

FACULDADE JK/MICHELANGELO
UNIÃO NACIONAL DOS ANALISTAS TRANSACIONAIS BRASIL
UNAT-BRASIL

PÓS-GRADUAÇÃO EM ANÁLISE TRANSACIONAL

A EDUCAÇÃO EMOCIONAL NO TRABALHO COM ADOLESCENTES:
UMA PROPOSTA A PARTIR DA PRÁTICA

A EDUCAÇÃO EMOCIONAL NO TRABALHO COM ADOLESCENTES:
UMA PROPOSTA A PARTIR DA PRÁTICA

JAQUELINE OLINA DE OLIVEIRA

UBERLÂNDIA – MINAS GERAIS
2015
JAQUELINE OLINA DE OLIVEIRA

**A EDUCAÇÃO EMOCIONAL NO TRABALHO COM ADOLESCENTES:
UMA PROPOSTA A PARTIR DA PRÁTICA**

Artigo de conclusão do curso apresentado à Faculdade JK/Michelangelo e à União Nacional de Analistas Transacionais – UNAT-BRASIL como requisito parcial do curso de Pós-Graduação para obtenção do título de Especialista em Análise Transacional.

Orientador: Ede Lanir Ferreira Paiva.

UBERLÂNDIA – MINAS GERAIS

2015

**A EDUCAÇÃO EMOCIONAL NO TRABALHO COM ADOLESCENTES:
UMA PROPOSTA A PARTIR DA PRÁTICA**

**EMOTIONAL EDUCATION IN WORKING WITH ADOLESCENTS: A
PROPOSAL FROM PRACTICE**

Jaqueline Olina de Oliveira

Faculdade JK/Michelangelo

UNAT-BRASIL – União Nacional de Analistas Transacionais

Resumo

Em busca de trabalhar a convivência dos adolescentes entre eles e com seu meio e proporcionar maior auto-conhecimento e auto-domínio no que diz respeito às emoções, propomos ampliar competências em Inteligência Emocional a partir do método da Educação Emocional de Steiner. A ideia parte de uma experiência de mediação com um grupo de adolescentes de uma região de vulnerabilidade social, em que as Carícias foram impulsionadoras de transformações positivas. Para aprofundar no entendimento sobre a adolescência, buscamos identificar as transformações psíquicas e as significações das mudanças físicas deste período através do estudo dos Ciclos de Desenvolvimento de Lewin-Landheer. Ademais, com vistas a ampliar o olhar sobre o adolescente, salientamos o contexto cultural e histórico como produtor direto da própria sociedade e logo da juventude. Ressaltamos a Educação Emocional com suas premissas – pedir permissão; ser sincero; enfrentar o Pai Crítico - e seus três estágios – abrir o coração; examinar o panorama emocional; assumir responsabilidade – como promotora do desenvolvimento da empatia e do poder pessoal, com a utilização das emoções e sentimentos a favor da pessoa. Destacamos os adolescentes enquanto sujeitos que buscam novas concepções e vivências, na

busca por estabelecer suas convicções e caminhos, possibilitando também o impulsionamento de modificações nas relações sociais. Desta maneira, propomos para este público o método da Educação Emocional e o conhecimento do conceito de Carícias, com sua relevância vital, a fim de que os adolescentes ampliem seu auto-conhecimento e empatia e melhorem seu poder pessoal em convivência com os demais.

Palavras-chave: Adolescência; Carícia; Educação Emocional.

Abstract

Pursuing to work with social coexistence of teenagers among themselves with their environment and to provide greater self-aware and self-control respecting emotions, we propose to expand skills in emotional intelligence by Steiner's method of Emotional Education. This concept comes from a mediation analysis of a teenager group in social vulnerability where Strokes were driving positive change. In order to increase knowledge about adolescence period, we aim to understand psychological changes and the meaning of physical changes by using the Development Cycle of Lewin-Landheer. Moreover, to broad perspectives on adolescent we strongly believe that cultural and historical context is a direct producer of society itself and then youth. We emphasize the Emotional Education and their assumptions - asking for permission; being honest; facing the Critical Parent - and its three stages - opening their heart; examining emotional scenery; taking responsibility - as a developing agent of empathy and personal empowerment with the usage of emotions and feelings in favor of people. We also stress teenagers as subjects that look for new ideas and experiences, seeking to build up their personal convictions and paths, additionally enabling them to drive changes in their social relationships. Therefore, we propose the usage of Emotional Education method and Strokes concept on this group, aware of its vital importance in order that adolescents expand their self-awareness and empathy to enhance their personal power in coexistence with others.

Key-words: Adolescence; Strokes; Emotional Education.

INTRODUÇÃO

Uma experiência proporcionada a partir de um trabalho com grupo de adolescentes motiva este artigo. As características do público, suas expressões de sentimentos e emoções,

modos de relacionamento construídos em instituições escolares e familiares, entre outras, instigaram a nossa procura por estudos sobre esses sujeitos. Além disso, buscando facilitar a criação de condições propícias para o melhor desenvolvimento dos mesmos e da qualidade de seus vínculos, sugerimos a utilização da Educação Emocional e das Carícias .

Trabalhar com adolescentes pode ser um desafio em escolas, famílias, ONGs e outras instituições no geral. Em uma breve pesquisa por produções acadêmicas disponibilizadas *online* foi perceptível a escassez de fontes que dialogam entre a adolescência e a Inteligência Emocional na busca por uma convivência social mais feliz. Este artigo traz fragmentos da experiência de mediação com um grupo de adolescentes em que utilizamos Carícias para alcançar objetivos de fortalecimento de vínculos e desenvolvimento de potencialidades. A partir disso, propomos novas experiências com este público mediadas pela Educação Emocional.

