentativa de se proteger da reprovação ou do olhar que revela a queda de um ideal, o silêncio e o segredo são modos de suportar o insuportável e, desta forma, tornam-se uma forma de viver, freqüentemente, repassada através das gerações e que se fundamenta na dissimulação. Procura-se, segundo Gaulejac (2006), fechar o segredo no mais íntimo de cada um, criando um sistema de justificativas, que se mantêm e se firma com o tempo, dificultando diferenciar a necessidade de manter o comportamento e o entendimento das causas pelas quais a pessoa age desta forma.

Todavia, os segredos, freqüentemente ligados ao sentimento da vergonha, têm um cunho nocivo e tendem a ter um longo tempo de duração. Geralmente são questões referentes ao passado, mas que revelados no hoje da história de cada família despertariam mal-estar, decepção e a queda da imagem de algum elemento importante do clã.

Como já foi mencionado anteriormente no presente trabalho o sentimento da vergonha possui um caráter individual, mas que ao mesmo tempo, não pode ser desvinculado das concepções culturais. Ou seja, os segredos que se encontram na origem e na manutenção do sentimento da vergonha são entendidos como nocivos e fruto de ocorrências inaceitáveis social ou culturalmente falando. Este ponto é fundamental no que se refere ao sentimento da vergonha, pois não é apenas a revelação que se encontra envolvida para que haja modificação nas sensações de mal-estar. É necessário também que haja mudança no que se refere ao significado daquilo que é mantido em segredo, o que implica o questionamento de valores e da posição de cada elemento envolvido. Um segredo relativo ao nascimento como a adoção, por exemplo, pode significar proteção para os pais e traição para a criança. Ou seja: a revelação do segredo e a tentativa de reparação dos danos causados, dependem dos significados atribuídos ao mesmo.

Não é difícil perceber também a conexão entre os segredos familiares, os sintomas e as dificuldades, envolvendo a comunicação. Existem segredos familiares que são conhecidos por todos os elementos do clã, havendo apenas a “proibição” de se falar a respeito do assunto. Esta “proibição”, alerta Imber-Black (1994), freqüentemente força uma via de acesso à comunicação, através de sintomas como mutismo, adicção de drogas, alcoolismo, transtornos alimentares entre tantos outros. Além disto, os sintomas e alguns transtornos funcionam como uma metáfora, ou seja: “Um sintoma pode ser uma expressão simbólica de emoções poderosas conectadas a ele”

Segundo Gaulejac (2006), o sentimento da vergonha está ligado ao rompimento, fragilização ou destruição das formas habituais de se perceber, ou quando a auto-imagem é colocada em questão. A pessoa fica então, tomada por pensamentos torturantes e contraditórios, que oscilam entre a tentativa de manter sua unidade e, ao mesmo tempo, o apreço e a aceitação de si.

O sentimento da vergonha favorece à sensação de dilaceramento, a qual faz com que a capacidade para ajuizamento fique turvada, promovendo inclusive a confusão entre interior/exterior. As pessoas dominadas pelo sentimento da vergonha costumam ter uma auto-imagem depreciada, tomada por sentimentos de insuficiência, que podem, ou não, estar associadas a situações de humilhação ou rejeição. É exatamente este elemento, relacionado à queda da imagem ideal de si, que esclarece alguns pontos cruciais a respeito do sentimento da vergonha e suas dificuldades ligadas à clínica.

Vergonha e manifestações defensivas

Nas estratégias defensivas do sentimento da vergonha, mencionamos primeiro, à possibilidade de se experimentar o sentimento da vergonha sem que haja uma testemunha e, ou uma conduta errada. A pessoa sente vergonha pelo simples fato de achar-se insuficiente ou porque não atendeu a uma expectativa própria. Neste viés, o sentimento da vergonha não precisa da presença física de outrem, porque supõe os preceitos que ditam como se deve ser e agir para ser alguém de valor. Assim, a pessoa se vê destituída de sua imagem ideal, por aqueles que são, em seu entendimento, responsáveis por delimitar o que é ser virtuoso. Ao mesmo tempo, aqueles que serviram de modelos identificatórios na construção do ideal e que permanecem dentro de cada um de nós, impedem-nos de olhar para nós mesmos com orgulho e fazem com que nos

sintamos “acusados” pelas partes destes outros que estão dentro de nós, a apontar a nossa incapacidade ou insuficiência para nos tornarmos alguém de valor. Assim podemos compreender melhor a ligação do sentimento da vergonha com o narcisismo pois, na vergonha, aquilo que é mais importante e que gera sofrimento liga-se ao que a própria pessoa pensa sobre si. A avaliação que a pessoa faz de si mesma e a fantasia sobre a avaliação do outro ocasionam o não reconhecimento de si e colocam-na no conflito de precisar abandonar algo que faz parte de si, sem deixar de ser ela mesma.

Este estado de coisas mostra outra característica presente em pessoas tomadas pelo sentimento da vergonha, a saber, o impasse. Diante da imagem ideal de si arruinada ou da possibilidade de serem desveladas características não compatíveis com a imagem ideal, a pessoa é tomada por sensações de inibição. Sente-se acusada por não corresponder àquilo que acredita que deveria ser e, ao mesmo tempo, não encontra condição de ser diferente do que é. Pensar alternativas criativas fica difícil exatamente porque a pessoa se depara com a difícil tarefa de preservar uma imagem de si idealizada compatível as exigências do Ego Ideal ou aceitar a decadência desta imagem e liberar o Ego num movimento adaptativo entre o ideal e o real.

As sensações de “desmoronamento” e de perda da unidade são frequentemente relatadas pelas pessoas que tentam se libertar do sentimento da vergonha, em função da exigência para abandonar o modelo de suficiência e encara-se como insuficiente sem abandonar a credibilidade que dão a si mesmas. Trava-se, assim, uma batalha para que o curso da libido desvincule-se da busca por uma ilusão e a pessoa possa vir a sentir-se construtora de sua existência e de seu modo próprio e singular de ser e viver. Como adverte Gaulejac (2006), o sentimento da vergonha é criado e se mantém nas dimensões pessoais, sociais e nas expectativas a cerca de como se deve ser para tornar-se digno de valor. Os nós psíquicos, envolvendo a vergonha, implicam uma reformulação que invade aquilo de mais íntimo no sujeito, ou seja, a modificação do seu projeto de vida tanto no plano individual quanto no coletivo.

Acontece, entretanto, que a vergonha nasce no silêncio e, em virtude deste cunho narcísico, ligado a tentativa de preservação da imagem ideal, deparamo-nos com dificuldades muito primitivas, relacionadas à manutenção da unidade do Ego, o que favorece modos peculiares de defesa. Deste modo, no intuito de preservar a sua unidade e minimizar a dor, as pessoas tomadas pelo sentimento da vergonha tendem a apresentar estratégias defensivas que são, por assim dizer, correlatas as esferas que conjuntamente formam os alicerces para a emergência do sentimento da vergonha.

A primeira dimensão envolve uma estratégia para tentar conservar a auto-estima através de mobilizações, bloqueios ou distorções dos afetos que emergem do Ego e apontam à queda da imagem idealizada. Clinicamente, a expressão de ódio relativa a um grupo ou classe de pessoas é comum, pelo fato destas pessoas fazerem, a pessoa tomada pela vergonha, sentir-se inferior. Trata-se da antiga questão: Não sou eu quem não possui os atributos necessários para ser aceito ou amado, são eles que não são suficientes para mim. Deste modo, acabamos diante da segunda dimensão defensiva adotada por pessoas tomadas pela vergonha, a saber: não se oferecem mais como um objeto ao olhar do outro.

