Psicologia.pt
ISSN 1646-6977
Documento publicado em 01.04.2018

A SENSIBILIDADE NA MIRA SOCIAL

2018

Armando Correa de Siqueira Neto
Psicólogo e psicoterapeuta, desenvolve projetos e trabalhos para crianças e adultos, tendo por base o autodesenvolvimento e a psicologia preventiva.

E-mail de contato:
armandocorreadesiqueiraneto@gmail.com

RESUMO

Há uma percepção acerca da "insensibilidade" contemporânea pertinente aos resultados das tragédias bélicas, por exemplo. Todavia, ao que tudo indica, ela diz respeito a um tipo de resposta defensivamente progressiva de adaptação evolutiva frente às sobrecarregadas e contínuas pressões do ambiente estimulantemente hostil -- são funções primevas do cérebro automático --, e a modulação dos dois eixos: Sensibilidade afectiva-Frieza afectiva e Egoísmo-Altruísmo (de funcionalidades específicas interligadas), necessita de ajuste por força da constante pressão desreguladora, cuja intervenção sugerida é o investimento no autoconhecimento, um ajuste fino capaz de alcançar, pouco a pouco, consciência dos limites e alcances próprios, permitindo uma melhor autopercepção interativa com o meio e a continuidade oportuna do seu desenvolvimento. Trata-se, pois, de um imperativo biológico enraizado nas informações genéticas, a refletir de modo universal, em graus que oscilam com frequência, na tentativa permanente de ajuste.

Palavras-chave: Frieza, sensibilidade, egoísmo, altruísmo, autoconhecimento, evolução.

Copyright © 2018.
This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License 4.0.
https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/

Embora seja possível observar muitas pessoas demonstrando sensibilidade afectiva aos demais, percebe-se, com facilidade, o lado oposto desta mesma corda que teima em esticar em um cabo de guerra desumano, expondo outra porção razoável com baixa sensibilidade diante de cenários que vão da simples falta de cortesia no dia a dia ao "descaso" com os assombrosos eventos de guerra, cuja população envolvida (sobretudo a menos favorecida) é normalmente a vítima mais atingida tanto no impacto direto através de traumas físicos e psicológicos quanto dos monstruosos resultados da famigerada situação: a perda de seus lares, trabalhos, relacionamentos e rotinas, e o que é pior, a esperança, ou seja, a sustentabilidade mínima da sobrevivência digna tão necessária.

Quantas cenas e informações costumam circular nesta época dourada das redes sociais e da colossal velocidade a um clique online da mão? Sabemos de incontáveis circunstâncias desfavoráveis e inacreditáveis simultaneamente aos factos, porquanto não há distância entre o que ocorre e a sua notificação, assim, o que pode acontecer em desfavor da verdade são notícias incompletas ou distorcidas por equívocos ou de forma deliberada a fim de manipular a quem dela se sirva, e de formar opiniões e justificativas que possam desencadear convenientemente ações de interesse particular...

Mas o que chama a atenção ao nos voltarmos para este difícil período evolutivo no qual nos encontramos? Quantas vezes nos sentimos mal, desgostosos, e até com raiva de entrar em contacto com tamanha barbárie nos recentes séculos da tecnologia e do conhecimento? Eis aqui uma primeira reflexão, pois confundimos o moderno e suas importantes produções com o ponto de desenvolvimento da espécie, pois embora tenhamos a cabeça no incrível hoje jamais sonhado um dia, os nossos pés ainda se arrastam no movediço terreno do atraso, tendo em vista o tipo de cérebro e conexões neurológicas (Greenfield, 2000a) requerendo considerável aperfeiçoamento entre o raciocínio lógico e o conjunto emocional pouco desenvolvido em seu refinamento. Refiro-me aos desajustes relacionados à modulação da empatia -- emoção fundamental para que o ser humano se coloque no lugar do outro, em Goleman (2001) --, nesta segunda reflexão, que pode variar da preocupação extrema com outrem -- considere os casos parentais nos quais existem investimentos altíssimos de cuidados, nas palavras de Wright (2006) --, até a frieza afectiva, e não são inseridos aqui os casos de psicopatologia característicos de alguns transtornos da personalidade (American Psychiatric Association, 2013), muito comuns de serem assistidos nos filmes de suspense, até nos de ação e heroísmo, se notar a gélida performance com que o mocinho arrasa, ou mata o bandido, levando o público ao êxtase...

