

## Curso para iniciantes ao pastorado

### **Matéria: FAMÍLIA – VIDA PESSOAL**

#### Objetivo da matéria:

O(a) pretendente ao pastorado deve saber administrar seu tempo para seu próprio cuidado e de sua família. Entender que o trabalho pastoral exerce gasto de energia e, por isso, o pastor tem que, obrigatoriamente, ter descanso. Deve entender também que a família não pode ser negligenciada. Deve estar descansado para uma boa e proveitosa meditação da Palavra de Deus proporcionando assim sermões que edifiquem a vida da igreja.

Primeiro é necessário entender que a vida pessoal do pastor ocorre em três áreas:

- Individualidade/Subjetividade;
- Vida Conjugal;
- Vida Familiar.

#### Sobre a individualidade/Subjetividade:

### **Introdução**

*Guarda o teu **coração** acima de tudo, porque dele provém a vida.*

*Provérbios 4:23*

Segundo o comentário bíblico de Kidner (2011, p. 65-66), a palavra **coração** representa mais comumente a “**mente**”, mas pode ir além deste ponto para representar as emoções, a vontade e todo ser interior.

Como centro das faculdades espirituais e da vida moral, o coração na Bíblia é tratado como a sede da sabedoria, da memória, da vontade, das disposições da alma (boas ou más), das paixões e sentimentos, dos desejos, da consciência. No sentido místico e religioso é pelo coração que Deus forma, instrui e fala com cada homem. É no centro dos corações humanos que Deus quer fazer sua morada.

Os povos antigos acreditavam que a centralidade da vida humana se dava através do coração, de lá provinham os sentimentos, emoções, inteligência, sabedoria... No qual definiam a individualidade do ser humano.

Se devemos guardar o nosso coração (mente), então devemos conhecê-lo, fazer uma análise de si mesmo para entendermos o que verdadeiramente deve ser guardado a respeito das coisas do coração (mente). Por isso, vamos conhecer um pouco como a nossa mente é estruturada, como é construída a nossa personalidade e a partir de então entender um pouquinho do porque nos comportamos de uma forma ou de outra em determinadas situações.

### **A construção da individualidade: temperamento, caráter e personalidade**

É necessário primeiramente entender que a formulação da personalidade de um indivíduo é um tema complexo, com muitas discussões científicas. Assim como não existem pessoas idênticas, embora possuam traços em comum, da mesma forma é com a personalidade, não existem personalidades idênticas.

Cada indivíduo tem sua história pessoal e isto deve ser destacado no estudo da personalidade. O que podemos perceber é que no decorrer da vida todo ser humano passa por um processo de desenvolvimento, pelo qual gradativamente vai sendo moldada a personalidade.

Englobado na história pessoal do indivíduo devemos levar em conta alguns aspectos importantes: o dado biopsicossocial, que se refere às condições biológicas, psíquicas e sociais, observando sempre as condições ambientais, sociais, culturais e psíquicas no qual o indivíduo está inserido. O autor D'Andrea (2006, p. 10) diz o seguinte: “Personalidade é a resultante psicofísica da interação da hereditariedade com o meio, manifesta através do comportamento, cujas características são peculiares a cada pessoa”.

O desenvolvimento da personalidade está intrinsecamente relacionado ao desenvolvimento físico, independente da fase do desenvolvimento, a personalidade apoia-se na estrutura física do indivíduo, isto chamamos de **constituição**. Na constituição há um conjunto de características individuais e hereditária que podem ou não se desenvolver nas interações com o outro, a esse conjunto damos o nome de **genótipo**. Além disso, existem também características individuais adquiridas basicamente por influência do meio e que no conjunto são chamadas de **paratipo**. Ao observar um indivíduo ele se apresenta com uma estrutura fenotípica, que é o resultado da integração genótipo-paratipo. No plano psicológico o temperamento de um indivíduo pode ser considerado genótipo, enquanto seu caráter com paratipo e a personalidade com fenótipo.

- **Temperamento**= tendência herdada do indivíduo para reagir ao meio de maneira peculiar;
- **Caráter**= é o conjunto de formas comportamentais mais elaboradas e determinadas pelas influências ambientais, sociais e culturais, que o indivíduo usa para se adaptar ao meio.
- **Personalidade**= é a integração dos aspectos físicos, temperamentais e caracterológicos. Sempre dinâmico. A personalidade vai adquirindo variadas e sucessivas modalidades durante a vida embora conserve certas características que lhe conferem consistência e continuidade.

### O Aparelho Psíquico

O termo “aparelho psíquico” foi criado por Freud (fundador das ideias psicanalíticas) para explicar a atividade psíquica. Segundo Freud o aparelho psíquico é composto por três partes: ID, EGO e SUPEREGO.

O ID é a parte original desse aparelho, a partir dele formam-se as outras duas partes. A atividade do ID consiste de impulsos que obedecem ao princípio do prazer, isto é, que buscam o prazer e evitam a dor, na medida em que estas sensações são definidas pela própria natureza do organismo.