A pessoa tende a isolar-se e passa a ser o crítico, o juiz e aquele que aponta a falha dos outros. A vergonha surge, todas às vezes, que algo íntimo e privado aparece indevidamente no âmbito público. Como aponta Verzman (2005), o sentimento da vergonha, na atualidade, assume expressões diferentes. Dissociadas do conceito de honra. Liga-se a exposição de características relacionadas a performance individual, à nova proposta imposta pela cultura do espetáculo, que reforça o medo do sujeito de aparecer como depreciado, não perfeito e carente do auxílio dos outros. Neste sentido, antes de perceberem as suas falhas, o sujeito dedica-se a uma incansável busca para encontrar e apontar os pontos negativos do outro e, deste modo, salvaguardar algo de sua estima através da crítica e da depreciação do outro.

A terceira dimensão defensiva ligada ao sentimento da vergonha é a mobilização permanente unida a contestação dos ideais e valores sociais. Uma tentativa de “derrubar” a premissa que coloca a pessoa na posição de desvantagem ou insuficiência. Temos, assim, a acusação e a desmoralização de pessoas e regras socioculturais, que colocam a pessoa numa condição ou situação de desvantagem. Ou seja, ao não poder atender aquela tradição, aquela regra sociocultural, as exigências próprias para a participação num grupo ou categoria, ativa defensivamente a necessidade de contestar e “destruir” o valor que aquilo possa ter. Este estado de coisas favorece à necessidade brutal de combater e criticar tudo o que não se foi capaz de conquistar, gerando uma tendência à destruição do respeito pelo modo próprio de ser e viver de cada um inclusive de si mesmo.

Segundo Gaulejac (2006), os que não temem mais a vergonha, por já estarem mergulhados nela, desenvolvem, muitas vezes, uma força e aparente confiança em si, desproporcionais aos seus sentimentos reais. Muitas pessoas, com as vidas completamente voltadas para a ambição excessiva, estão, através deste objetivo,

tentando, em função do reconhecimento alheio de seu sucesso, sobrepujar o sentimento da vergonha. Logo, outra reação defensiva, freqüente nas pessoas tomadas pelo sentimento da vergonha é a ambição excessiva. Ela é uma espécie de antídoto para as sensações de insuficiência e rebaixamento. A ambição excessiva é uma forma de vingança do sujeito contra aqueles ou aquilo que o rebaixou. Seria uma forma possível de conservar parte de sua estima através da tentativa de mostrar o equívoco, o logro no ajuizamento das pessoas ao seu próprio respeito. Estas se tornam extremamente sensíveis a críticas e encontram uma saída para seus sentimentos de inferioridade através da humilhação alheia. Elas retiram muito prazer disto, mas vivem aterrorizadas pelo temor em verem-se desmascaradas. Pois não conseguem entrar em contato com o ciúme e a inveja que sentem se não tentando assegurar a sua onipotência através de comportamentos estratégicos que visam inferiorizar seus semelhantes.

Outra reação possível, mas vinculada também à percepção narcísica de uma imagem idealizada de si, diz respeito a soberba. Ou seja, a um sentimento de orgulho diante de uma situação ou condição de inferioridade.

Tanto a soberba quanto a ambição excessiva procuram restaurar a dimensão narcísica e manter a unidade do Ego seja através da glória ou do orgulho por sentir-se vaidoso com a sua própria desgraça. Vencer e humilhar os outros através de seus êxitos. Nos dois casos mantêm-se preservadas as tendências ao isolamento e o fechar-se em si mesmo. O orgulho por ser “abaixo de nada” ou “acima de tudo” é uma tentativa de manter-se como ser idealizado.

Na soberba o abjeto e a miséria tornam-se suntuosos e, mais uma vez, expressam a tentativa de diminuir a tensão com o Ideal do Ego e a imagem de si. A pessoa torna-se merecedora de glória simplesmente por conseguir ter orgulho de si sendo ou estando numa situação deprimente. Através disto, podemos perceber como a ambição excessiva atua como uma forma de compensação e vingança e a soberba como uma forma de se chegar à glória sem abandonar a idealização narcísica.

CAPÍTULO TERCEIRO: UMA ILUSTRAÇÃO CLÍNICA: A VERGONHA NA CLÍNICA DOS OBESOS

Atualmente acredita-se que aderir aos programas do culto do corpo é uma prova de auto-estima e o inverso, prova de falta de amor por si. Contudo, quanto mais algo é valorizado, mais o mesmo, se torna alvo de maiores preocupações e medos. Atualmente, um dos grandes desafios sociais lançados ao homem é a preocupação em alcançar resultados avassaladores nos cuidados do corpo. Estes resultados estão ancorados em modelos ideais, pré-estabelecidos, e, muitas vezes, desafiam os limites de conformação física das pessoas. A preocupação com a apresentação das formas do corpo não é algo novo, mas a maneira como as pessoas passaram a se engajar na busca deste ideal, modificou-se ao longo do tempo e vem desencadeando formas de sofrimento específicas. Neste contexto, vamos inicialmente, abordar algumas destas mudanças no engajamento pelo corpo e refletir sobre os sofrimentos que advém da impossibilidade natural de conseguir este objetivo.

Como já foi comentado anteriormente, o sentimento da vergonha se fundamenta nos ideais sociais. Assim sendo, compreende-se que existam imperativos para a aparência específica do corpo, bem como, sofrimentos advindos da impossibilidade de alcançar tais objetivos. O status de magro e “sarado” vem se estabelecendo como única apresentação desejável para o corpo humano, apesar deste desejo esbarrar em uma série de bitolações, que vão desde o parâmetro por um peso ou contorno ideal do corpo até os rituais de alimentação que nos são oferecidos pelo mercado atual. Apesar disto, o adjetivo de “gordo” ou “obeso” tem se transformado, cada vez mais, em parâmetro de julgamento que vai além do universo estético e se relaciona com a baixa estima, a falta de cuidados consigo e a possibilidade de conter os impulsos, entre outros juízos pejorativos.

Sentir-se bem sem estar com este peso ideal tem sido tarefa cada vez mais complicada, pois a obesidade, invés de ser olhada como um perigo à saúde, vem acarretando rejeições e julgamentos socioculturais, que colocam a pessoa acima do peso num lugar de menos valia. Neste contexto, vamos refletir sobre o sentimento da vergonha presente nos sofrimentos das pessoas que procuram os consultórios, em busca de ajuda para atingir um peso satisfatório. Com esta finalidade, efetuamos uma breve análise dos discursos daqueles que estão acima do peso e refletimos sobre o sentimento da vergonha, enquanto emoção social, ligada à opinião pública de caráter valorativo, a

respeito da imagem que se faz do outro e de si mesmo. Ao mesmo tempo, como uma ilustração clínica, comentamos alguns fragmentos retirados da nossa experiência com pacientes obesos que lembram formações defensivas da vergonha.

O corpo na contemporaneidade

O universo corporal se constitui como um todo que envolve o corpo erógeno, o corpo pulsional, a imagem corporal, bem como se constitui através de um processo histórico, que constrói nossos paradigmas a respeito de como deve ser e atuar nosso corpo no mundo. Silva (2004) comenta que tanto as explicações mitológicas quanto as judaico-cristãs a respeito da origem do homem ligam-no de forma implacável, à natureza e, deste modo, dependente das exigências da mesma. Entretanto, ao longo do tempo, esta concepção cosmológica foi deixando de ser valorizada pelo homem, havendo um afastamento paulatino do ser humano, no que concerne a concepção de seus desígnios sobre a natureza. A autora (2004) destaca que este distanciamento foi gradativo e já podia ser observado desde a Idade Média, na qual teriam nascido alguns rituais de preocupação consigo, que eram desconhecidos em tempos anteriores.

