

Emoção (11): Relações Interpessoais

José Aparecido Da Silva*

Ao longo de nossa trajetória, nos envolvemos emocionalmente com outras pessoas, muitas delas de diferentes culturas, diferentes idades, diferentes traços de personalidade, diferentes orientações sexuais e diferentes preferências, valores e interesses. Com o fluxo regular das interações, muitas das quais se tornam contínuas e robustas, muitas delas se cristalizam com o tempo e se tornam predisposições emocionais ou atitudes duradouras. Uma das mais importantes destas relações com os outros é a emoção amor. Amor refere-se tanto a uma disposição emocional duradoura com relação a outra pessoa, quanto ao sentimento imediato de forte emoção na presença de outra pessoa. Os sentimentos de amor podendo se apresentar em muitas formas, dependendo, certamente, da natureza específica da relação percebida entre o eu e o objeto (a outra pessoa). Por exemplo, os sentimentos de ternura e proteção, centrais no amor maternal, decorrem naturalmente da percepção da mãe em relação ao ser frágil da criança, necessitada de cuidados pontuais para ser provida de sobrevivência e vida saudável. Neste tipo de amor, podem existir até nítidos elementos de submissão e medo, tal como ocorre no amor da criança pelo pai/mãe forte.

Por sua vez, a excitação e a alegria que emergem do amor romântico decorrem do desejo e da previsão de estar junto do ser amado, bem como, da imaginação idealizada das satisfações comuns. Por outro lado, a forte dimensão de excitação sexual, existente em algumas emoções de amor, deriva da percepção que a pessoa tem da outra como alguém adequado aos seus desejos sexuais. Outra forma de amor é o amor por si mesmo, denominado amor-próprio. Nele, o ser aceita suas qualidades, defeitos, conquistas, fracassos, escolhas e experiências de vida em sua plenitude. Quem se ama compreende que é imperfeito e pode errar, além de estar disposto a melhorar sem interferência do orgulho. Importa destacar que as emoções de amor podem variar de intensidade em suas formas, indo da mais suave até a mais profunda. O grau de tensão pode variar da mais serena afeição até a mais violenta e agitada paixão. O núcleo de sentimento de amor parece ser a sensação de ser atraído para o outro e desejar ser atraído, com o eu intimamente identificado com o outro.

Considerando a emoção ciúme, entende-se que, aparentemente, poucas emoções podem competir com o ciúme quanto à amplitude e ao envolvimento de seus componentes potenciais. A configuração essencial da situação para a emergência da emoção de ciúme é a percepção da pessoa a dedicar seu afeto a outro, e não a quem sente ciúme. A existência de um rival (real ou imaginário) é o fator indispensável. Muitas vezes a intensidade do ciúme parece desproporcional à situação. A disposição de uma pessoa para o ciúme depende de vários fatores. Um dos fatores, certamente, é a intensidade do amor, especialmente quando as necessidades e os desejos estão continuamente insatisfeitos por que o amor não é correspondido. Outro fator é o sentimento de diminuição da autoestima ao ver o rival mais valorizado pela pessoa amada. Outra forma importante de ciúme pode ser encontrada nas relações emocionais íntimas entre membros da família.

A inveja é outra forma de emoção negativa do eu, que depende da relação do eu com outra pessoa. A condição essencial do estímulo é simples: percebemos que outra pessoa possui algo que desejamos para nós. Um fator que pode explicar a emergência dessa emoção é a intensidade do desejo com relação ao objeto do outro; se o desejo é fraco, teremos menor tendência para sentir inveja da pessoa. Outro fator é a tendência para o aparecimento da inveja quando, na situação, se percebe a escassez da coisa desejada. Se isto ocorre, a posse de outra pessoa nos impede de possuí-la. Este fato se acentua quando existe possibilidade de ver injustiça na posse de outra pessoa e não na nossa. O ódio, como o amor, também inclui duas características: uma disposição duradoura, e um sentimento emocional intenso, periodicamente despertado. As condições evidentes para o despertar da experiência de ódio se referem à exposição do eu à pessoa, ou ao objeto, odiados. O sentimento de ódio é acentuado em situações que tendem a despertar, também, outras emoções negativas.

O núcleo essencial da emoção de ódio é o desejo de destruir o objeto odiado. O ódio não é apenas um sentimento de desgosto, de aversão ou de repulsa pelo objeto, pois tais sentimentos levam simplesmente a uma tendência para evitá-lo. O ódio é uma emoção que exige aproximação. Para além do ódio em relação às outras pessoas, há também o ódio a si mesmo. Assim, como existe a autoestima, também ódio a si mesmo existe na forma em que a pessoa pode encontrar, em si mesma, muitos aspectos repugnantes, podendo perceber que a realização de seus objetivos é bloqueada pelos seus defeitos, pela sua covardia, pelos seus pecados, pela sua estupidez. Assim considerando, as emoções associadas às outras pessoas sempre incluem atitudes de valorização em relação a estas, envolvendo duas dimensões: o grau de estima, ou de desgosto, com relação à pessoa e a superioridade, ou inferioridade, percebidas na pessoa, em relação ao indivíduo que a percebe.

Universidade de Brasília, UnB-DF*