O EGO terá como principal finalidade agir como intermediário entre o id e o mundo externo. Sendo ele o princípio da realidade, auxilia o indivíduo a redirecionar seus impulsos do id, de modo que esses sejam satisfeitos não dentro de um princípio do prazer, mas levando em conta a realidade. Isto significa que o indivíduo deve suportar um sofrimento para depois alcançar o prazer e renunciar a um prazer que poderá fazer sofrer-lo mais tarde. Ambos os princípios visam o mesmo objetivo, alcançar a satisfação e evitar a dor.

O SUPEREGO surge à medida que a criança vai entendendo e internalizando que as demandas do seu meio persistem sobre forma de regras e normas estabelecidas. Popularmente o chamamos de “consciência” representa a resposta automática de “certo” ou “errado”, que surge no indivíduo diante de várias situações. O superego representa a herança sócio-cultural, enquanto o id a herança biológica.

### Consciente, Pré-Consciente e Inconsciente

Freud em um dos seus postulados trouxe a ideia do aparelho psíquico dividido em três planos ou sistemas: consciente, pré-consciente e inconsciente.

**Consciente**, é considerado uma parte relativamente pequena e inconstante da vida mental de um indivíduo, diz respeito a tudo aquilo que o indivíduo está ciente em determinado instante e cujo o conteúdo provém de duas fontes principais: os estímulos atuais, percebidos pelo aparelho sensorial e todas as lembranças de experiências passadas que podemos recordar logo de início.

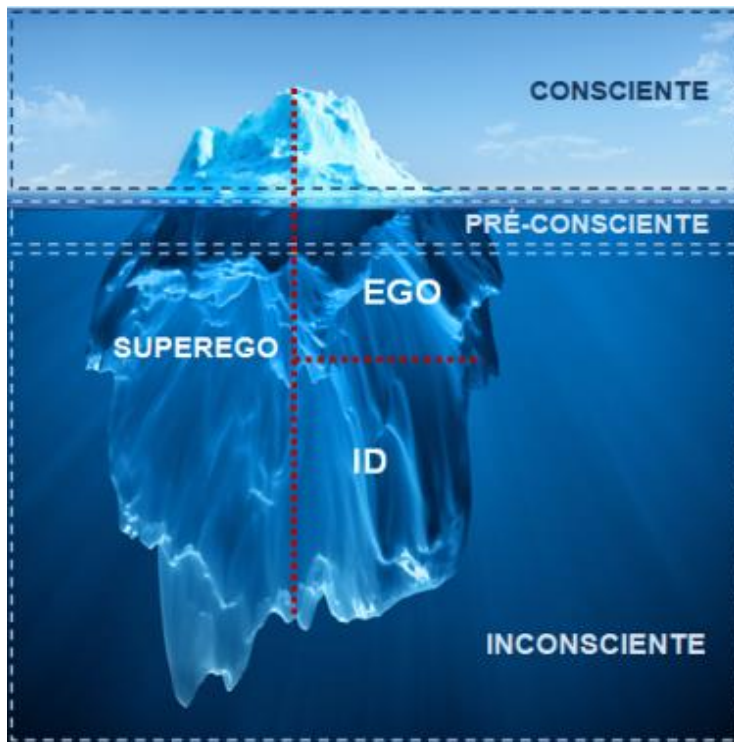
**Pré-Consciente**, é o reservatório de tudo o que pode ser lembrado com certo esforço.

**Inconsciente**, nele encontra-se todos os impulsos primitivos que influenciam o comportamento e dos quais não se tem consciência e um grupo de ideias carregadas emocionalmente, que uma vez foram conscientes, mas em vista de seus aspectos intoleráveis foram expulsas da consciência para um plano mais profundo, de onde não poderão vir à tona voluntariamente. O inconsciente nunca é acessível direta e claramente, só podendo ser explorado através da análise de dados indiretos como é o caso da interpretação dos sonhos.

O ID é inteiramente inconsciente, o EGO sendo a porção que se diferenciou ID para contatar com o mundo externo e ao mesmo tempo receber informações do mundo interno, é a parte consciente (e pré-consciente) e parte inconsciente, o SUPEREGO sendo a incorporação no psiquismo, dos padrões autoritários e ideias da sociedade é inconsciente na medida em que funciona automaticamente, mas passível de compreensão consciente, uma vez que se originou do ego no seu contato com o mundo externo.

As leis de funcionamento do inconsciente são denominadas de processos primários em contraposição ao processo secundário que pertence ao consciente e pré-consciente. Sendo assim, os impulsos básicos têm no presente a mesma força que possuíam no passado e uma emoção recalcada permanece com a mesma intensidade com que foi conscientemente sentida pela primeira vez.