O cuidado exagerado com a aparência do corpo e o prazer físico, na Idade Média, entretanto denunciavam a luxúria e vaidade e eram considerados vícios a serem evitados. A cisão entre: carne e alma, divino e terreno, eterno e finito, tornaram as questões corporais de ordem inferior e apenas demonstraram que o foco maior dos interesses do homem deveria ser divino. Pois o corpo era frágil, falho, finito e teria que ser abandonado pela alma, para que fosse atingido o paraíso. Neste sentido, a cultura dominante tentava impedir qualquer declaração que visasse à valorização da aparência. O corpo, neste momento, era um valor religioso, pois criado por Deus e sagrado. A maior preocupação ao seu respeito era escondê-lo. Apesar das diferenças gritantes entre este momento histórico e a atualidade, uma questão se destacava: o modo como se cuidava e se apresentava o corpo do sujeito para o outro era um dos modelos impactantes utilizados para se identificar, e isolar ou aceitar, as pessoas em grupos. Deste modo, a maior ou menor aceitação do afastamento deste padrão demonstrava também a abertura ou intolerância da cultura e da sociedade para lidar com a diferença.

Macedo (1998) adverte que pesquisar os modelos de beleza adotados em cada época, envolve o risco de severos obstáculos entre os quais o caráter aparentemente fútil do tema. Entretanto, é através da conformação da imagem corporal que a cultura marca,

de modo mais intenso, suas leis, códigos que regem a conduta e o trato social dos indivíduos. Isso nos faz pensar, entre outras coisas, que talvez o cuidado com a imagem do corpo não seja hoje objeto de maiores cuidados e preocupação do que foi ontem. Foram as exigências e as perspectivas ligadas a estas preocupações que mudaram muito de tom e, como toda mudança, envolvem conseqüências, merecendo a atenção e reflexão.

De acordo com Amendoeira (2002), a situação sociocultural modifica as formas de estruturação e adoecimento psíquico. Hoje podemos observar, de modo nítido, intensas e profundas mudanças no que tange a família em sua organização e estrutura; a ausência de raízes culturais e conseqüentemente o definhamento das ligações, que amparam o homem ao enfrentar a vida. Estas coisas, relacionadas entre si criaram um universo novo de pressões, ditames e ideais a serem atingidos e abriram port para frustrações, que se tornam insuportáveis. Elas são capazes de destruir o sujeito que atualmente tem como companheiro, o fantasma do fracasso, do insucesso, da impopularidade. O autor (2002) destaca ainda que a diminuição das distâncias, a velocidade na transmissão das informações acarretam uma relativa tendência à superficialidade. O homem, submerso na Era da informação e tomado pelo projeto moderno de perfeição, não dá conta de suas próprias exigências, comprometendo assim a sua auto-estima, ligada aos seus feitos e a sua imagem pública. Além disto, os feitos “fantásticos” devem progredir em curva ascendente não podendo diminuir, cessar ou demorar, sem que a sensação de fracasso e vazio invadam o seu ser.

A concepção a respeito do corpo foi pouco a pouco se modificando também a partir das mudanças do homem na sua forma de se relacionar com o mundo. Para Silva (2004), esta maneira diferente de encarar o corpo iniciou-se, como já foi mencionado, na Idade Média, mas foi alterada com o fim na crença da transcendência divina. O homem, deixando de acreditar em uma ordem superior, passou a partir daí, a desconfiar de tudo que era objeto fora da natureza.

A partir do século XVII várias obras surgiram denunciando a abertura e a maturação de uma nova esfera sociocultural. A revolução Francesa teria sido o momento apoteótico deste processo. O homem passou a ter uma excessiva desconfiança de tudo que fosse ligado ao divino e as superstições. Envolvendo-se com o trabalho e a produção como modo de elevação, o homem passou a se preocupar com a geração de benefícios neste mundo, deixando de se inquietar pelas possíveis dádivas oferecidas em um outro mundo.

A razão e a ciência imperam, oferecendo uma nova visão do universo que a partir das revoluções operados por Copérnico, Galileu e Descartes, criam uma nova percepção do mundo constituído por objetos que deveria ser conhecidos pelo homem através das investigações científicas. O humano tinha como característica fundamental, a capacidade de perguntar, de duvidar e também de responder. Desta maneira, adquiria autonomia e se transformava em construtores de sua própria existência. O corpo enquanto objeto fora da esfera sacralizada, vai de acordo com Esper e Neder (2004), aparecendo e se tornando ele também, alvo de investigações. A anatomia e a fisiologia se destacam no estudo do corpo, o qual o configura no raciocínio industrial como força de trabalho.

A cisão radical entre corpo e alma, segundo Silva (2004), teria autorizado a ciência a conhecer e a tentar dominar o corpo como uma máquina capaz de ser aperfeiçoada e melhorada em seu funcionamento. A medicina enquanto ramo de ciência, oriunda da física, teria instaurado uma maneira de estudar o corpo humano decompondo-o em partes cada vez menores, utilizando a descrição minuciosa e reduzindo a complexidade de seu status. Os rituais de assepsia e sua aferição são incorporados como leis obrigatórias ao “bom funcionamento da máquina” e mudam radicalmente o cotidiano do homem, reforçando o entendimento do indivíduo, de sua existência, dependendo primordialmente de sua potência, valor e importância corporal.

De acordo com Silva (2004) o processo de privatização e a nova ordem sócio-econômica que privilegiavam a propriedade privada, modificaram também a relação das pessoas com seu corpo. Fazendo surgir, neste momento histórico, a crença em um vigor autônomo, força mecânica ligada ao corpo sem vínculos com a filiação e separada completamente da alma enquanto fonte de energia. Os cuidados pessoais, cada vez mais detalhados e freqüentes, produziram uma forma de avaliação de si que coloca o corpo no foco das preocupações. A ordem passa a ser: cuidar, no sentido de fortificar, repor as energias gastas pelo corpo e a saúde enquanto um corpo forte e resguardado de desgastes, torna-se ideal.

Padilha (2001) afirma que as propostas modernas exigem inúmeros tributos aos sujeitos que nelas se engajam. O renascimento, a reforma e o descobrimento do “novo mundo” criaram uma maneira diferente de ver o homem e suas relações com o mundo, consigo mesmo e com os outros. Este tempo, foi segundo Tourine (1998), denominado de modernidade e teve, como fundamental, intensa ligação com a racionalidade e a liberdade. Ao mesmo tempo, obedecendo as leis que visam a “felicidade da sociedade”,

haveria uma forma de ter, ser e desfrutar de tudo sem perder nada. Para Goldenberg (1997), a busca por utopias, num horizonte ideal foi a promessa feita ao homem moderno, ou seja, re-encontrar o paraíso perdido, utilizando o instrumental científico e não mais o religioso. O bem eterno, a ausência de mal-estar e de imperfeições, poderiam ser alcançados através destes instrumentos promovendo uma grande ilusão e falsificando sua natureza e a sua forma de se ligar com os seus desejos. A modernidade se caracterizou primordialmente pelas divergências de opinião e pela separação dos interesses entre passado e futuro, impossibilitando, assim, a evocação das questões do passado no presente.