Steiner desenvolveu a Educação Emocional a partir da Análise Transacional e do conceito de Carícias dessa. Este método objetiva o desenvolvimento de três aptidões: a capacidade de entender as emoções, de empatizar com as emoções alheias e de expressar as emoções produtivamente (STEINER, 1998). O autor afirma que

Ser emocionalmente inteligente significa conhecer as emoções próprias e alheias, sua intensidade e o que ocasiona essas emoções. Ser emocionalmente educado significa dar conta das próprias emoções por estar familiarizado com elas (p. 24).

As Carícias em Análise Transacional, também são chamadas Afagos e são definidas por Berne (1988, p. 352) como sendo uma “unidade de reconhecimento humano”. Steiner (1976) pontua que, ao conceituar a unidade de reconhecimento humano como Carícias, Berne possibilita investigações científicas a respeito da temática do amor humano como necessidade vital tão básica quanto a comida.

Abordamos a adolescência correlacionando os vieses psicológicos e sociais que a delineiam. Seus aspectos psicológicos cheios de mudanças e descobertas são analisados a partir do conceito de Ciclo do Desenvolvimento criado pela Analista Transacional Lewin-Landheer (2010). Este conceito abrange transformações físicas e emocionais e afirma que os seres humanos se desenvolvem por estágios de crescimento, assim como na natureza (MARTINS, 2003). Adicionamos a isto que a adolescência é voltada socialmente para uma atuação mais autônoma do sujeito, influenciado pela percepção de suas transformações biológicas e psíquicas e pelo meio no qual está. León (2000) aponta que a passagem da adolescência para a vida adulta deixou

de ser um tipo de trajetória linear, com um final conhecido, e vem se transformando em trajetórias despadronizadas que vão configurando projetos de vida autênticos e diferenciados.

A partir do conhecimento do método da Educação Emocional e do entendimento do conceito de Carícias, as relações humanas estabelecidas na produção da identidade do adolescente e em sua busca por reconhecimento resultam em maiores recompensas para todos os envolvidos. Isso leva aquele que se torna educado emocionalmente a desfrutar o poder pessoal proveniente de relações satisfatórias em todos os ambientes de sua vida. Além de possibilitar a construção de uma forma de viver mais verdadeira consigo e com os demais, com ampliação do prazer de viver, da vontade de lutar, do otimismo e da energia para realizar (STEINER, 1998).

Segundo Goleman (2012), as aptidões da Inteligência Emocional incluem auto-controle, zelo, persistência, capacidade de automotivação, aperfeiçoamento de auto-consciência e confiança, controle das emoções e impulsos perturbadores e desenvolvimento da empatia. O autor destaca que em alguns estados norte-americanos e em outros países foram criados programas de aprendizagem social e emocional que, além de incentivarem as aptidões já citadas, passaram a ser guarda-chuvas de programas de educação humanizada, prevenção à violência, às drogas e à indisciplina escolar. Os resultados alcançados foram a diminuição da incidência destes problemas entre os estudantes, a melhoria do ambiente escolar e a melhoria do desempenho acadêmico dos mesmos (GOLEMAN, 2012).

Neste cenário, este artigo objetiva abordar a importância da ampliação da Inteligência Emocional – IE - na adolescência. Para isso, apresentamos fragmentos da experiência de um grupo de adolescentes mediado por Carícias. Para aprofundar no aspecto de desenvolvimento da IE, apresentamos a proposta de utilização do método da Educação Emocional desenvolvida pelo Analista Transacional Steiner (1998).

ADOLESCER

A palavra adolescência tem origem etimológica no Latim *ad* – para - e *olescere* – crescer - numa interpretação literal significa *crescer para*. Isso remete à idéia do que está por vir, como algo já estabelecido para o qual o adolescente se prepara (PEREIRA & PINTO, 2003). Esta visão considera principalmente as mudanças internas resultantes do desenvolvimento - cognitivas, hormonais, físicas e psicológicas – que ocorrem no período hoje chamado adolescência. É fato

que elas são centrais e intensas, porém também é útil ressaltar a influência de um contexto cultural e histórico que estigmatiza a adolescência como momento de rebeldia e de *aborrescência*.

Esta visão vigente sobre adolescência é permeada por estereótipos, segundo Ozella (2002)

As concepções presentes nas vertentes teóricas da psicologia, apesar de considerarem a adolescência como um fenômeno biopsicossocial, ora enfatizam os aspectos biológicos, ora os aspectos ambientais e sociais, não conseguindo superar visões dicotomizantes ou fragmentadas. Dessa forma, os fatores sociais são encarados de forma abstrata e genérica, e a influência do meio torna-se difusa e descaracterizada contextualmente (...).
apontando nela características naturais como rebeldia, desequilíbrios e instabilidades, lutos e crises de identidade, instabilidade de afetos, busca de si mesmo, tendência grupal, necessidade de fantasiar, crises religiosas, flutuações de humor e contradições sucessivas (p.20).

Muitas destas características são rótulos colocados e internalizados pela própria sociedade, gerados a partir da interação entre os adolescentes e o contexto que os cerca, de modo que não podem ser vistas como determinantes para a visão da adolescência como um todo. Para Ozella (2002) a adolescência é criada historicamente pelo sujeito humano, enquanto representação e enquanto fato social e psicológico. Basta pensar que o adolescente da zona rural e da cidade tem significações e expressões diferentes das mudanças físicas e psicológicas por qual passam, assim como nos diferentes países, classes sociais, culturas e também nas diferentes épocas.