As figuras abaixo exemplificam mais claramente todo esse aparelho psíquico estudado por Freud:



### Mecanismos de Defesa

Na estrutura psíquica, o ego surge em resposta às frustrações e exigências que o mundo externo impõe ao organismo. Os mecanismos de defesa têm funções protetoras e alguns deles são empregados por todos, na vida cotidiana, para conseguir estabilidade emocional. Podem ser usados para auxiliar na integração da personalidade, apoiando-a na adaptação ao meio e nas relações interpessoais. Entretanto, seu uso pode ser feito de forma inadequada ou mesmo destrutiva, tornando-os em si mesmos, ameaças para o

bom funcionamento do ego, levando ao aparecimento de transtornos psicológicos. Dentre vários mecanismos de defesa existentes, citarei a seguir alguns dos principais:

- **Compensação:** É um mecanismo de defesa pelo qual o indivíduo, inconscientemente, procura compensar uma deficiência real ou imaginária.

**EXEMPLO:** Um menino deficiente físico não consegue jogar futebol, por isso compensa tornando-se muito estudioso

- **Deslocamento:** Através deste mecanismo, um impulso ou sentimento é inconscientemente deslocado de um objeto original para um objeto substituto. Através do deslocamento, o indivíduo é protegido do sofrimento que resultaria consciência da real origem de um problema. Seus efeitos podem vir à tona, mas o motivo original é disfarçado.

**EXEMPLO:** Um paciente está furioso com seu médico, não expressa isso, mas agride verbalmente a enfermeira.

- **Formação reativa:** Mecanismos inconsciente pelo qual atitudes, desejos e sentimentos, desenvolvidos pelo ego são antítese do que realmente é almejado pelos impulsos. Dar exemplos.

**EXEMPLO:** Maria odeia enfermagem. Ela fez para agradar os pais. Durante o exercício da profissão ela fala a estudantes em perspectivas sobre a excelência da enfermagem como carreira.

- **Introjeção:** Com fins didáticos, chamaremos de introjeção a todos os tipos de identificação onde o indivíduo, inconscientemente, procura igualar-se a outro, transferindo para si mesmo vários elementos da personalidade. A introjeção pode ser definida como um processo inconsciente pelo qual objetos externos positivos ou negativos são internalizados.

**EXEMPLO:** Um menino que se identifica com as ideias e atitudes de seu pai, procurando assim desenvolver padrões apropriados de comportamento masculino.

- **Negação:** É um dos mais simples e primitivos mecanismos de defesa. Consiste no bloqueio de certas percepções do mundo externo, ou seja, o indivíduo frente a determinadas situações intoleráveis da realidade externa, inconscientemente nega sua existência para proteger-se do sofrimento.

**EXEMPLO:** Uma mulher toma bebidas alcoólicas todos os dias e não consegue parar, não reconhecendo que tem um problema.

- **Projeção:** É o processo mental pelo qual atributos da própria pessoa, não aceitos conscientemente, são imputados a outro, sem levar em conta os dados da realidade. Dar exemplo.

**EXEMPLO:** Uma irmã da igreja procura o pastor e diz que a outra irmã faz fofocas e cria rebulição na igreja, sem perceber que é ela mesma em seus comportamentos que possui tais características.

- **Identificação:** Uma tentativa de aumentar o valor pessoal adquirindo alguns atributos e características de um indivíduo que se admira.

**EXEMPLO:** Uma adolescente que precisou de uma reabilitação longa após um acidente decide torna-se fisioterapeuta em consequência de suas experiências.

- **Racionalização:** É uma tentativa de explicação consciente visando justificar manifestações de impulsos ou afetos inconscientes e não aceitos pelo ego.

**EXEMPLO:** João diz a enfermeira de reabilitação: “Eu bebo porque esta é a única maneira que tenho para lidar com meu casamento fracassado”.

- **Repressão (ou recalque):** É o processo automático que mantém fora da consciência, impulsos, ideias ou sentimentos inaceitáveis, os quais não podem tornar-se conscientes através da evocação voluntária.

**EXEMPLO:** Certa pessoa sofre uma situação traumática (como ser assaltado) e não se lembra de absolutamente que aconteceu durante o assalto.

- **Sublimação:** É o processo pelo qual um impulso é modificado de forma a ser expresso de conformidade com as demandas do meio. Este processo inconsciente é considerado sempre como uma função do ego normal. Nele não é necessário um controle sobre o impulso, pois este apresenta-se modificado de tal forma que pode ser satisfeito sem proibições. O ego na sublimação ajuda o id a obter expressão externa, o que não ocorre com outros mecanismos de defesa. Os impulsos são desviados para canais socialmente aceitos.

**EXEMPLO:** Uma mãe que perde uma filha com câncer transforma a dor da sua perda em uma ONG que acolhe mães que estão passando pela mesma situação.

- **Regressão:** Retirar-se em resposta ao estresse para um nível anterior de desenvolvimento e as medidas de conforto associadas a esse nível.

**EXEMPLO:** Devido ao processo de separação dos pais, João um garoto de 5 anos, que já faz xixi na privada volta a fazer xixi na cama.

- **Isolamento:** Separar um pensamento ou recordação do sentimento, afeto ou emoção a eles associados.