A modernidade deseja criar um mundo perfeito, belo, limpo, sem desarmonias ou opressões e rompe completamente com o passado. Neste sentido, os homens teria que realizar sua própria identidade e deveriam, segundo Padilha, “constituir-se a partir de si mesmos” (2001 pg. 18).

A nível coletivo, o objetivo principal era a segurança, a estabilidade e, a capacidade de efetuar previsões. No sentido pessoal, a apregoada liberdade é limitada, pois a forma de viver de cada uma das pessoas precisa se inserir na ordem social.

Novaes (2006) esclarece que atualmente a relação que as pessoas desenvolvem com o belo ou o feio, demonstra nitidamente que a maneira de se lidar, hoje, com a aparência do corpo mudou. A feiúra hoje é uma característica imperdoável e proporciona forte influência no sentido de excluir as pessoas dos grupos. Ser belo faz parte, dos deveres morais do ser humano atual e, neste sentido, não aderir aos programas de embelezamento na tentativa de exterminar seta “falha moral”, justifica a exclusão.

Partindo desta premissa, pode-se inferir que talvez a adesão aos programas de embelezamento seja uma forma de tentar se inserir ou se manter como não excluído pois, o valor cobrado pela feiúra é altíssimo e vem tornando-se da ordem do insuportável. Não é a toa que as pessoas na atualidade, além de buscarem alcançar aquilo que lhes é dito como sendo causa da felicidade sentem-se inferiores e humilhadas, quando não possuem um arranjo entendido como “adequado”, gerando sofrimento e aumento da busca desenfreada por atingir o “ideal”.

O aumento das cirurgias plásticas, tratamentos estéticos, divulgação em massa de dietas e artifícios para mudar a aparência são uma mostragem do ponto a que chegou a preocupação com a aparência do corpo. Os índices relativos também aos transtornos alimentares, o número de psicofármacos e programas de incentivo e auxílio ao

emagrecimento e descoberta de “novos” limites do corpo têm feito grandes estragos na estima das pessoas, que não conseguem manter uma curva ascendente de resultados relativos ao corpo. Não há dúvida de que o ser humano sempre buscou a eterna juventude, entretanto, pondera Novaes (2006), estas concepções foram intensificadas demais de algum tempo pra cá, e, hoje, luta-se contra o cansaço, o envelhecimento, a feiúra como se fossem “pestes” e o portador da “doença” precisasse ficar isolado.

No Brasil, houve momentos em que a cirurgia plástica e os cultos adotados hoje como fundamentais à saúde e ao bem-estar, eram olhados com muita reserva pela maioria das pessoas. A prescrição de exercícios físicos ou de determinados tratamentos deveriam estar ligados ao combate da doença e não à busca da beleza, ou da eternidade. A denegação da doença, do envelhecimento, da dor e do sofrimento não apareciam da forma como, hoje, se apresentam. Nas primeiras décadas do século XX, por exemplo, as propagandas eram impregnadas de imagens de cadáveres, feridas, dor, doença, o prazer, a alegria e a beleza eram pouco anunciados e, quando eram, de forma bastante discreta, mesmo pela mídia tão acusada hoje de “fabricar” a necessidade da beleza. Na década de 20, apesar das divulgações de vestimentas da moda o corpo ainda era visto pela maioria, como morada da alma. Seu valor não era igual ao da alma e, mesmo sendo cuidado e embelezado, isto não deveria fazer esquecer que ele era “obra de Deus”.

Atualmente, reflete Novaes (2006), a questão não é mais aceitar, ou não, a aparência do corpo, esta questão está praticamente resolvida. O foco de preocupação gira em torno do quanto e como mudar o corpo que se tem.

Não há dúvida de que as propostas comerciais incitadas pelo espírito capitalista, que a mídia e o processo da globalização são capazes de formar e de modificar radicalmente opiniões. As novas tecnologias e as promessas de vida longa e felicidade corrente fazem parte do universo das chamadas “lavagens cerebrais”, que tanto influenciam o querer das pessoas.

Contudo, desde algum tempo, a psicanálise nos alerta para as comunicações efetuadas através do corpo. Desde as histéricas da época vitoriana, o corpo foi veículo de ligação e de expressão para os conflitos psíquicos. Neste sentido, a psicanálise, enquanto discurso, fez uma leitura, que perspassa o entendimento do corpo na atualidade e embora alguns acusem-na de não valorizar o corpo como enfatiza David-Menard (1989), a origem do saber psicanalítico atesta o contrário. Nas palavras do autor: “Não obstante, sabemos bem que a psicanálise nasceu de certo desvio em relação ao problema do corpo, isto é por levar em consideração o simples fato de que o corpo

falava e, a partir do momento em que se considerava que o corpo falava, era preciso fazer o desvio mínimo que consistia em escutá-lo, é essa a origem específica da psicanálise”(1989 pg.74). Para Assoun (1998), a psicanálise destaca um lugar para o corpo, através do inconsciente que não se reduz ao orgânico, físico ou somático. As manifestações corporais, ou vividas mediante o corpo, não devem ser reduzidas a meras “psicopatologias”, mas serem pensadas a luz das demandas o do desejo que se mostram ou deixam-se ver através do corpo. Haveria demandas por trás do “sintoma” do corpo malado, sarado e belo? Será que este desejo faria referência primordialmente à imagem e à aparência, ou resultado a que se deseja chegar? Se assim é, por que os índices de satisfação são tão pequenos, mesmo com o uso de tecnologias tão variadas e o alcance dos resultados programados elevada?

A imagem pública do corpo é oferecida ao olhar mortífero do outro, pois na medida em que a aparência do corpo não seja entendida como agradável ele corre o risco de ser rejeitado e excluído. A impressão, que a pessoa tem de si enquanto imagem pública necessita da aprovação deste outro. Levi-Strauss, citado em Novaes (2006), esclarece que o corpo possui uma espécie de idioma que se comunica de maneira subliminar antes mesmo de qualquer “fala”. Neste contexto, deve ser utilizado como grande contribuidor para se entender uma sociedade, os indivíduos que nelas estão, suas necessidades e seus conflitos. Acrescentando também que as: marcas, formas, texturas, dimensões e fôrmas impostas ao corpo do ser humano, a cada época, muito dizem sobre ele.

A partir disto, abordamos a questão relativa ao sentimento da vergonha e à sua relação com os sofrimentos suscitados pela busca de um peso ideal pois este sentimento articula-se com a devastação do sujeito diante do olhar mortífero deste outro social que o critica. Fala de suas impossibilidades, o faz muitas vezes, acreditar-se insuficiente e incapaz de alcançar aquilo que lhe é exigido.

Estar acima do peso: uma situação cada vez mais complicada

A Organização Mundial de Saúde (OMS) destaca que o crescimento do número de pessoas obesas é imenso. Além disto, a obesidade vem encontrando amplo espaço nos meios de comunicação de massa e crescem as instituições que buscam alternativas para combatê-la e preveni-la. As campanhas em prol dos bons hábitos alimentares e o engajamento dos serviços de saúde pública demonstram a atenção que é dada ao

problema. Da mesma forma, houve um aumento da procura de atendimento nos consultórios particulares, em virtude dos sofrimentos advindos deste problema, que hoje, se situa além da saúde e da doença, por causa dos múltiplos fatores associados a sua causa. Neste sentido vamos, agora, refletir sobre os conflitos das pessoas que procuram a clínica em virtude do sofrimento com a obesidade.