Segundo León (2000), os variados enfoques que concebem a adolescência transitam pela ênfase em transformações físicas, biológicas, intelectuais, cognitivas, identitárias, psicológicas, sociais, culturais, morais e valorativas. Entendemos que são diferentes olhares que referem-se a aspectos de um sujeito que é inteiro, logo, tais abordagens estão intrinsecamente relacionadas.

O processo de construção da identidade é um dos mais característicos do período juvenil. Está associado a condicionantes sociais, individuais, familiares e culturais e desenvolve-se nos níveis pessoal, geracional e social simultaneamente (LEÓN, 2000). A busca do adolescente por seu lugar social diz respeito à sua individualidade e à sua relação com o mundo que o cerca. Assim, pode-se dizer que, nestes níveis interacionais, o adolescente busca o conhecimento do eu e dos outros, a aquisição das habilidades sociais, o conhecimento e aceitação/negação dos princípios da ordem social e a aquisição de seu desenvolvimento moral e valorativo. (MORENO

e del BARRIO *apud* LEON, 2000). Nesta busca por si mesmo os adolescentes constroem novas possibilidades de viver, criando algo novo também para o mundo. Como se vê na história, a juventude é fonte recorrente do surgimento de movimentos de transformação social em busca de reformar velhos hábitos e estruturas.

Vistos pelo viés psicológico de Lewin-Landheer (2010), estes processos são contextualizados no conceito de Ciclo de Desenvolvimento, criado com base em pesquisas da autora e na comparação com os ciclos da natureza. As fases do desenvolvimento humano delimitadas por ela são: Ser, os seis primeiros meses; Fazer, dos seis aos dezoito meses; Pensar, dos dezoito meses aos três anos; Identidade, dos três aos seis anos; Habilidade, dos seis aos doze anos; Regeneração, dos treze aos dezoito anos e Reciclagem, dos dezenove anos em diante. Para a autora, o sétimo estágio corresponde à fase adulta, em que a pessoa pode retornar psicologicamente e emocionalmente a qualquer outro estágio de seu desenvolvimento, de acordo com o modo como as fases anteriores foram vivenciados e os estímulos vividos em suas experiências cotidianas. Assim, essas fases são revividas ciclicamente de diferentes formas, de acordo com as novas demandas da vida, interagindo e influenciando o desenvolvimento.

Segundo Lewin-Landheer (2010), ao vivenciar conflitos internos e externos e buscar a satisfação de suas próprias necessidades o ser, em interação com seu meio, desenvolve recursos para chegar ao próximo estágio com sucesso. Serão abordadas, neste artigo, as fases de Habilidade e Regeneração, que englobam a maior parte da adolescência hoje instituída.

A adolescência começa, de modo geral, no final do período da Habilidade. Nesta fase, o indivíduo quer fazer as coisas de sua própria maneira. Passa a contestar autoridades, pois ele está avaliando a moral e os métodos dos outros, para construir as próprias estruturas, comportamentos e aquisição de valores consistentes com seus objetivos. Muitas transformações hormonais ocorrem, gerando mudanças corporais e emocionais. Ele começará a trabalhar habilidades vinculadas ao próprio gênero e, como isto é algo novo, podem surgir sentimentos de ineficácia ou deslocamento (LEWIN-LANDHEER, 2010).

Martins (2003) aponta que, neste momento, o adolescente necessita de informação e orientação para fazer as coisas de seu próprio jeito. O desenvolvimento de sua ética, moral e comportamentos será baseado no modo como suas experiências foram vivenciadas até o momento. Aqui fica evidente que Carícias dos familiares e dos que o rodeiam são essenciais para que ele esteja mais seguro e fortalecido.

Entendemos que este é um período fértil para mostrar-lhe a Educação Emocional como método que, aplicado por ele mesmo, funcione diante de seus desafios e necessidades. Este conhecimento pode ser propício para auxiliar na elaboração desta fase de transformação intensa, agregando-lhe uma nova habilidade para lidar com seus desafios internos e relacionais. Além disso, auxilia-o em seu auto-conhecimento, domínio de suas emoções e validação de seus sentimentos.

A partir dos treze anos o sujeito tem a oportunidade de unificar tudo que aprendeu até então, criar sua filosofia pessoal e encontrar um novo lugar no mundo dos adultos. As transformações físicas e energéticas continuam e, nesta fase, características adultas como as preocupações com o sexo e a visão das outras pessoas como seres sexuados se sobressaem. A partir do desenvolvimento de suas reflexões e associação com as demandas sexuais adultas, a relação com o mundo torna-se diferente e amadurecida e a busca por aconselhamentos é abandonada de vez (LEWIN-LANDHEER, 2010). Nesta fase, é comum que os pais vivenciem um grande afastamento do filho que, em geral, busca se agrupar com outros de sua idade.

Esse novo momento cognitivo com possibilidades para desenvolvimento de uma filosofia pessoal é demonstrado pelos estudos de Piaget (2003). Ele propõe que, a partir dos 12 anos, o adolescente passa por uma modificação decisiva na forma de pensar; é a passagem do *pensamento concreto* para o das *operações formais*:

as operações lógicas começam a ser transpostas do plano da manipulação concreta para o das ideias (...) o pensamento formal é portanto 'hipotético-dedutivo', isto é, capaz de deduzir as conclusões de puras hipóteses, não somente através de um observação real (PIAGET, 2003, p. 59).

Trata-se, portanto, da possibilidade de reflexão abstraída da realidade concreta, criando proposições e representações de ações possíveis. Este período é marcado por uma nova liberdade de pensamento para este sujeito, de modo que agora ele pode construir de sua forma suas teorias e reflexões. Piaget (2003) ressalta que essa nova capacidade de pensar é assimilada egocentricamente no começo para, posteriormente, atingir-se o equilíbrio, por meio da acomodação à realidade.