A modulação da empatia e a variação entre o egoísmo e o altruísmo

Como funciona a modulação da empatia, uma emoção tão importante ao convívio e à sobrevivência? É possível recorrer ao processo de evolução e extrair dele ricas lições sobre a questão, cujo fundo vem a ser as predisposições genéticas e o fator desencadeante que são as pressões causadas pelo ambiente (Pinker, 2004; VVAA, 2009; Wright, 2006), por exemplo, o egoísmo tão fundamental à adaptação e à salvaguarda da espécie, pode ser pressionado a tal ponto que ultrapassa os limites naturais aos quais se subordina desde os primórdios, tornando-se intoxicante em razão do excesso, todavia, há o seu antagónico, o altruísmo, e é claro que o primeiro ainda oscila em dose superior ao segundo em muitos casos. Precisamos nos cuidar individualmente, mas é fundamental o apoio mútuo para uma melhor protecção da espécie.

Gráfico do Modulador Emocional e Evolutivo – MEE

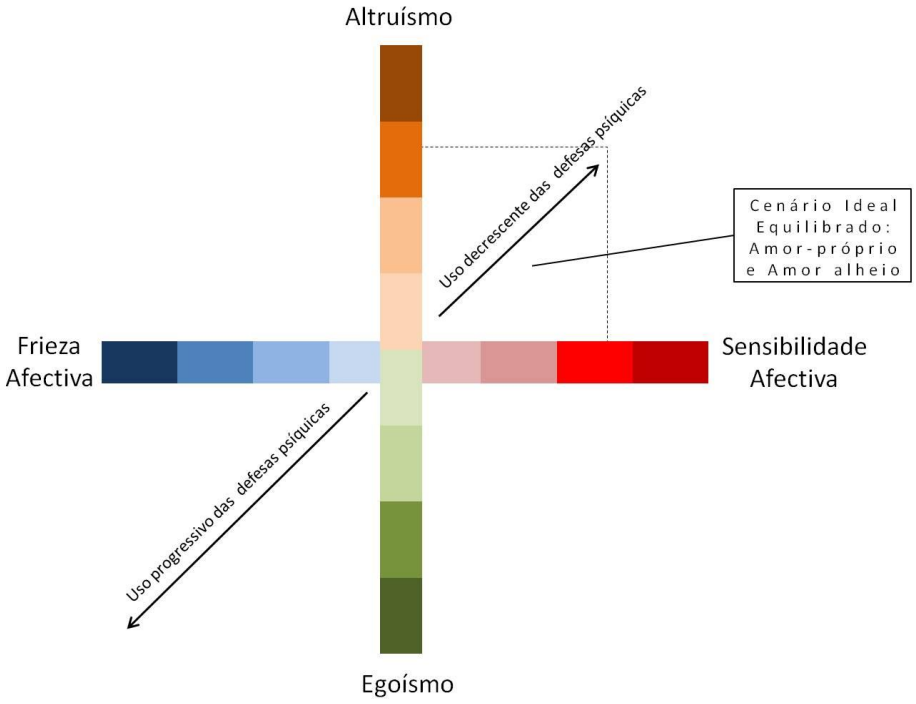

Gráfico MEE: Aspectos -- Egoísmo (E), Altruísmo (A), Frieza Afectiva (FA) e Sensibilidade Afectiva (SA) -- relacionados ao Modulador Emocional Evolutivo, de funções naturais independentes e interligadas impactadas pela pressão do ambiente. Ex: É possível se comportar com A e FA, e em outras condições como E e AS, além de FA e E (a mais desfavorável) e A e AS (ideal somente se circunscrita aos níveis equilibrados que não se sobreponham ao amor-próprio e aos níveis de sensibilidade, numa espécie de oscilação que se submete às pressões, disparando o maior ou o menor uso das defesas psíquicas.

Não obstante, é justamente o ponto em foco, haja vista tal variação entre o egoísmo e o altruísmo se darem pela sua importância adaptativa, cuja dependência flexível nos torna abertos ao desenvolvimento, pois no engessamento das possibilidades, seguiríamos à extinção pela ausência de adequação. O ajustamento é fundamental e é uma imposição biológica que se perpetua através do elástico maestro da vida: o DNA (Wright, 2006). E o que fazer diante de tamanho imperativo enraizado na poderosa natureza? A própria pergunta já dá o tom da desvantagem, mas segue-se que é possível avançar agora, e não esperar o futuro natural (e lento) evolutivo, ao refletir acerca dos nossos próprios comportamentos, desde que a receita considere:

O cérebro é capaz de ativar regiões e dar respostas emocionais de alto impacto em contacto a estímulos proporcionalmente fortes como a miséria gerada por uma guerra, por exemplo, mas é igualmente programado para retomar a estabilidade corrente em razão dos cuidados que tem a serviço de sua própria responsabilidade desenvolvimentista, ou seja, é possível sofrer e reagir com o outro, mas é preciso voltar a si para dar continuidade aos trabalhos pessoais. Eis aqui uma espécie de balanço entre o altruísmo e o egoísmo, decorrendo a pergunta: é possível perceber a dosagem de equilíbrio disposta pela natureza, que não costuma se equivocar em seu permanente plantão de assistência à espécie?

Autoconhecimento e auto-engano

Baseando-se nesta regulação crucial, a modulação torna-se o ajuste fino que privilegia tanto o egoísmo quanto o altruísmo, e o seu papel pode ser melhorado através de compreensões das quais nos alimentamos por meio, notadamente, do autoconhecimento, uma espécie de visão mais aprofundada sobre o que somos e as razões do que fazemos na superfície comandada tantas e tantas vezes pelo subsolo das motivações que sequer tomamos consciência (Witter, 1984), sim, a palavra consciência tem uma dimensão ainda pouco compreendida, e é diferente de ter apenas ciência disto ou daquilo. Sem falar no mecanismo do auto-engano (Fonseca, 2005), exageradamente utilizado às nossas acomodações, um tipo de escudo importante, mas que nos detêm atrasados se não nos lançarmos para além dele, e conhecer-se mais e melhor é uma das maiores batalhas neste campo. Eis um alvo a ser atingido pela consciência que aguarda por estimulação, cujas consequências podem alcançar uma melhor sensibilidade e o ajuste mais apurado da discutida modulação da empatia e demais emoções.

O cenário social e as pressões do ambiente

Tendo observado um pouco as regiões cerebrais e a modulação emocional, é hora de se voltar para o cenário social, pois as suas impressões, entendidas como pressões ambientais, variam de época a época, e de momento a momento dentro de uma mesma época, especialmente se houver uma explosão de estímulos quais a tecnologia, a informação, o crescimento populacional e suas dificuldades adaptativas, desta forma, as reações (ou respostas basicamente automáticas, eis a importância de se tomar consciência acerca das raízes do que se faz) tendem a se modificar e a requerer bem mais do seu usuário, e, caso haja uma estimulação contínua, sem pausas, o estresse é capaz de buscar outras saídas que podem ser paliativas, e causar o efeito bola-de-neve, levando a ainda mais situações desfavoráveis, como o desencadeamento de doenças psíquicas (Épinay, 1988; VVAA, 2009) (são tentativas de adaptação também, salvo nos casos clássicos de certas psicopatologias que demandam tratamentos específicos), e a brutal réplica do desregulamento das emoções, desconfigurando a modulação... Na impossibilidade de lidar com tamanha pressão, a resposta é a de "enclausuramento" no egoísmo, na defesa própria ante o peso intolerável dos estímulos que chegam incessantes e pesarosos, e é claro que uns respondem melhor, outros, nem tanto, dada a sua estrutura íntima psicológica e a visão que se tem de vida.

A auto-importância contemporânea e a pirâmide das necessidades humanas

Outro aspecto é a necessidade da auto-importância contemporânea (embora já analisada à época do Império Romano pelo filósofo estoico Sêneca, observado em Lowestein, 2000) largamente difundida (e facilmente ingerida) nos meios sociais, levando a percepções distorcidas entre o ser e o ter, e, na crescente predisposição, o parecer e o aparecer (Debord, 1997; Curtis, 2002a), submetendo, ainda mais, a um narcisismo desmedido, acima da sua nobre natureza que se fundamenta no essencial amor-próprio (Fadiman, 1986; Freud, 1996a), qual um impulso ao crescimento e à superação. Uma coisa é o recurso natural, outra é o seu uso. O dispositivo vem de fábrica, já o manuseio é por conta do cliente, dai a necessidade de desbravar e acessar o manual íntimo biopsicológico antes de ligar em qualquer tomada social. Ao menos deveria ser assim.

Expressiva parcela da população mundial ainda sofre com a falta de recursos materiais, colocando-a na linha de risco vital, logo, tal porção está na camada mais baixa da pirâmide das necessidades básicas, conforme estudos da ONU – Organização das Nações Unidas, entretanto, outro volume de pessoas se encontra acima, em outras camadas das necessidades, fixadas, ao que tudo indica, nas necessidades de auto-estima, conforme Fadiman (1986), caracterizadas pelo psicólogo norte-americano Abraham Maslow.