A obesidade não é uma doença nova, seu significado vem se modificando ao longo do tempo. Na Era paleolítica, já existiam representações do corpo extremamente obeso. A representação de mulheres obesas e a admiração artística pela obesidade feminina apareceram também em esculturas pré-históricas gregas, babilônicas e egípcias. A admiração por formas femininas obesas ligava-se ao fato da obesidade simbolizar a abundância e a fertilidade num momento histórico, em que a fome era considerada uma ameaça constante e bruta para a raça humana.

Segundo Novaes (2003), a imagem, principalmente, a da mulher se interliga a beleza, a fertilidade e a juventude. Na atualidade, entretanto, existe uma supervalorização dos corpos hiper trabalhados, tanto para homens quanto para as mulheres. As formas do corpo visam sempre o desejo do outro e a perfeição de acordo com os modelos pré-estabelecidos. De fato, a estética impõe uma forma e um modelo que demarcam o que é belo (aceito) e o que é feio (desprezado). A linha que separa a beleza e a feiúra é cada vez mais estreita no qual uma simples falha devasta qualquer aspecto de beleza que se possa encontrar na pessoa.

Aqueles que se deparam com o problema do peso encontram-se diante um conflito, que vai além da questão da saúde física. Os preconceitos e restrições dificultam a locomoção, a aquisição de roupas, a própria higiene corporal e os afazeres domésticos. O preconceito diante do padrão do belo cada vez mais associado ao magro implica dificuldade nos relacionamentos e incentiva algumas pessoas a fazerem da pessoa acima do peso vítima de chacotas. Diante da super valorização do estético, existe, conseqüentemente, uma rejeição social que com freqüência desencadeia sentimento de menos valia e inferioridade. Além disso, várias pessoas apontam que criança acima do peso tende a ser um adulto obeso o que nos leva a pensar que essa humilhação, na maioria das vezes, tem um tempo longo e marca a pessoa de forma profunda e brutal.

O corpo de um significado para o dono e para aqueles que o percebem. Como tal, é uma maneira de comunicação, veículo de expressão e se relaciona com o modo da pessoa se perceber enquanto ser no mundo. Labronici e Zottis (2003) efetuaram uma pesquisa com pacientes obesos que revelou, através do discurso dos mesmo, que o

processo de ganhar peso foi não só desencadeante de auto-imagem negativa, mas também fomentador de comportamentos de isolamento, tristeza, não pertencimento, e melancolia. Nas palavras da autora: “A obesidade, na sociedade contemporânea, não é apenas uma doença que aflige, o homem, mas também o exclui do imaginário popular de uma estética socializada”. Neste sentido, várias são as pesquisas que apontam para a depressão distúrbios de comportamento, baixa-estima e distúrbios da auto-imagem diante do problema da obesidade que interfere no campo físico, social e psíquico da pessoa.

A popularização e o crescimento do mercado de equipamentos, vestuário e alimentos dirigidos a este público, reforçam, muitas vezes mensagens implícitas de que “só é gordo quem quer”, “quem não gosta de si mesmo” ou “quem não tem força de vontade”. Descartam na maioria das vezes as questões genéticas e hereditárias ligadas ao fato e também, não levam em consideração as motivações subliminares por trás da mesma. Apesar de diversos trabalhos apontarem que as dificuldades ligadas à alimentação podem atuar como denunciadores de outros conflitos, perder peso a todo custo é a única forma de se resgatar a auto-estima recuperar a qualidade de vida e se reintegrar na sociedade. Não é a toa que pessoas obesas se engajam em diversos tratamentos para emagrecimento, muitas vezes, sem o menor cuidado com os efeitos nefastos em envolvendo os mesmos. Entretanto, os dados reais não são nada promissores e indicam que apenas aproximadamente 20% das pessoas que conseguem reduzir seu peso conseguem mantê-lo por um ano e somente 5% mantêm por mais tempo.

Das informações acima expostas com x podemos ou devemos acrescentar que a grande maioria das pessoas que conseguem emagrecer volta ou ao seu peso inicial ou suplantando-o significando também que estes indivíduos entram em contato com frustração, sentimento de fracasso e menos valia a cada nova tentativa o que os dificulta ainda mais adesão a um “novo programa de emagrecimento”. Estes fracassos sucessivos e o isolamento advindo em virtude da rejeição ou ridicularização social leva a pessoa a ver-se como inferior, “encurralada” e sem possibilidades de mudança.

Sabemos que os efeitos da obesidade são prejudiciais em diversos âmbitos, porém, além disto, outro fator preocupante, na atualidade é que mesmo um leve sobrepeso entra em choque violento com ideal de magreza e faz com que pessoas longe dos graus mórbidos de obesidade busquem medidas desesperadas e irresponsáveis. “Se

envergonhem de sua condição e sintam o preconceito e discriminação” (SALLET et al., 2001).

A discriminação propicia um círculo vicioso através das mensagens negativas internalizadas. A dor moral e a vergonha, em virtude do preconceito, além de pesar através do corpo, favorecendo mais aumento de peso, carregam o psicológico, o emocional e contribuem para que a imagem negativa ao seu próprio respeito se consolide. Anteriormente, observamos que para a instalação do sentimento da vergonha é necessário que a pessoa ache que não correspondeu ao ideal de um grupo e internalize um julgamento negativo. Os fragmentos clínicos ilustram, com maestria, outras especificidades ligadas ao sentimento da vergonha.

A clínica da obesidade

Fragmento clínico 1

“gordo é tudo, até ponto de referência. Se tem alguém ao meu lado apontam...aquela ali parada junto da gorda. Gordo não é gente, consegue ser qualquer coisa mas gente não é...” (mulher 35 anos)

O fragmento clínico pode ilustrar a forma como esta pessoa se vê como ser no mundo, alguém inferior, “que não é gente”. Lembra também um aspecto presente no sentimento da vergonha, que é o engajar-se de modo não possível de questionamentos em relação aos ditames culturais, ou seja: o não atendimento a um ideal imposto pela sociedade implica em não sentir-se pertencente à categoria. Expressa também a não reflexão a respeito destes ideais e a não possibilidades de um projeto criativo para a sua existência, enquanto “gente” sem o atributo da magreza. Faz pensar também como a opinião do outro a respeito daquilo que é desejado “ou não” influencia de forma brutal a imagem que temos de nós mesmos.

Fragmento clínico 2

“sinto que me transformei numa poça que entrou pelo ralo. Não tenho forças diante da comida, me sinto nada quando estou comendo e, ao mesmo tempo, sei que sou assim: uma vaca gorda! E daí? Nunca fui diferente” (mulher 24 anos).

Este relato nos faz pensar na característica relacionada ao sentimento da vergonha, que expressa o conflito de aceitar a si mesmo, rejeitando uma parte de si. Demonstra a tortura e contradição frente a algo seu que não consegue ser modificado nem integrado como uma parte de si sem que a consideração e o apreço por si mesmo sejam abalados. Ao mesmo tempo revela a indignação consigo e ausência de credibilidade que dá a si mesma para mudar sua postura diante daquilo que lhe é inaceitável.

Fragmento clínico 3

“Vi um cachorrinho sem pata, os outros estavam longe dele. Pensei que isso acontece comigo porque sou gorda, meus amigos falam mal de mim e dizem que eu nunca vou ser rainha do milho. Perguntei a minha mãe e ela acha que não, a minha médica disse que se eu comesse menos... Tudo isso porque sou gorda?” (criança 9 anos).

