



FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TERAPIAS COGNITIVAS - FBTC

ANAIS DO XIV CONGRESSO BRASILEIRO DE TERAPIAS COGNITIVAS

Wilson Vieira Melo

Presidente do XIV CBTC

Marcele Regine de Carvalho

Coordenadora Científica do XIV CBTC

Porto Alegre

2022

De agredido a agressor: a dinâmica da vergonha e humilhação em agressões entre adolescentes sob a perspectiva da Terapia Focada na Compaixão de Paul Gilbert

Autores Luciana Rizo¹

Instituição¹ FPCE-UC - Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (R. Colégio Novo, 3000-115 Coimbra)

Resumo

introdução

Nos últimos anos, a competição entre adolescentes tem sido cada vez mais reforçada através das interações com o meio. O funcionamento do sistema escolar, com concursos desde “vestibulinhos” aos quais são submetidos já no início da alfabetização aos simulados do vestibular ao longo do percurso acadêmico (que geram listas de ordenação dos alunos segundo o desempenho em provas) criam um ambiente escolar de clara competição. Por outro lado, na interação social, cuja influência das redes sociais é significativa, acontece uma grande rivalidade com a busca da maior quantidade de “seguidores” (pessoas que acompanham as publicações nos aplicativos interativos), pois essa é considerada uma medida de aprovação, pertencimento e atratividade social. Assim, os adolescentes vivenciam a mentalidade social de ranking, onde a busca de dominância e submissão de pares passa a ser uma dinâmica de relacionamento.

Objetivos

Este trabalho visa apresentar como os adolescentes podem reagir às agressões de maneiras distintas, principalmente, o que leva um indivíduo agredido a se tornar ou não um agressor. Para além disto, será discutido como a Terapia Focada na Compaixão de Paul Gilbert, pode contribuir para lidar com esta problemática.

Métodos

O destaque no grupo a partir do desempenho funcional e social é uma forma do indivíduo se estabelecer como dominante. Já os indivíduos que são incompetentes em conseguir dominância por estes fatores, lançam mão da estratégia baseada na agressão. O indivíduo agredido (submetido) é exposto à situação de vergonha externa e, a partir de então, é possível que ele desenvolva vergonha interna ou o senso de humilhação (percepção de desvalorização do eu como injustiça cometida por outro que envolve emoções como raiva e comportamentos como vingança).

Resultados

Os indivíduos que internalizam a experiência de agressão como envergonhadora (vergonha interna) e apresentam comportamentos de retraimento, tendem a se submeter ao agressor e permanecem como vítima. Aqueles que percebem o acontecimento como uma humilhação desenvolvem um padrão comportamental em busca de vingança que pode ser dirigida contra o próprio agressor ou direcionada a outro elemento pertencente ao grupo, assim, esses indivíduos passam de agredidos a agressores.

Discussão

A Terapia Focada na Compaixão disponibiliza ferramentas para que essa dinâmica de funcionamento de ranking social seja transformada em uma dinâmica de colaboração que gera menor ativação emocional do que a competição e pode, assim, contribuir para a construção de padrões de funcionamento mais estáveis que propiciam melhores condições para o desempenho acadêmico e social dos adolescentes.

Palavras-chaves: Adolescência, Agressividade, Humilhação, Terapia Focada na Compaixão, Vergonha