No aspecto emocional, com referência aos Ciclos de Desenvolvimento, Martins (2003) afirma que é na fase da Regeneração que o adolescente apresenta-se com mais intensidade e muitas vezes, o medo de se mostrar pode levar a reações tímidas ou agressivas.

Neste momento o que foi construído até então com o adolescente é muito relevante. Como reforço da autonomia que marca este período, a Educação Emocional pode ser um recurso para a própria elaboração das vivências emocionais e do desenvolvimento de uma filosofia que considere a empatia como forma eficaz de convivência saudável e potente.

EM BUSCA DE CARÍCIAS

Segundo Berne (1988, p. 352), Carícia é a “unidade de reconhecimento humano”. O autor ressalta que estímulos físicos e reconhecimento são essenciais para assegurar a integridade psíquica e sua falta pode causar até mesmo deterioração orgânica¹, levando à morte.

As Carícias são vitais para o bebê e chama-se Fome de Estímulo a necessidade de estímulo sensorial e emocional para este. As Carícias físicas advindas da Intimidade são as mais potentes para alimentá-la. Com o tempo, esta necessidade sublima para a Fome de Reconhecimento, quando um olhar, ou um cumprimento já são percebidos e internalizados em busca de suprir a necessidade de Reconhecimento. As Carícias, de modo geral, podem ser físicas ou verbais, um abraço, um elogio, um tapa, um olhar, uma ofensa, entre outros.

Assim, Carícias podem ser recebidas ou dadas de forma positiva ou negativa. Steiner (1998) afirma que as Carícias Positivas são definidas por “um carinho realizado com um sentimento de amor. Um carinho que faz bem” (p. 193) e as Carícias Negativas “são um carinho realizado com um sentimento abominável. Um carinho que faz mal” (p. 193). Neste caso, o carinho não é entendido segundo o senso comum e sim como uma Carícia. As Carícias Negativas alimentam de maneira pobre as necessidades de reconhecimento humanas, porém mantém as pessoas vivas para exercerem suas atividades cotidianas. Segundo Berne (1974) “qualquer relacionamento social representa uma vantagem sobre a ausência de relacionamento” (p. 19).

Diante disto, refletimos que os adolescentes expressam muita potência para intervenção no mundo em busca de suas realizações, porém, por vezes, canalizam-na para vias auto-destrutivas e prejudiciais ao meio. Segundo Shinyashiki (2012):

Na juventude [...] sem saber o que fazer com uma necessidade de Carícias que ainda não compreende, a maior parte dos jovens se envolve em feitos ilícitos [...] que desafiam a sociedade como um todo. São jovens em geral que na infância

¹ Este foi o resultado dos estudos de Spitz *apud* Berne (1985).

sofreram com a falta de capacidade de amar, a indiferença, a frieza e as atitudes egoístas de seus pais (p.38).

Isto é perceptível no grupo de adolescentes que motivou este artigo. A região onde ele foi desenvolvido era escassa de espaços de lazer que pudessem garantir momentos de interação e desenvolvimento saudável fora da escola. Além disso também era fator relevante o alto índice de tráfico de drogas realizado pelos jovens do local. Durante o trabalho, os adolescentes que mais demandavam atendimentos eram aqueles considerados problemáticos por escolas e famílias, justamente encaminhados pelas mesmas. As queixas consistiam, em geral, na recusa dos mesmos em frequentar a escola e em suas atitudes agressivas de indisciplina, violência e ameaças aos professores, funcionários e colegas, destruição da escola, brigas, entre outros.

Neste sentido, observamos que, a partir da falta das Carícias necessárias por parte do meio e de si, o adolescente busca formas negativas de obter este Reconhecimento. São produzidos assim os estereótipos do rebelde, indisciplinado, desequilibrado, deprimido, entre outros. Não se trata de culpar a família, a escola ou o próprio adolescente por esta falta, porém de reconhecer a importância de atitudes voltadas para suprir esta necessidade de reconhecimento de maneira positiva. Além disso, torna-se útil ensiná-los como lidar com suas emoções e sentimentos para que aprendam a buscar da melhor maneira as Carícias de que necessitam.

Sobre a necessidade de estímulos e de reconhecimento, Berne *apud* Steiner (1976) afirma que “o controle da estimulação é muito mais eficaz em controlar um comportamento humano do que a brutalidade e a punição” (p.112). A partir disso, Steiner propõe que

a troca de afagos, que é igualmente uma capacidade, propensão e um direito humano tem sido artificialmente controlada com o propósito de criar seres humanos que irão se comportar de maneira desejável para um ‘bem social’ maior, embora não necessariamente melhor para as próprias pessoas (1976, p. 112).

Este controle é gerado pela idéia instaurada socialmente de competitividade entre os seres humanos e pela repressão da livre troca de Afagos e da expressão de sentimentos, principalmente do amor, incentivando-o apenas para as relações conjugais e dentro das famílias, ainda assim com modos previamente determinados e socialmente aceitos (STEINER, 1976).

Steiner (1976) ressalta que a maioria dos seres humanos vive com um regime de Carícias menor do que o ideal, no qual as crianças são controladas regulando sua obtenção de Afagos e os adultos trabalham e vivem socialmente na busca de obtê-los. No grupo de adolescentes em questão percebemos que, para fugir da escassez e como reflexo da puberdade, os adolescentes

muitas vezes buscavam com maior foco os Afagos físicos de seus colegas, assim eles estavam descobrindo a si e aos outros.