**EXEMPLO:** Uma mulher jovem descreve como foi atacada e estuprada, sem demonstrar nenhuma emoção.

### **Desenvolvimento da personalidade na psicanálise**

Anteriormente trabalhamos acerca da estrutura psíquica, os planos em que as atividades mentais funcionam e alguns mecanismos de defesa utilizados para a manutenção do equilíbrio psíquico. Neste momento vamos trabalhar as principais fases nas quais o indivíduo constitui a sua personalidade. Dentro da psicanálise acredita-se que o desenvolvimento psíquico ocorre através de quatro fases (chamadas fases psicosexuais), sendo elas: oral, anal, fálica, latência.

- Fase Oral: Corresponde ao primeiro ano de vida, a libido (energia psíquica) esta centrada na porção superior do trato digestivo, ou seja, toda a energia psíquica da criança esta fundamentalmente à disposição do impulso de auto-preservação, especialmente ligada à necessidade de alimentar-se.

- Fase Anal: Corresponde ao segundo e terceiro ano de vida, a energia libidinosa, concentra-se na atividade anal e é reforçada pelas exigências dos pais quanto ao controle de esfínters.

- Fase Fálica: Corresponde ao período que vai dos três aos cinco anos, a energia psíquica do indivíduo dirige-se para os órgãos genitais, iniciando-se a masturbação infantil. Nesta fase, a criança passa pela mais importante experiência de seu desenvolvimento psicológico, que é o complexo de Édipo (explicar). A resolução satisfatória deste problema predisporá a criança a sair definitivamente de seu narcisismo e buscar satisfação de seus impulsos nos objetos do mundo externo e fora da família, levando em conta as barreiras e facilidades que o meio oferece. Freud (pai da psicanálise) considera os primeiros cinco anos de vida como os decisivos na formação da personalidade.

- Fase de Latência: Diz respeito ao período de latência, onde aparentemente, os impulsos do ID são relegados a um segundo plano, em função do desenvolvimento intelectual. Esta fase dura até o eclodir da puberdade, quando se inicia a adolescência.

- Adolescência: Nesta fase os impulsos sexuais, voltam à ação, agora reforçados pelo desenvolvimento dos órgãos sexuais.

O sucesso na superação de cada obstáculo das fases proverá no indivíduo mais confiança, independência e integridade emocional.



### **Progressão, fixação e regressão**

A progressão saudável de uma fase para outra ocorre com o sucesso na superação de cada obstáculo, isso fará com que o indivíduo desenvolva cada vez mais confiança em si, independência e integridade. No decorrer dessas transições de uma fase para outra nem sempre o indivíduo encontra condições favoráveis que o ajude no desenvolvimento de sua maturidade, seja por fatores constitucionais (genéticos) ou do próprio meio, denominamos esse fenômeno de fixação. As fixações são consequências de duas causas principais: 1) Excessiva gratificação das necessidades próprias de uma fase, determinando uma resistência à passagem para a fase seguinte; 2) excessiva frustração das necessidades próprias da fase levando a uma interminável busca de gratificação.

Alguns indivíduos conseguem passar de um estágio de desenvolvimento para outro, porém ao enfrentar problemas de maior dificuldade, falham e retornam a um estágio anterior onde se sentiam mais seguros e gratificados. Assim, não conseguindo satisfação das necessidades de uma determinada fase, devido aos obstáculos que não consegue ultrapassar, a pessoa regride. A fixação e a regressão são complementares. Quanto mais intensa for à fixação, mais facilmente haverá regressão diante de novos obstáculos.

### **Vida Adulta: um reflexo da infância**



*Peter: - Você me poria na escola?*

*Sra. Darling (amavelmente): - Sim.*

*Peter: - E depois eu teria que trabalhar?*

*Sra. Darling: - Acho que sim.*

*Peter: - Logo eu seria um homem?*

*Sra. Darling: - Logo, logo.*

***Peter (com veemência): - Não quero ir para a escola aprender nada a sério. Ah, minha senhora, ninguém vai me pegar e me transformar em gente grande. Eu quero ser sempre um menino e me divertir.***

Acredito que todos um dia já ouviram falar sobre a história de Peter Pan, um menino que nos mostrou o encanto da eterna juventude. Ele sempre foi representado como um símbolo da juventude, da alegria. Cheio de vigor, em suas aventuras com a fada sininho, ele desperta a criança dentro de todos nós, suas aventuras nos empolgam.

Porém, apesar de todo um lado mágico trazido por Peter Pan existe também um outro lado da história. Você já parou para pensar em por que Peter desejava permanecer jovem? Sem dúvidas crescer é uma tarefa árdua e difícil para todo ser humano, mas por que Peter evitava isso a todo custo? O que o fez rejeitar todas as coisas de adulto? O que é que ele realmente buscava? Será que sua vida infantil era tão fascinante quanto à história nos faz pensar????

Embora toda a história seja divertida e nos faça recordar o quanto era gostoso ser criança, existe algo contraditório no modo de ser de Peter. Infelizmente no fundo o jovem Peter era um rapaz muito triste. Sua vida era permeada de contradições, conflitos e confusões. Seu mundo era hostil e impiedoso. Apesar de toda aquela vitalidade juvenil que Peter aparentava, ele era um menino profundamente perdido em sua rígida recusa em se tornar um adulto. Ele escorregava em um imenso abismo entre o homem que não desejava se tornar e o menino que não podia mais ser.