Ponderações finais

Amplie-se tal quadro ao relacionamento familiar (destaque-se o desenvolvimento infantil) que é suscetível às refinadas e complexas ligações que envolvem dependência nos vários setores humanos, o adequado papel do apego (uma determinação genética) na vinculação do relacionamento afetivo saudável desde os primórdios infantis, e acompanhe o gráfico diariamente, por anos a fio, e, de antemão, faça uma prospecção a respeito, apenas como possibilidades, meras tendências... Lembremo-nos de que as pessoas respondem diferentemente umas das outras, mas vale estimar o tipo de loteria a que nos submetemos em determinadas épocas... Que resultados advêm de impressões impactantes de reserva e frieza (variável) a bombardear considerável parte do tempo, senão ele todo? Não cabem, portanto, pesquisas que alcancem o desenrolar de tais perspectivas?

Então vivemos o momento de estreitamento do desenvolvimento, resultante das próprias conquistas e o seus reflexos, pois há um preço para cada coisa que se empreenda, mesmo em nome da evolução. Encontramo-nos embaraçados no novelo que combina certo distanciamento afetivo, numa espécie de modulação que oscila desfavoravelmente à frieza afectiva frente aos acontecimentos sociais globais que resultam em miséria diversificada à parte da população, e egoísmo pelo desencadeamento natural defensivo relacionado à proposta de adaptação e sobrevivência características das determinações evolutivas entranhadas no código genético.

Há, ainda, um foco social descontroladamente perturbador, a necessidade de auto-importância para uma camada de pessoas que se ocupam da nova ordem sequencial estabelecida na pirâmide das necessidades humanas: a auto-estima, pois, uma vez superadas as demandas básicas mais fundamentais alicerçadas na fome e na segurança, além das relações sociais, o psiquismo se coloca à disposição do apreço alheio, que, se percebido na condição distorcida, cobra a alta taxa da aparência, desnivelando, consequentemente, a modulação do egoísmo e da frieza afectiva em doses que almejam a compensação de uma auto-realização que não se alcança, através da afeição exterior, em nome da satisfação interior, uma mirabolante (e ilusória) intervenção originada no antigo e astuto auto-engano.

A modulação da empatia e das outras emoções, em estreita e harmoniosa combinação aos apelos lógico-racionais patina na escola da aprendizagem evolutiva, requerendo bem mais do seu estudante, pois as aulas ainda não projetaram em seus quadros um dos temas mais essenciais à reflexão das reflexões: o autoconhecimento, uma disciplina que falta aos bancos escolares mentais, dada a sua magnitude em não só compreender a própria natureza da qual se serve, porém tão desconhecida em suas origens, mas também do desencadeamento prático que resulta em níveis de consciência capazes de alterar significativamente a compreensão e o desempenho das nossas atitudes ainda insuficientes, as quais requerem o vital amadurecimento para ultrapassar os limites

que nós próprios colocamos como decorrência (ou efeito) de tudo quanto praticamos em nome dos passos que damos na direção da evolução, ainda que sequer tenhamos a devida noção.

Não são necessários os conceitos sobre a frieza e o egoísmo a surgir eventualmente nas nossas cabeças para se encarregarem de dar o tom das respostas provocativas, basta a intrincada rede de funcionalidades cerebrais e psicológicas despercebidas, expressado por Damicis (2011a), ou os enormes, silenciosos e tão antigos trabalhos evolutivos da natureza (mais uma vez lembrada), para que experimentemos profunda e sofrivelmente os seus efeitos inerentes, e quiçá possamos, oportunamente, considerar tais incompreensões em nossas orações de súplica emocional, no altar das transformações necessárias que contemplem o autoconhecimento, venerado por alguns grandes pensadores desde a Grécia Clássica. Deve existir uma razão profunda a respeito.

Pois bem, o trabalho é duro e exige tenacidade e resistência (nem que se caia ao chão por vezes, é natural), e os ganhos decorrentes se projetam inestimáveis, qual olhar de soslaio pela pequena fresta da cortina a preparar o belíssimo espetáculo da evolução humana, em uma peça chamada 'Amor-próprio e amor ao próximo', um misto de egoísmo e altruísmo em busca de equilíbrio a se desenvolverem nos bastidores se assim o empreendermos com empenhado autoconhecimento. Nós somos os autores de brilhante história humana, ainda que ela sempre seja modificada em alguns trechos por força da influência de outros escritores coparticipantes. Eis a sensibilidade na mira social, um melhor adequamento ao tipo de resposta que damos às pressões que nós mesmos criamos em nome do desenvolvimento da espécie. É de dentro que podemos extrair os recursos tão caros à autossuperação exigida neste exato momento.