O regime de Carícias é sustentado pelas Leis da Economia de Carícias que a maioria das pessoas reproduz e a sociedade estimula, mantendo os sujeitos em fome de Afagos e, logo, mais suscetíveis à manipulação. Dessa forma, conhecer as Leis da Economia de Carícias permite ao adolescente um melhor amparo para lidar com os desafios de seu momento atual e das fases que se seguirão.

Durante os encontros do grupo, notou-se nos discursos dos adolescentes, que estas leis eram muito presentes, tornando o reconhecimento e valorização humana escassos nas famílias e instituições educadoras, gerando a Fome de Carícias. Em seu meio de convivência os jovens encontravam principalmente cobranças, acusações, agressões e punições, Carícias Negativas Inadequadas, sendo, antes de tudo, por vezes as família e escolas as próprias promotoras de violência com os mesmos. Além disso, a busca das instituições por igualá-los, padronizando-os em suas necessidades e ignorando subjetividades era uma das principais formas de reprimir suas expressões autênticas e únicas. Deste modo, muitos deles agiam com violência numa tentativa desesperada de constituir seu espaço, porém sem conhecer o poder das Carícias.

As Leis da Economia de Carícias são repassadas na criação – de forma consciente ou não – e reforçadas pela sociedade. Quando internalizadas, constituem o Pai Crítico e buscam impedir a pessoa de dar ou receber carinho, criando isolamento (STEINER, 1974). O Pai Crítico é um Estado de Ego – “um sistema coerente de sentimentos que motiva um conjunto de padrões de comportamentos afins” (BERNE, 1985, p. 21) – criado por influências parentais e figuras de autoridade e voltado para uma atitude proibitiva (BERNE, 1985).

As cinco leis que proíbem as pessoas de dar e receber Carícias livremente são: 1. não dê Carícias que quer oferecer; 2. não peça as Carícias que necessitar; 3. não aceite Carícias quando você as quiser; 4. não rejeite Carícias quando você não as quiser; 5. não dê Carícias a si mesmo. Nestas leis o autor utiliza o termo Carícias para designar as Carícias Positivas (STEINER, 1976, 1998). A primeira lei impõe que as pessoas não ofereçam aos outros reconhecimentos positivos, mesmo que queiram. A segunda impõe que, se a pessoa estiver precisando de uma Carícia, como por exemplo um amparo, ela deve esconder esta necessidade e lidar com a mesma sem um auxílio exterior. A terceira impõe que, se alguém fizer um elogio, por exemplo, o outro não pode aceitar com naturalidade, devendo discordar ou diminuir-se. A quarta impõe que, se uma Carícia não

agradou, ou não era desejada, pelo conteúdo ou modo de ser expressa, isso não deve ser demonstrado, sustentando uma forma de cortesia. A quinta impõe que as Carícias dadas a si mesmo são proibidas por demonstrar falta de humildade ou de vergonha.

Seguindo estas leis os seres humanos se tornam impossibilitados em relação ao suprimento de suas necessidades reais de Carícias. Steiner (1976) afirma que, deste modo, “a capacidade de amar é retirada das pessoas e então dirigida contra elas, utilizando-a como reforço para provocar um comportamento desejado” (p.117). Este comportamento desejado refere-se à sociedade atual que necessita de pessoas famintas emocionalmente para reproduzir as estruturas que as oprimem. Sem saber como agir, elas passam a aceitar e trocar as Carícias Negativas e vivem com seus potenciais diminuídos (STEINER, 1976).

Steiner (1976) defende que “à medida em que os seres humanos forem se tornando cada vez mais satisfeitos em suas necessidades de Afagos, serão mais capazes de buscar e conseguir harmonia consigo mesmos, com os outros e com a natureza” (p. 118). Isso remete à possibilidade de construção de uma sociedade mais feliz, integrada, auto-consciente de seus sentimentos e necessidades. Temos na adolescência um momento propício para criação destes novos modos de viver.

RELATOS DE UMA PRÁTICA

A partir da prática como Psicóloga Social em uma região determinada como de maior vulnerabilidade social foi realizado grupo de adolescentes e atendimentos individuais a este público e suas famílias. Dentre os que mais demandavam atendimentos estavam aqueles considerados problemáticos por escolas e famílias. Diante de um cenário repleto de conflitos e desentendimentos entre adolescentes e o meio que os cerca, formulou-se uma proposta de um grupo de adolescentes centrado no desenvolvimento de potencialidades e o fortalecimento de vínculos familiares e comunitários. A busca era promover momentos de convivência saudável entre os mesmos, mediados por diálogos abertos e recursos de cultura e arte.

Foram realizados convites em escolas, ONGs, instituições e praças da região de modo que qualquer adolescente, estudante ou não, pudesse participar. Os alunos considerados problemáticos recebiam o convite com maior atenção e também maior carinho, este era feito também aos pais, solicitando um posicionamento de participação diante da questão. Deste modo,

foi possível agregar diversos jovens, com diferentes práticas, sem que nenhum deles tivesse obrigatoriedade em participar ou estivesse lá por um rótulo de indisciplinado. O único fator importante para estar lá era a vontade. Nesta caso, esta postura era uma Carícia, por valorizá-los e estimulá-los enquanto sujeitos de vontades e direitos, independente da idade ou do comportamento.

O grupo teve duração de onze meses, durante os seis primeiros meses aconteceu semanalmente e depois quinzenalmente. A metodologia, de modo geral, nos seis primeiros meses, continha uma conversa inicial, seguida de uma conversa aberta com algum tema referente ao cotidiano deles, após havia o lanche e depois uma oficina musical que era guiada pelo oficineiro e acompanhada pela equipe técnica. Após esse tempo, iniciamos os passeios culturais pela cidade. Os encontros passaram a ser quinzenais e também possuíam um momento para conversa sobre temas diversos, lanche e confraternização.