Como vimos anteriormente é baseado nas fases estudadas que a personalidade vai se estruturando, esse caminho é permeado de desafios e dificuldades que precisam ser enfrentadas para que haja o desenvolvimento gradativo da maturidade. Quando estas dificuldades são mais permeadas por angústia ou por algum bloqueio emocional são criados os pontos de fixação que impedem o indivíduo de se estruturar de forma desejável e satisfatória na vida adulta, favorecendo o mesmo a ter uma imagem deformada de si e do mundo que o cerca, este fato provavelmente tenderá a levá-lo a ter sérios problemas de adaptação e ajustamentos.

De certa forma todos nós experimentamos certa dose de desajustamentos, tanto interno quanto externo. Quando esses desajustamentos são mais leves, tendemos a dar menos importância e vamos seguindo a vida com esses “probleminhas”, apenas quando esses probleminhas são ou se tornam “problemões” que nos impede e bloqueia a fazer algo ou mesmo tocar a vida é que a atenção volta-se para a resolução e compreensão desses problemas.

Uma das coisas que auxiliam o desenvolvimento de alguns desajustes e falta de maturidade emocional são os desejos, sentimentos, mágoas, tristezas, raiva, as emoções... que inconscientemente recalamos, ou seja, por conta da dificuldade de enfrentar algumas emoções sem percebemos colocamos em uma caixinha onde não temos acesso, mas uma hora ou outra essas emoções mal resolvidas retornam, sejam em atitudes desajustadas ou alguma patologia psíquica ou até mesmo física (depressão, pânico, doenças de pelo ou doenças sem causa orgânica). Retornam mascaradas com o intuito de encontrar um meio de solucionar as pequenas e grandes pendências que ficaram no passado.

O ponto “x” da questão é não fugir das frustrações. Frustração é inevitável em todas as fases da vida, mas cabe a nós levantarmos dos tombos e procurarmos meios para a superação das frustrações nas quais estamos expostos em todo o tempo.

Quando o indivíduo emocionalmente encontra-se imaturo cabem, justamente, reações extremadas frente às situações de maior tensão, pois tanto podem ficar paralisados, inertes e até deprimidos ao terem que enfrentar momentos que lhes geram maior ansiedade quanto podem ter reações violentas, abruptas, desesperadas e de muita agressividade frente a elas. Aí sim a ansiedade provocada por essas vivências, nos indivíduos menos fortalecidos emocionalmente, pode, muitas vezes, lhes trazer grandes prejuízos físicos e psicológicos. A tabela abaixo demonstra alguns sintomas característicos de ansiedade patológica (doentia).

| ALGUNS SINTOMAS RESULTANTES DE ANSIEDADE ELEVADA OU CRÔNICA              |                                       |
|--|---------------------------------------|
| PSICOLÓGICOS   | FÍSICOS                               |
| Hiperatividade, fadiga, estress  | Dores nas costas                      |
| Incapacidade para manter relações interpessoais estáveis e satisfatórias | Azia, náuseas, diarreias e tonturas   |
| Irritabilidade e inquietação   | Transpiração excessiva                |
| Dúvidas  | Taquicardia                           |
| Insônia ou sono excessivo  | Gastrites e úlceras                   |
|  | Perturbações menstruais e glandulares |
| Tumores ou fobias  | Asma, tuberculose                     |
|  | Obesidade                             |
| Obsessões e compulsões   | Hipertensão arterial                  |
|  | Amnésias                              |

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
|                                   | Infarto ou miocárdio, doenças coronarianas   |
| Alterações de humor               | Artrite Reumática                            |
| Cóleras patológicas               | Afonia, gagueira, acessos de tosse e soluços |
| Crises depressivas e melancólicas | Hipertireoidismo                             |

As situações frustrantes provocam ansiedade e cada indivíduo reage a ela de maneira diferente, de acordo com sua própria história de vida. O tipo de reação às frustrações varia de acordo com as experiências infantis vividas por cada pessoa.

A maneira como os pais através de seus comportamentos conduzem e educam seus filhos também refletirá de forma preponderante na personalidade do indivíduo, tornando-se um adulto com muitas dificuldades emocionais. A próxima tabela demonstra alguns comportamentos inadequados dos pais que refletem na personalidade de seus filhos.