REFERÊNCIAS

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author.

Bee, Helen. (1997) *O ciclo vital*. Porto Alegre: Artes Médicas.

Cecil, Jessica. (2002a) *Instinto humano: sobrevivência*. I BBC, Londres.

Cecil, Jessica. (2002b) *Instinto humano: desejos mais profundos*. II BBC, Londres.

Cecil, Jessica. (2002c) *Instinto humano: competição*. III BBC, Londres.

Cecil, Jessica. (2002d) *Instinto humano: proteção*. IV BBC, Londres.

Cook, Michael. (2005) *Uma breve história do homem*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.

Curtis, Adam. (2002a) *O século do self: a engenharia do consentimento*. BBC, Londres.

Curtis, Adam. (2002b) *O século do self: há um policial em nossas cabeças, e devemos destruí-lo*. BBC, Londres.

Curtis, Adam. (2002c) *O século do self: oito pessoas bebericando vinho em Kettering*. BBC, Londres.

Davidoff, Linda L. (1983) *Introdução à psicologia*. São Paulo: McGraw-Hill do Brasil.

Damicis, Francesca; Hofer, Petra; Reckenhaus, Freddie. (2011a) *O cérebro automático I*, Media.

Damicis, Francesca; Hofer, Petra; Reckenhaus, Freddie. (2011b) *O cérebro automático II*, Media.

Darwin, Charles. (2009) *A origem das espécies por meio da seleção natural*. São Paulo: Escala.

Davidoff, Linda L. (1983) *Introdução à psicologia*. São Paulo: McGraw-Hill do Brasil.

Debord, G.A. (1997) *A sociedade do espetáculo*. Rio de Janeiro: Contraponto.

Épinay, Michèle Lalive d'. (1988) *Groddeck: a doença como linguagem*. Campinas: Papirus.

Fadiman, James. (1986) *Teorias da personalidade*. São Paulo: Harbra.

Fonseca, Eduardo Giannetti. (2005) *Auto-engano*. São Paulo: Companhia das Letras.

Freud. Sigmund. (1996a) *Sobre o narcisismo: uma introdução*. Obras Completas, vol. XIV. Rio de Janeiro: Imago.

Freud. Sigmund. (1996b) *O mal-estar na civilização*. Obras Completas, vol. XXI. Rio de Janeiro: Imago.

Goleman, Daniel. (2001) *Inteligência Emocional*. Rio de Janeiro: Objetiva.

Greenfield, Susan. (2000a) *A história do cérebro: tudo na sua mente*. BBC, Londres.

Greenfield, Susan. (2000b) *A história do cérebro: no calor do momento*. BBC, Londres.

Guyton, Arthur C. e Hall, John E. (1997) *Fisiologia humana e mecanismos das doenças*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.

Lowestein, Delia. (2000) *Filosofia: Um guia para a felicidade, com Alain de Botton [The consolations of Philosophy]* ABC, Londres.

Mlodinow, Leonard. (2009) *O andar do bêbado: como a acaso determina nossas vidas*. Rio de Janeiro: Zahar.

Morgan, Clifford Thomas. (1977) *Introdução à psicologia*. São Paulo: McGraw-Hill.

Pinker, Steven. (2013) *Os anjos bons da nossa natureza*. São Paulo: Companhia das Letras.

Pinker, Steven. (2004) *Tábula rasa: a negação contemporânea da natureza humana*. São Paulo: Companhia das Letras.

Pontes, Cleto Brasileiro. (1998) *Psiquiatria: conceitos e práticas*. São Paulo: Lemos Editorial.

VV.AA. (2009) *Psicologia evolucionista*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.

Witter, Geraldina Porto e Lomônaco, José Geraldo Bitencourt. (1984) *Psicologia da aprendizagem*. São Paulo: EPU.

Wright, Robert. (2000) *Não-Zero: a lógica do destino humano*. Rio de janeiro: Campus.

Wright, Robert. (2006) *O animal moral: por que somos como somos: a nova ciência da psicologia evolucionista*. Rio de janeiro: Elsevier.