Este questionamento nos faz lembrar a característica do sentimento da vergonha relacionada ao engodo, aquilo que não é possível e as contradições de ajuizamento e explicação. Os “coleguinhas” dizem uma coisa, a família aparentemente diz que não, que o fato de ser gorda não implica que a criança não tenha um lugar de destaque numa festa escolar e a médica põe em xeque os outros relatos sem, contudo, haver um esclarecimento à criança de que o estado de estar gordo implica algumas formas de julgamento. Existe um saber a respeito do “estar gorda” da criança, mas é algo velado que envolve segredo. O que lembra também a questão do silêncio no cerne do sentimento da vergonha.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: PARA A VERGONHA NÃO EXISTE PERDÃO, EXISTE SUPERAÇÃO?

Clinicamente o sentimento da vergonha nos lança geralmente a uma pessoa ou orgulhosa de sua desgraça ou como algoz de seus semelhantes. Percebe-se daí, diversas dificuldades, no manejo clínico, com as pessoas tomadas pelo sentimento da vergonha. Elas frequentemente chegam ou dispostas a fazer do clínico mais um que os admira por sua desgraça ou como um ser inferior que precisa ser humilhado. Em ambos os casos o clínico vê-se diante de alguém que não lhe permite acesso ao seu íntimo, como uma ameaça ou como alguém a ser “usado” para mantê-los em sua glória nefasta. Nas palavras de Gaulejac (2006): “Quem não pode esperar ser reconhecido pelo alto tenta valorizar-se pelo baixo. Por não ser um vencedor, transforma a queda em proeza”(pg.194).

Atualmente, acrescenta Vezman (2005) o sentimento da vergonha liga-se primordialmente ao desempenho individual e a aparência. Na sociedade de hoje vemos, a cada dia, uma maior valorização da aparência relacionada às formas do corpo e do culto ao magro. Neste sentido, podemos pensar que talvez a ambição excessiva pela assunção a um corpo perfeito ou o orgulho em mostrar o seu corpo completamente fora dos padrões valorizados através de artifícios que o degradam, como uma possível manifestação do sentimento da vergonha. Ao mesmo tempo, a experiência clínica com pacientes obesos, revela aspectos bastante peculiares e próximos das manifestações da vergonha. Esta ponderação a respeito da clínica levou-nos a tentar efetuar uma breve reflexão a respeito do assunto no intuito de ilustrar como o sentimento da vergonha faz parte do nosso cotidiano. Como também, encontramos diversas informações que colocam a obesidade como um caso de saúde pública e motivo para a exclusão social o que justifica nosso pequeno passeio pelo tema.

Apesar da escolha por refletir sobre o papel do sentimento da vergonha e suas manifestações na clínica com pessoas acima do peso, não podemos deixar de pontuar outras dificuldades contemporâneas que tem, tanto em sua base como em suas manifestações, a presença deste sentimento.

Como já foi mencionado, a vergonha é um sentimento desagradável e penoso que tem estreita ligação com a imagem de si, com os padrões sócio culturais e com as expectativas do sujeito e do grupo. Exatamente por ter estreita ligação com a imagem de si, o sentimento da vergonha relaciona-se diretamente com a auto-estima, com a

identidade pessoal e a avaliação que a própria pessoa faz ao seu próprio respeito. Neste sentido, o sentimento da vergonha constantemente é encontrado associado a diversas dificuldades psíquicas. Anolli (2003) ressalta que freqüentemente o sentimento da vergonha é algo crônico e, neste âmbito, promove a repetição de emoções intensas e de auto-depreciação. Em virtude destes fatores encontramos freqüentemente o sentimento da vergonha como uma emoção “tóxica” que se caracteriza por sensações de impotência e promove a passividade diante dos desafios que a vida lança.

Uma das dificuldades encontradas associada ou, até mesmo, gerada pela vergonha é o perfeccionismo e a não aceitação dos limites. Isto ocorre, muitas vezes, porque geralmente as pessoas tomadas pela vergonha dão excessiva importância a opinião alheia, tendem a ser muito sensíveis às críticas e para preveni-las tendem ao perfeccionismo e, conseqüentemente, ao estado constante de tensão. A ansiedade direcionada a imagem pública é intensa o que favorece, por exemplo, a fobia social.

Outro ponto marcante, também direcionada a imagem depreciada de si é a questão da raiva. A raiva na vergonha se dirige a si, por se compreender encarcerado e sufocado por si mesmo, mas também se estende aos outros de forma implacável. Anolli (2003) ressalta que o sentimento da vergonha é de tal modo intenso que as pessoas tomadas por ele precisam de meios de fuga para não se aniquilar. Neste viés, existe não só uma tendência a responsabilizar os outros por sua “desgraça” mas, em alguns casos, a tendência a formações delirantes que acusam os outros de favorecer não só comportamentos de extrema agressividade e, por vezes, violência, mas tendência a se perceber como vítima de um “complô” favorecendo explosões furiosas, desejo de vingança e, até mesmo comportamentos de maus-tratos. A raiva cega ou a fúria são expressões bastante freqüentes pois atendem ao objetivo de relativizar a imagem negativa de si através do rebaixamento alheio e afasta as pessoas mais próximas servindo a tendência ao isolamento. Existe de fato, a pré-disposição em ver os outros como juizes inclinados a opiniões negativas logo, uma tendência a querer afastar-se de todos.

Outra dificuldade freqüentemente associada a vergonha é a depressão. Como o sentimento da vergonha se liga a impotência e a inclinação à passividade a depressão, muitas vezes, surge como um tipo de “resignação” direcionada a um ser que se avalia negativamente.

O sentimento da vergonha desencadeia também sintomas físicos expressivos e que podem associar-se a outras dificuldades. Falemos por exemplo do rubor e da

tendência à fala entrecortada. Estas expressões físicas do sentimento da vergonha podem se ligar a eritrofobia (fobia em ficar ruborizado em público) e a ataques de pânico diante da possibilidade em ver-se exposto em público.

Existem também casos no qual a vergonha se combina ao sentimento de culpa e segundo Anolli (2003) tem o poder de gerar tendências suicidas em virtude da culpa ser um sentimento desagradável e que pede reparação diante de um erro cometido e ao se associar ao sentimento da vergonha pode transformar o “erro” em algo irreparável. Como no sentimento de culpa existe também a inclinação de ficar “ruminando” o equívoco a sensação de mal-estar e a tendência de punir-se pode encontrar a sua expressão máxima através da tentativa de suicídio ou tantas outras formas de autodestruição. De fato, se atentarmos um pouco para as várias expressões e queixas ligadas a outras formas de padecimento psíquico poderemos entrever a participação do sentimento da vergonha. Valendo a pena destacar que, aqui, não se está querendo efetuar ponderações a respeito de causa/efeito, apenas levamos em consideração a expressão deste sentimento enquanto associado a outras formas de sofrimento no sentido de deixar claro o quanto ele encontra-se presente em nossa prática clínica e como pensar a respeito de estratégias terapêuticas para se lidar com o sentimento da vergonha são importantes.

Ao longo do trabalho pudemos perceber como o sentimento da vergonha é algo penoso e que se espalha pela vida dos indivíduos dominados por ela. Compreendemos também que para a vergonha não existe “perdão” pois este sentimento não tem como foco único um ato ou pensamento “errado”. Neste viés, existiriam formas de superar este mal? Quais seriam as estratégias terapêuticas possíveis ou indicadas?