TABELA SUMÁRIA DE RELAÇÕES DEFEITUOSAS ENTRE PAIS E FILHOS

| CONDIÇÕES INDESEJÁVEIS                                | DESENVOLVIMENTO TÍPICO DA PERSONALIDADE DA CRIANÇA   |
|---|--|
| Rejeição  | Sentimentos de insegurança e isolamento. Busca de atenção, negativismo, comportamento hostil. Incapaz de dar e receber afeição.                                      |
| Superproteção-domínio                                 | Submissão, inadequação, falta de iniciativa, tendência para a dependência passiva nas relações com os outros.  |
| Mimo excessivo  | Egoísmo, exigência, incapacidade para tolerar frustração. Rebelde diante da autoridade, excessiva necessidade de atenção, falta de responsabilidade.                 |
| Perfeccionismo- Ambições não-realistas para a criança | A criança interioriza os padrões não-realistas dos pais. O fracasso inevitável leva à frustração contínua, sentimento de culpa, autocondenação e autodesvalorização. |
| Padrões morais rígidos e não-realistas                | Desenvolvimento extremo de consciência moral. Tendência para a rigidez, conflitos graves, autocondenação e autodesvalorização.                                       |
|   | Excesso de liberdade ligado a insegurança, agressividade anti-social. A  |

|                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| Disciplina defeituosa                | disciplina severa e excessiva condenação do eu por comportamento social condenado, angústia com relação a comportamento agressivo. A disciplina incoerente geralmente resulta em falta de valores estáveis para orientação do comportamento, com tendência para incoerência e vacilação ao enfrentar problemas. |
| Rivalidade entre irmãos              | Hostilidade direta ou indireta, insegurança, falta de auto confiança, regressão.  |
| Desavença conjugal e lares desfeitos | Angústia, tensão, insegurança, falta de uma base segura no lar, tendência para avaliar o mundo como um lugar perigoso e inseguro. Lealdades conflitivas, faltas de modelos adequados para o desenvolvimento adequado do ego.  |
| Os pais como modelos deficientes     | Interiorização de atitudes de valor imorais e socialmente indesejáveis, que frequentemente levam a problemas com a justiça.   |
| Exigências contraditórias            | Falta de esquema integrado; confusão e autodesvalorização.  |

Esses comportamentos afetam diretamente na formação da personalidade do indivíduo, contribuindo também para que este desenvolva sua maturidade ou fique preso a imaturidade.

A seguir citarei alguns sintomas psicológicos de uma pessoa emocionalmente imatura e os reflexos dessa imaturidade frente a sintomas físicos (o que chamamos de psicossomáticos- quando o estado da psique é refletido no corpo através de doenças ou alguns sintomas incômodos).

### **Sintomas psicológicos do indivíduo emocionalmente imaturo**

- Sentimentos de inadequação
- Insegurança
- Necessidade de companhia
- Necessidade de apoio, afeição e segurança
- Falta de confiança em si mesmo
- Ansiedade ou angústias crônicas
- Infelicidade
- Reações exageradas em relação a pequenos aborrecimentos

- Rigidez e inflexibilidade interna
- Dificuldade de avaliar objetivamente a realidade
- Desânimo constante
- Fobias
- Dificuldades para tomar decisões
- Medo de cometer erros e de ser castigado
- Irritabilidade generalizada
- Sentimentos de culpa
- Pânico
- Pensamentos repetitivos de cunho repulsivo, imoral e aterrorizante
- Atos compulsivos
- Elevados padrões de integralidade
- Perfeccionismo
- Rigidez moral e crítica
- Dificuldade para se divertir
- Crises depressivas
- Cleptomania
- Mitomania (tendência mórbida para a mentira)

### **Sintomas somáticos do indivíduo emocionalmente imaturo**

- Náuseas e enjôos
- Insônia ou sono excessivo
- Inapetência ou apetência excessiva
- Taquicardia
- Elevada pressão arterial
- Dificuldades para respirar
- Tremores nas mãos e lábios
- Sudorese excessiva
- Tonturas
- Tensão muscular no pescoço e ombros
- Dificuldades de digestão
- Diarréia branda ou crônica
- Micção frequente
- Distúrbios sensoriais (surdez, cegueira, perda do tato, do olfato e da sensibilidade)

- Distúrbios motores (acessos de bocejos, de soluços, de espirros, risos, choro, tiques), paralisias parciais ou totais
- Distúrbios viscerais (vômito, asma, arrotos, dores, anorexia, oligúria, constipação, crises de urticária)
- Afecções psicossomáticas.

Todos esses sintomas aparecem como resultado da imaturidade emocional do indivíduo que, pela sua fragilidade interna, o induz a ter, em maior ou menor grau, dificuldades de adaptação em relação a si mesmo e aos fatos da vida. Embora seja na infância (durante as fases do desenvolvimento trabalhadas acima) as principais marcas deixadas no psiquismo do ser humano, as dificuldades e patologias geralmente começam a surgir no período da adolescência ou da vida adulta, quando as situações pessoais ou sociais tornam-se mais difíceis de serem vividas de maneira equilibrada por exigirem maior maturidade e responsabilidade para serem enfrentadas.

Isso se torna mais intenso conforme a pessoa se distancia do seu processo de autoconhecimento e deixa-se ser levada para onde a vida quiser leva-la. Foge de si mesma nega a existência de seus conflitos, cria sintomas e continua vítima de sua própria história.