Essa determinação de fugir dos rótulos desde a formação do grupo trouxe a possibilidade de maior vínculo entre os participantes e os mediadores do mesmo. Houve poucas posturas defensivas nos primeiros contatos. As Carícias Positivas foram o principal instrumento para fortalecer o vínculo entre os adolescentes e os profissionais promotores do grupo, reforçando àqueles a dimensão de seu valor como pessoas. Oferecemos a eles a escuta atenciosa e carinhosamente questionadora, acolhimento e reconhecimento de suas potencialidades e dificuldades. Buscamos a expressão de suas opiniões, alegrias e angústias, para que, conhecendo-os melhor, fosse possível interagir com sua forma de estar no mundo.

Notamos, a partir dos discursos, que, no contexto no qual o grupo foi desenvolvido, o reconhecimento e valorização humana eram escassos nas famílias e instituições educadoras, gerando a Fome de Carícias. Ao alimentarmos a Fome de Reconhecimento oferecendo Carícias e estimulando-os a se expressarem a partir de diálogos no grupo, oficinas de arte e passeios culturais, estes passaram a demonstrar carinho com as mediadoras do grupo e também entre eles. Steiner (1998) afirma que o simples fato de trocar Carícias Positivas leva as pessoas a cultivar e educar suas aptidões amorosas e a abrirem seus corações para o outro.

Com ajuda os participantes passaram a relatar o que viam de bom no colega e em si mesmos, começaram a desenvolver atividades com gosto e participação. Traziam questões escolares e familiares para conversarmos, nos quais todos podiam opinar formas de soluções pacíficas e verdadeiras. Diante de conflitos, primamos pela conversa aberta, com falas claras dos

fatos ocorridos e do que os havia motivado a tal, com a orientação para reconhecimento dos erros e pedido de desculpas. Nem sempre era possível alcançar este objetivo final com sinceridade, porém quando era, a reconciliação era imediata e logo o ambiente de carinho era reestabelecido.

Durante os encontros, as falas dos participantes demonstravam que estes recursos repercutiram em melhorias no convívio familiar e nas escolas. As famílias e instituições apresentaram *feedbacks* com relatos de maior participação dos jovens nas atividades, maior proximidade e maior abertura para diálogo com os mesmos. Nestes momentos reforçamos com eles a necessidade de uma nova postura com os adolescentes.

O objetivo do grupo, de promover convivência saudável entre adolescentes, com suas famílias e comunidades e desenvolvimento de potencialidades, foi cumprido. As atividades oferecidas eram importantes para que eles pudessem perceber o quanto podiam realizar coletivamente e com dedicação, porém, mostraram-se secundárias diante da alegria e amorosidade geradas pelas Carícias Positivas.

Diante deste relato e com vistas a ampliar e fortalecer resultados positivos em novos trabalhos com adolescentes, propomos a prática da Educação Emocional com os mesmos.

O MÉTODO DA EDUCAÇÃO EMOCIONAL

O método da Educação Emocional foi criado por Steiner e dedica-se a amparar as pessoas que buscam a ampliação de sua Inteligência Emocional e de seu poder pessoal sem oprimir o poder do outro. Este método transforma a busca de poder pessoal baseada no controle e no medo, no verdadeiro poder pessoal que possui seu alicerce na empatia, no auto-conhecimento e domínio das próprias emoções a favor da pessoa.

A Educação Emocional é muito útil para lidar com conflitos e também para expressão de sentimentos e emoções positivas. Através da adesão de diversas pessoas a esta proposta de interação mais igualitária e amorosa, a Educação Emocional superou os limites de ação individual e tornou-se uma efetiva ferramenta de transformação social. Estas pessoas são chamadas pelo autor de Guerreiros Emocionais e passaram a estender estas idéias para além de suas próprias vidas (STEINER, 1998).

Com o objetivo de amparar pessoas em suas convivências cotidianas, principalmente o público adolescente, seguem-se, as premissas básicas – pedir permissão, ser sincero e enfrentar o

Pai Crítico - e os três estágios do método – abrir o coração, examinar o panorama emocional e assumir a responsabilidade.

PREMISSAS

As premissas básicas buscam criar condições propícias para a efetividade da prática dos exercícios. A primeira premissa consiste em pedir permissão para fazer uma comunicação emocional. Essa premissa é relevante para dar ao outro a oportunidade de preparar-se para ouvir e a escolha de tratar do assunto naquele momento. Deste modo o comunicador também prepara a si mesmo, e cria um solo fértil para uma conversa produtiva (STEINER, 1998).

A segunda premissa é ser sincero. Steiner (1998) coloca que as Carícias sinceras emanam seus verdadeiros conteúdos ao receptor, as artificiais, ou Carícias de plástico, não surtem efeito positivo. Os carinhos devem ser autênticos para a criação de um ambiente de confiança para a Educação Emocional.

A terceira premissa é enfrentar o Pai Crítico. Este Opressor Interno faz as pessoas sentirem-se estúpidas, más, feias, dementes ou fracassadas. É importante ignorar ou contrapor esta voz com estímulos internos do Pai Nutritivo (STEINER, 1998). Berne (1985) explica que o Pai Nutritivo é o Estado de Ego Pai com atitude educadora e nutridora, aquele que dá permissões.