A primeira questão colocada vem evidência faz referência ao caráter de impotência e passividade despertada pela vergonha. Daí sugere Anolli (2003), não se deve abordar terapêuticamente o sentimento da vergonha de maneira direta. Como o mesmo se direciona a imagem global que se tem de si, enfrenta-la de forma direta e frontal poderia aumentar o sofrimento da pessoa tornando a abordagem terapêutica ainda mais difícil. Seria necessário auxiliar a transformação da vergonha em outro tipo de sentimento através da distinção entre a pessoa como um todo e as suas características reprováveis. Ou seja, é preciso ajudar a pessoa a estabelecer limites entre a sua identidade pessoal, o ato ou característica reprovável e o ser social. De fato, seria uma tentativa de, através de outras características positivas, ajudar a pessoa a circunscrever aquilo nela que não aceita e procurar encontrar outras bases de sustentação de sua auto-

estima. Gaulejac(2006) denomina este processo de: reconstrução de uma história. Seria através da elaboração de um novo projeto no qual a pessoa pudesse ser objeto de amor, apesar da característica reprovável que poderiam ser despertados outros sustentáculos para a sua estima.

Outro ponto salientado é a tentativa de fazer com que a pessoa se compreenda como um ser sócio-histórico ou seja, fazê-la derrubar a característica básica e que sustenta o sentimento da vergonha, a saber, a adesão incondicional e irrefletida das regras que ditam como deve ser alguém de valor. Promover este debate interno configurando e demonstrando que os costumes, as leis e os hábitos são variáveis de acordo com a época, o lugar e o grupo ao qual quer pertencer ou pertence, ajuda a pessoa dominada pela vergonha a vislumbrar outros horizontes, formas diferentes de viver e que não comprometem a sua dignidade. Obviamente, esta é uma tarefa complicada e que exige dos parceiros da dupla terapêutica empenho e disponibilidade para não só re-pensar o projeto de vida da pessoa, mas também requer espaço interno para debater sobre seus valores, crenças e, principalmente, tentar alcançar um lugar subjetivo entre o real e o ideal que seja mais possível e menos doloroso. Como já foi mencionado, Gaulejac (2006) destaca a importância da pessoa em se ver como um ser sócio-histórico que construiu seus parâmetros para se entender como ser de valor a partir de ideais socioculturais e que, nem sempre, estes são atingíveis. É preciso auxiliar a pessoa dominada pela vergonha a se ver, além da esfera de julgamento a partir destes valores pré-estabelecidos e que a encarceram.

Faz-se necessário segundo Anolli (2003), que a pessoa transforme as experiências emocionais que tem relativas ao seu próprio julgamento. Uma das “sugestões” colocadas pelos autores seria transformar o sentimento da vergonha em outro tipo de emoção. Seria auxiliar o indivíduo a, de certo modo, decompor ou isolar características e comportamentos seus aceitáveis ou não por ela mesma. Através da percepção de que, apesar de suas características reprováveis, existem também elementos em seu ser dignos de valor. A partir de pequenos atos ou características positivas a pessoa pode abrir espaço interno para se ver como alguém com defeitos e qualidades e assim, digna de algum valor.

Anolli (2003) sugere tentar “transformar” a vergonha em culpa minimizando as ameaças para o Eu, para a imagem de si mesmo e ajudando também a neutralizar a raiva canalizada para os outros e para o seu próprio ser. Além disto, o sentimento de culpa tende a ter como referência um ato, pensamento ou característica compreendida como

“ruim” o que libera o indivíduo da sensação de impotência e passividade. A culpa é um sentimento para o qual existe a des-culpa e, sendo assim, através da “reparação” do erro ou “correção” da conduta, a pessoa poderia ver-se possibilitada à comportamentos mais aceitáveis dentro de seus critérios de avaliação e impelida a ação, a modificação e, neste sentido, a uma nova construção de si mesmo.

Além disto, no sentimento de culpa não existe o comprometimento a respeito do valor ou da eficácia da pessoa como um todo. Existe sim, um conflito interno que “acusa” aquele indivíduo por algo em si que foi compreendido como errado mas, ao mesmo tempo, pode ser atenuado através de condutas reparatórias. Obviamente, nenhum de nós pode negar que a culpa também é um sentimento penoso e que alguns comportamentos de “reparação” do equívoco podem levar a autopunição, mas ainda assim, nestes casos, não se vê com frequência a autopunição atuando no ser global o que libera o indivíduo para resgatar a estima por si mesmo através de outras vias. Existe também na culpa uma tendência a reparar o erro o que leva a pessoa a assumir sua falha, a se responsabilizar pelo seu ato e tendência a “confessar” o equívoco. O ato de “confessar” não só abre espaço para o resgate das possíveis relações perdidas, mas favorecem a escuta da opinião do outro em relação aos valores e aos parâmetros que norteiam as pessoas à ações e julgamentos. Anolli (2003) e Gaulejac (2006) ressaltam que compartilhar a experiência da vergonha é uma forma excelente para conseguir atenuar os seus efeitos. Socializar a experiência e as impressões de si mesmo envolve bastante sofrimento e uma espécie de “revival” de situações nas quais a pessoa dominada pela vergonha sentiu-se humilhada ou inferior. Entretanto, ao falar sobre o assunto a sensação de sufocamento e opressão diminuem. Ao mesmo tempo, perceber que outras pessoas também possuem atributos que a fazem não pertencentes a uma categoria ou as deixam “longe de seu ideal” faz com que a pessoa dominada pela vergonha se sinta pertencente apesar de seu “defeito”.

Outro ponto a ser reforçado diz respeito ao poder colocar em palavras publicamente àquilo que levava a pessoa a esquivar-se das relações. Ao procurar e encontrar as palavras que descrevem a sua situação e ouvir o que as pessoas podem dizer, mesclando opiniões (positivas, negativas ou neutras) não só demonstra que os paradigmas para julgamento são diferentes (promovendo a reflexão interna da pessoa tomada pela vergonha) mas fazem-na entender que nem todos são juízes acusadores, faz compreender também que todas as pessoas possuem coisas dos quais não se orgulham ou não as deixam satisfeitas consigo mas, ainda assim, é possível ser alguém digno e de

valor. Este estado de coisas favorece a reflexão a respeito dos próprios interesses e uma revisão a respeito daquilo que é prioridade para a pessoa. Ou seja, o trabalho em grupos terapêuticos pode ser de grande ajuda no combate a vergonha.

Deste modo, podemos concluir que para o sentimento da vergonha de fato não existe perdão mas, existem formas de superá-lo tornando os ataques ao Eu menos ameaçadores e promovendo maior aceitação de si e dos outros como são.

Referências

AMENDOEIRA, W. **Culto a imagem: psicanálise e ideais contemporâneos**, Pernambuco: Psicanálise em revista Vol. III, 2005.

ANDRADE, B. **Mídia e subjetividade: impacto no comportamento alimentar feminino**

Disponível em: www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-52732003000100012&script=sci_arttext - 62k -

Acesso em: 09.06.06

Anollí, L, **A vergonha**, 2003, São Paulo, Loyola

ARAÚJO; M. L, **A mulher e o corpo ideal na contemporaneidade: uma questão entre o desejo e o gozo**. 2001, São Paulo.