O processo de crescimento envolve renúncia, renúncia da segurança atual, e toda renúncia é geradora de ansiedade uma vez que o futuro é sempre uma incógnita e conhecer o desconhecido sempre nos traz certa tensão, mas também nos traz a possibilidade de crescer.

Romper os laços com o mundo infantil é o mesmo que permitir-se romper com as limitações psíquicas para ser quem de fato se é.

### **Os caminhos da maturidade: Uma perspectiva psicológica-bíblica**

Quanto mais maduro emocionalmente nós somos, mais fortes são nossos valores, mais fraca será a força da nossa ansiedade, mais equilibrados ficamos para enfrentar os obstáculos da vida e tanto mais crescemos a cada obstáculo vencido. Porém, quanto mais imaturos emocionalmente nós somos, mais limitada será nossa flexibilidade interna para lidar com os conflitos, maior será a força da ansiedade sobre os nossos sentimentos, desejos, emoções e comportamentos e tanto maior será a quantidade de frustrações e fracassos que teremos de experimentar.

Sabemos que para adquirirmos uma compreensão consciente de quem somos temos, antes de tudo, que querer entrar em contato com os nossos sentimentos e emoções mais profundos de uma forma contínua, com muita perseverança e coragem, durante muitos e muitos anos ou, de preferência durante a vida toda. Temos que ir garimpando o nosso mundo inconsciente até encontrar o significado das nossas vidas.

Essa conquista ocorre em função de um processo de crescimento do indivíduo em relação a si mesmo e ao mundo que o cerca. É através das inúmeras e constantes lapidações emocionais que fazemos no decorrer de nossas vidas que vamos ganhando forças para superar os tantos obstáculos que surgem em nossos caminhos e vamos criando condições para construir a nossa maturidade emocional.

Podemos observar que percorremos um caminho onde vários elementos dentro de cada ser humano precisam ser elaborados, e quando isto ocorre permite que o indivíduo encontre o caminho da maturidade emocional. Isso envolve um longo processo de desenvolvimento e autoconhecimento e, nesse processo de passagem de uma trajetória egocêntrica, toda voltada para si mesmo, para uma trajetória alocêntrica, voltada para uma vivência no mundo, com o mundo e para o mundo, caminhamos por estradas tortuosas, cheias de pedras enormes, buracos profundos, ribanceiras e abismos imensos até chegarmos ao topo de nossa compreensão para que assim possamos alcançar nossa própria liberdade. Essa liberdade tão duramente conquistada nos traz a conscientização de quem de fato somos, criando assim condições de avançar frente às sensações limitantes das estradas tortuosas e dos abismos da vida, acreditando que em alguma etapa de nossas vidas, estaremos prontos para dar a nossa contribuição, ainda que pequena, para a humanidade. Uma personalidade bem estruturada e, conseqüentemente bem integrada é à base da saúde mental, ou melhor, é a base para uma vida emocional saudável.

### **A maturidade para Paulo**

*Quando eu era menino, falava como menino, sentia como menino, discorria como menino, mas, logo que cheguei a ser homem, acabei com as coisas de menino.*

*I Coríntios 13:11*

Nos escritos paulinos, a perfeição ou maturidade acarreta diversas ideias relacionadas com o conceito de desempenho, alcançar um desígnio ou se completar. “O



que é perfeito ou maduro alcançou o desígnio pretendido”. Em geral, Paulo usa o adjetivo *teleios* (“perfeito”, “completo”, “maduro”) para transmitir o conceito, embora diversas palavras cognatas também contribuam para completar a imagem: *teleioo* (“aperfeiçoar, completar ou amadurecer”), *teleo* (“completar”, “terminar”), *telos* (“fim”, “resultado”, “desígnio”, “completamente”) e *teleiotes* (“maturidade”, “perfeição”). O conceito paulino inclui quatro aspectos distintos: 1) simples maturidade ou alcance de um desígnio; 2) perfeição espiritual como a situação de todos os cristãos “em Cristo”; 3) uma posição de perfeição relativa alcançável pelos cristãos nesta vida; e 4) o estado de perfeição máxima que os cristãos têm esperança de experimentar no mundo que há de vir.

Em diversas passagens Paulo fala da maturidade. Ele encoraja os coríntios a pensar como adultos, como pessoas maduras, não como crianças (I Cor 14:20). Talvez com ironia, insiste que os cristãos exerçam uma espécie de julgamento sensato (Fl 3:15). O poder de Cristo, ele afirma, alcançou o desígnio pretendido ou foi mais verdadeiramente operante quando Paulo estava mais fraco (2 Cor 12:9). Ao fim de sua vida Paulo afirma que terminou (ou realizou) com sucesso sua carreira de apóstolo cristão (2 Tm 4:7).

Paulo chama a atenção daqueles que se dizem cristãos para uma busca continua da perfeição, ou melhor dizendo, da maturidade. Segundo ele o designo de Deus para seu povo é que esse seja perfeito (maduro), pois isto traz energia ao ministério. Para Paulo a perfeição tem duas etapas:

1. Um tipo relativo de perfeição que os cristãos se esforçam para alcançar nesta vida;
2. E um estado final de perfeição pura absoluta alcançada somente na vida futura.