ESTÁGIOS DA EDUCAÇÃO EMOCIONAL

Com este preparo anterior, torna-se possível aplicar os estágios do método, que são: 1. Abrir o coração; 2. Examinar o panorama emocional e 3. Assumir a responsabilidade.

Abrir o Coração

Este estágio consiste em dar, pedir, rejeitar e aceitar carinhos dos outros e também dar carinhos a si mesmo, contrapondo as Leis da Economia de Carícias. Costa, Santos & Alves (2012) denominam este estágio de “criando abundância” por sua consequência de libertar as pessoas da escassez de Carícias a partir da expressão de sua própria abundância de amor e emoções positivas.

Mantendo-se atento e cuidadoso, sugerimos que o adolescente pratique na família, nos relacionamentos amorosos, na escola, com amigos e em suas atividades cotidianas. Steiner (1976) afirma que um grupo terapêutico voltado para este aprendizado é mais seguro ou protegido, porém com certo cuidado, pode-se renegar a economia de afagos também em outros ambientes.

Examinar o Panorama Emocional

A finalidade desta etapa é deixar a pessoa mais à vontade e bem situada no panorama emocional do que está ocorrendo. Diante disso, a pessoa deve observar que as atitudes e os sentimentos dos envolvidos estão intimamente relacionados e que esta relação pode ser positiva ou destrutiva (Steiner, 1998).

Para explorar esta relação entre atitude e sentimento, Steiner (1998) propõe a *afirmativa de ação/sentimento*. Esta consiste em descrever em uma frase as emoções sentidas por uma pessoa perante a ação de outra. Isto deve ser feito sem julgamento ou acusação, simplesmente relatando o fato e expondo o sentimento, que é pessoal e incontestável. A forma simplificada desta afirmação é “quando você age, eu sinto uma emoção” (STEINER, 1998, p. 89).

Assim como fazer esta afirmação é importante, também o é aprender a aceitá-la sem atitudes defensivas, justificativas, negações ou desculpas por enquanto, apenas prestando bastante atenção no que está sendo descrito e absorvendo a informação. O importante é saber como o outro se sentiu a partir da atitude específica realizada; só com o verdadeiro entendimento a reparação poderá ser significativa e eficaz.

Mesmo com as afirmações descritas, existem desconfianças em relação à motivação da pessoa em agir de certo modo. Em relação a isso, a próxima etapa chama-se *revelando o palpito intuitivo* e mostra como fazer um teste de realidade para confirmar ou não uma Intuição sobre algo (STEINER, 1998). Berne (2008) afirma que todos são dotados de intuição e que esta consiste no “conhecimento baseado em experiência e adquirido através de funções pré-verbais inconscientes ou pré-conscientes e através do contato social com o sujeito” (p.12); em outras palavras; é uma percepção que leva a supor algo sem uma explicação racional sobre isso. Berne (1974) afirma que esta faculdade intuitiva faz parte do Estágio de Ego Criança, no qual estão alojados sentimentos, sensações e comportamentos arcaicos e ativos, assimilados na infância.

Reconhecer a própria Intuição, validá-la para si mesmo e revelá-la numa conversa sincera ao outro é tão importante quanto confirmar uma Intuição exposta por alguém. Mesmo que apenas

uma minúscula parte da mesma seja verdade e tenha sido material para ser ampliada numa fantasia errônea (STEINER, 1998). Steiner (1998) afirma que a confirmação da partícula de verdade numa fantasia criada pela mente do outro, faz com que ele confie mais em si mesmo e confie também na outra pessoa, gerando um relacionamento mais verdadeiro.

Assumir a Responsabilidade

O terceiro estágio consiste em assumir responsabilidade pelos erros cometidos em um relacionamento, buscando entender porque eles são repetidos e, então, tomar providências para corrigi-los (STEINER, 1998).

Neste estágio, a pessoa que recebe uma informação de que sua atitude feriu alguém deve concentrar-se em perceber qual foi sua motivação e porque isto aconteceu. Só após este entendimento pede-se desculpas. Costa, Santos & Alves (2012) ressaltam que “o fato de sentirmos que nossa mágoa é validada por quem a causou nos coloca mais facilmente no caminho da cura e do perdão” (p. 69).

Caso o erro seja identificado como grave e tenha causado sérios danos ao outro, a Educação Emocional propõe pedir perdão. Essa ação vem da percepção empática da mágoa provocada no outro. Segue um exemplo de como fazê-lo: “Peço desculpas por (ação); agi mal e lamento ter magoado você. Você me perdoa?” (STEINER, 1998).

Com estas três etapas o adolescente pode tornar-se um empata e está pronto para interagir de modo positivo consigo e com os outros. É válido ressaltar que a prática com pessoas abertas para tal é essencial para alcançar os objetivos da Educação Emocional. Costa, Santos & Alves (2012) afirmam que “abraçando esta causa, você desenvolve seu poder pessoal despertando o Guerreiro Emocional que existe em seu interior e se torna uma referência coerente na transformação planetária como efetivo produtor da paz” (p. 16).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Partimos da perspectiva da Inteligência Emocional como fator importante para melhor qualidade de vida e interação social. Buscamos na adolescência suas características gerais mais potentes e também mais vulneráveis, a fim de auxiliar na realização destas potências e na elaboração destas vulnerabilidades a seu favor. Relatamos fragmentos de uma experiência a fim

de mostrar possibilidades práticas. Neste relato, evidenciamos que o vínculo afetivo foi muito forte e constituiu-se como pilar da existência do grupo. Por fim, apresentamos alguns pontos da Análise Transacional, com foco na teoria das Carícias e da Educação Emocional com objetivo de contribuir para a ampliação da IE e expressão abundante e produtiva dos melhores sentimentos humanos presentes na juventude.