Acessível em: www.ip.usp.br/laboratorios/lvida/coloquios/amulher.htm

Data de acesso: 06.06.06

ASSOUN, P-L, **Lecciones Psicoanalíticas sobre cuerpo y síntoma**. 1998 Buenos Aires :Ediciones Nueva Visión

AYMARD, A. **O Oriente e a Grécia Antiga**. 1955, São Paulo, Difusão européia do livro

BENEDICT, R, **Padrões de cultura**, 1945, Lisboa, Edição: livros do Brasil

CARNEIRO, S. Normando (2006). **Do corpo da identidade para o corpo da carne**, 2006

Disponível em: [www.artigos.com/artigos/psicologia/ do-corpo-da-identidade-para-o-corpo-da-carne](http://www.artigos.com/artigos/psicologia/do-corpo-da-identidade-para-o-corpo-da-carne)

Acesso em: 05.05.06

CARNEIRO, S. Normando (2006). *A finitude e o desejo da sedução milagrosa, será possível?*.

Disponível em: [www.cev.org.br/br/biblioteca/ livros_sec_procurar.asp?busca=](http://www.cev.org.br/br/biblioteca/livros_sec_procurar.asp?busca=)

Acesso em: 02.06.06

CHASSEGUET-SMIRGEL, J, **O Ideal do ego**. 1992, Porto Alegre: Artesmédicas

COSTA, J F, **A face e o verso: estudos sobre o homoerotismo II**, 1995, São Paulo: Editora escuta

COSTA, J F, **Subjetividade exterior**, 2001, São paulo

Disponível: www.jfreirecosta.hpg.ig.com.br/

Acesso: 20.02.08

DODDS, E R, **Os Gregos e o irracional**, 2002, São Paulo, editora: Escuta

DOLTO, Françoise; NASIO, Juan-David. **A criança do espelho**. 1. ed. Porto alegre: Artes Médicas, 1991. 83 p. -- (serie discurso psicanalitico)

DOLTO, Françoise. **A imagem inconsciente do corpo**. 1. ed. Sao paulo: Perspectiva

ESPER; N E M, **O corpo contemporâneo**. 2004, São Paulo.

Acessível

www.centroreichiano.com.br/artigos/anais/Elisa%20Maria%20Barbosa%20Esper

Data de acesso: 06.06.07

FREITAS; GORENSTEIN; APPOLINARIO, S, C,C, **Instrumentos para a avaliação dos transtornos alimentares**.2004, São Paulo.

Acessível em: www.dnci.net/codex/angola/planoactividades/2004/

Acesso :09.06.07

FREUD, S, **Obras Completas**, 2005, Edição eletrônica

- _____ O projeto para uma psicologia científica
- _____ Estudos sobre a histeria (1895)
- _____ A interpretação dos sonhos (1900)
- _____ Três ensaios sobre a teoria da sexualidade (1905)
- _____ Sobre o início do tratamento (1913)
- _____ Narcisismo: uma introdução (1914)
- _____ Conferências introdutórias a psicanálise (1917)

GAULEJAC, V, **As origens da vergonha**, 2006, São Paulo. Editora: Via Lettera

JORDAN, A, **Sobre a honra Japonesa**, 2007

Acessível em: www.bugei.com.br/ensaios/index.asp?show=ensaio&id=47

Acesso: 09.07.07

NASIO, Juan-David. **Licoes sobre os 7 conceitos cruciais da psicanalise**. 1. ed. Rio de janeiro: Zahar, 1991

GUSMÃO, Paulo Dourado de. **Introducao a ciencia do direito: Introducao ao estudo do direito**. 7. ed. Rio de janeiro: Forense, 1976.

HALL, S, **A identidade cultural na pós-modernidade**,2003 Rio de Janeiro: DP&A editora

IMBER-BLACK, Evan. **Os segredos na familia e na terapia familiar**. 1. ed. Porto alegre: Artes Médicas, 1994

JAEGER, Werner Wilhelm. **Paideia: A formação do homem grego**. 1. ed. São Paulo: Herder

LAPLANCHE, Jean; PONTALIS, J.-b. **Fantasia originária, fantasia das origens, origens da fantasia**. 2. ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1990. 99 p. -- (transmissão da psicanálise ; 5)

LAPLANCHE, Jean. **Vida e morte em psicanálise**. 1. ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1985

LOPES, O. G. P, **A cultura do narcisismo**, 2005, Pernambuco: Psicanálise em revista, Volume 03

MANNONI, Octave. **Um espanto tão intenso: A vergonha, o riso, a morte**. 1. ed. Rio de Janeiro: Campus, 1992

MARTINS, J S, **A vergonha e decoro na vida cotidiana da metrópole**, 1999, São Paulo, Editora Hicitec

MERLINO, C, **Vergonha: uma forma de dor na atualidade**, 2005, Cadernos de Psicanálise V. 21 n 24

NOVAES, V. Joana (2006). *Ser mulher, ser feia, ser excluída*. Psicologia. Com. PT

Disponível em: WWW.psicologia.com.pt
Acesso em: 14.06.06

NUNES; APPOLINÁRIO, M. A, J. C, **Transtornos alimentares e Obesidade**. 2002, São Paulo: Artmed editora

PADILHA, M.M. T, **Sobre o discurso dos pais na contemporaneidade**. 2001 Recife: Universidade Católica de Pernambuco

PINHEIRO; T, **Sublimação e idealização e a pós-modernidade**, 2004 Rio de Janeiro.

Disponível em: www.geocities.com/hotsprings/villa/3170/TeresaPinheiro
Data de acesso: 08.06.06

ROCHA, Zeferino. **Abelardo-Heloisa, cartas**. Recife: Ed. Universitária da UFPE, 1997

ROCHA, Zeferino. O desejo na Grécia Arcaica. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental**, São Paulo, v. 2, n. 4, p. 94-122, dez. 1999.

SANT'ANNA, D. D, **Ética e cultura corporal**. 2006

Disponível em: plsql1.cnpq.br/dwdiretorio/pr_detalhe_prod_tipo_pesq?strPNroIdCNPq

Acesso em: 10.06.06

SCHNEIDER, Eliezer. **Psicologia social: Cultural, historica, politica.** 1. ed. Rio de janeiro: Guanabara Dois, 1978

SERPELL, Robert. **Influencia da cultura no comportamento.** 1. ed. Rio de janeiro: 1977

SEVERIANO, M F V, **Narcisismo e Publicidade: Uma Análise Psicossocial dos Ideais do Consumo na Contemporaneidade,** 2006, Escuta

SILVA, A M, **Elementos para compreender a modernidade do corpo numa sociedade racional.** 2004 Campinas: CEDES

Disponível em: www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-32621999000
Data de acesso: 04.06.06

SOUZA, Ielbo Marcus Lobo De. **Direito internacional costumeiro.** 1. ed. Porto alegre: Sergio antonio fabris, 2001. 229 p

TAYLLE, Y, **Vergonha a ferida moral,** 2002, Petrópolis:vozes

TOURAINÉ, A, Crítica da modernidade. 1998, Rio de Janeiro: Vozes editora

TSURUDA, V, **O preço da honra,** 2007

Disponível: tsuruda.deviantart.com/art/Frozen-Flower-Colors-
Acesso: 07.08.07

VAINFAS, Ronaldo. **Trópico dos pecados: moral, sexualidade e inquisição no Brasil.** Rio de Janeiro: Campus, 1997

VENOSA, Sílvio de Salvo. **Introdução ao estudo do direito: primeiras linhas.** São Paulo: Atlas, 2004

VIDAL, Marciano. **Ética da sexualidade.** 2002 São Paulo: Loyola

ZIMERMAN,D, **Fundamentos psicanalíticos,** 1999, São Paulo:artes médicas