Podemos fazer aqui uma alusão à figura do iceberg, toda a parte mais profunda diz respeito ao nosso inconsciente, lá são armazenadas todas as nossas vivências dolorosas pelas quais passamos no decorrer da vida e que por não darmos conta de resolvê-las as escondemos neste lugar onde não mais teremos acesso. O desenvolvimento da maturidade inclui o enfrentamento das situações intoleráveis, é passando por elas que nosso EGO se torna mais forte e resistente. Mas, a busca desse fortalecimento, a busca por entrar em contato com o que escondemos é interminável, e isso faz com que a nossa busca pelo amadurecimento também siga o mesmo percurso. Há muitos elementos do inconsciente que precisamos trazer à tona, há muitos quartos em nosso ser que precisam ser visitados. Nosso objetivo como cristãos segundo Paulo é nos esforçarmos para entrar

cada vez mais nesses quartos desconhecidos e desenvolver nossa capacidade de amar, sendo que essa intensa busca só chega ao seu estado final de perfeição (maturidade) na eternidade, onde haverá plenitude de vida.

Segundo Paulo a busca do amor produz perfeição. Assim, a igreja se torna o que Deus determinou que ela fosse. Aqui, o dito de Lietzmann se mostra útil para explicar Paulo: “torna-te o que tu és”. “Pratique eticamente tudo que está envolvido em estar em Cristo”. A medida que nos conhecemos e decidimos enfrentar os fantasmas internos, vamos nos livrando de cargas desnecessárias e criamos possibilidades de expressar cada vez mais o amor.

Se observarmos o capítulo 13 completo, a temática gira em torno do amor. Os primeiros três versículos demonstram que o amor é a base que deve permear todas as nossas ações. Um exemplo disso encontramos no versículo 1, demonstrado por duas conotações, os dons de línguas ou a um belo e eloquente discurso, em ambos se o amor não estiver vinculado, estes não passarão de barulhos, ou seja, sem nenhum conteúdo que verdadeiramente acrescente, assim como como um sino que tine.

Mais a frente a partir do versículo 4 ao 7 Paulo demonstra as características provindas do amor, não de maneira romântica e irracional como muitos interpretam, mas que leva em conta a realidade e as dificuldades que ela traz consigo. *Tudo suporta* traz a ideia de constância. O verbo em grego *hupomeno* denota não uma concordância passiva e resignada, mas uma fortaleza ativa, positiva. Morris (2011, p. 149) dá um exemplo: “É a resistência do soldado que, no grosso da batalha, não fraqueja, mas continua a atirar sem parar, vigorosamente. O amor não se deixa vencer, mas faz a sua parte, varonilmente, seja quais forem as dificuldades.

Quando chegamos ao versículo 11 no qual se trata da maturidade, podemos entendê-lo sobre a perspectiva dos versículos anteriores ditos por Paulo, sendo assim o amor faz parte da maturidade de um cristão. O amor é o combustível que nos faz prosseguir rumo à maturidade, tirando-nos de um movimento egocêntrico (voltada para si mesmo) e nos levando a um movimento alocêntrico (voltada para uma vivência no mundo, com o mundo e para o mundo).

É muito natural uma criança agir como criança, como Paulo o expressa com base em sua experiência pessoal. O termo *phroneo*, “entendia”, denota pensamento em geral. A versão da bíblia em inglês e outras traduções trazem esta palavra no sentido de “sentir”, mas não parece correto. A palavra tem a ver com o intelecto, e não com as emoções. *Pensava, logizomai*, é um prolongamento da palavra anterior. Significa “levar

em conta”, de que tomamos a ideia geral de “resolver as coisas”, “raciocinar”, que é o sentido aqui. Com isso Paulo contrasta as condições de cada ser humano. Ele não era um Peter Pan, negando-se a crescer. Com determinação exercia as funções dos adultos. Paulo não quer dizer simplesmente que as coisas infantis passaram com o tempo. Sua escolha do verbo indica uma determinação de sua parte de que não seria dominado por atividades infantis. O tempo é o perfeito, que mostra que Paulo desistiu das coisas de menino de maneira decidida e final.

## **BIBLIOGRÁFIA**

HAWTHO, G. F.; MARTIN, R. P.; REID, D. G. *Dicionário de Paulo e suas cartas*. São Paulo: Edições Loyola/ Paulus/ Vida Nova, 2008. 1.285 p.

KIDNER, D. *Provérbios: Introdução e comentário*. São Paulo: Vida Nova, 2011. 192 p.

KILEY, D. *Síndrome de Peter Pan*. São Paulo: Melhoramentos, 1983. 262 p.

D’Andrea, F. F. *Desenvolvimento da personalidade*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2006. 185 p.

MORRIS, L. I *Coríntios: Introdução e comentário*. São Paulo: Vida Nova, 2011. 199 p.

NERO, S. del. *Conflitos Intrapsíquicos*. São Paulo: Vetor, 2003. 221 p.