O grupo de adolescentes aqui citado mostra-se como uma experiência com resultados positivos, preenchida com ricas trocas, música, alegrias, Carícias Positivas. A partir dele pudemos ver o estreitamento do vínculo entre um adolescente com sua mãe e sua irmã. Em outro exemplo, foi relatado a diminuição da agressividade de uma adolescente na escola e em casa, enquanto também diminuiu a agressividade da mãe com ela, fruto do acompanhamento e orientação desta. Um último exemplo é o caso de um adolescente que sofria com a ausência da mãe e a convivência numa família conflituosa e que, no grupo, pôde expressar e receber carinho e ampliar suas convivências, tornando-se mais alegre e espontâneo em seu meio.

Steiner (1976) conta uma estória denominada Conto de Carinhos. É uma espécie de alegoria que retrata como o medo da falta de Carícias faz as pessoas deixarem de oferecê-las, gerando assim a escassez de Carícias. No conto, uma virada surpreendente acontece quando todos estão sofrendo com a escassez de Carícias e troca de Carícias Negativas e uma mulher descrita por Steiner como jovem, de grandes quadris e nascida sob o signo de aquário, aparece na cidade e é denominada por todos de *Hip Woman*. Esta mulher volta a espalhar Carícias Positivas por onde passa, devolvendo as pessoas daquela cidade perspectivas alegres, saudáveis e abundantes de amor. Traduzindo literalmente para o português *Hip Woman* significa Mulher dos Quadris. Porém, em nota, o tradutor aponta que, ao dar este nome, Steiner está fazendo uma alusão ao movimento *hippie*, bastante fortalecido naquele período.

Bem, sabemos que os *hippies* tinham como mote principal *Paz e Amor* e que, em sua grande maioria, eram jovens que começaram por si mesmos a busca por uma sociedade sob essas premissas. Algumas pessoas inferem que os jovens de hoje em dia já não possuem estes objetivos, porém, não há como negar o caráter renovador com o qual a juventude tem historicamente contribuído para a sociedade. Com base nisso, este artigo buscou contribuir com fragmentos de uma prática que utilizou o conceito das Carícias no trabalho com adolescentes. Além disso, propomos a Educação Emocional para novos trabalhos com este público, de modo

que os mesmos, empoderados de suas emoções, contribuam com a sociedade trazendo seu ar de renovação.

REFERÊNCIAS

- BERNE, E. **Análise Transacional em psicoterapia**, 2ª ed. São Paulo: Summus, 1985.
- _____. **Intuição e Estados de Ego**. S.l.: Suliani, 2008.
- _____. **Jogos da Vida**. Rio de Janeiro: Artenova, 1974.
- _____. **O que você diz depois de dizer olá?** São Paulo: Nobel, 1988.
- COSTA, J. M. P.; SANTOS, B. H.; ALVES, T. C. **Das emoções aos sentimentos: construindo um caminho com coração**. Porto Alegre: Letra&Vida, 2012.
- GOLEMAN, D. **Inteligência Emocional: a teoria que define o que é ser inteligente**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.
- LEÓN, O. D. Uma revisão das categorias de adolescência e juventude. In: Guimarães, M. T. C. & Sousa, S. M. G. (Orgs.) **Juventude e contemporaneidade: desafios e perspectivas**. (p. 47-76). Goiânia: Editora UFG, 2009.
- LEWIN-LANDHEER, P. O Ciclo de Desenvolvimento. 1984. In: **Prêmios Eric Berne**. 4ª ed. Porto Alegre: Suliani, 2010.
- MARTINS, S. **A mãe no terceiro milênio**. São Paulo: Butterfly, 2003.
- OZELLA, S. Adolescência: uma perspectiva crítica. In: **Adolescência & Psicologia – Concepções, práticas e reflexões críticas**. Brasília, 2002.
- PEREIRA, E. D.; PINTO, J. P. Adolescência: Como se faz? – apontamentos sobre discursos, corpos e processos educativos. **Fazendo Gênero**. Goiânia: Grupo Transas do Corpo, anoVII, n.17, jul./out. 2003.
- PIAGET, J. **Seis estudos de psicologia**. 24ª ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2003.
- SHINYASHIKI, R. **A carícia essencial**. São Paulo: Gente, 2012.
- STEINER, C. & PAUL, P. **Educação Emocional: um programa personalizado para desenvolver sua inteligência emocional**. 3ªed. Rio de Janeiro: Objetiva, 1998.

_____. Os papéis que vivemos na vida – A análise Transacional de nossas interpretações cotidianas. Arttenova: 1976.

UNIVERSIDADE NACIONAL DE CUIABÁ
CURSO DE PSICOLOGIA
MÓDULO DE PSICOPEDAGOGIA

ANÁLISE DA TRANSACÇÃO INTERNA DO INDIVÍDUO COMO FONTE DE CONFLITOS

Resumo: Este trabalho tem como objetivo analisar os conflitos internos do indivíduo, a partir da perspectiva da análise transacional, considerando os papéis que vivemos na vida e as interpretações cotidianas. O autor discute a importância da análise transacional para compreender os conflitos internos e a importância da análise transacional para a prática da psicologia.

PAULINA REZENDE

ANÁLISE DA TRANSACÇÃO INTERNA DO INDIVÍDUO COMO FONTE DE CONFLITOS

Este trabalho tem como objetivo analisar os conflitos internos do indivíduo, a partir da perspectiva da análise transacional, considerando os papéis que vivemos na vida e as interpretações cotidianas. O autor discute a importância da análise transacional para compreender os conflitos internos e a importância da análise transacional para a prática da psicologia.