

---

# INTRAPESSOALIDADE, INTERPESSOALIDADE E RESILIÊNCIA

---

*Maria Helena de Almeida*<sup>1</sup>

## Resumo

*A noção de desenvolvimento humano exige, necessariamente, a presença de factores de protecção bem estabelecidos na infância e na adolescência, pelo que não podemos dissociar “desenvolvimento” de “experiência”, “vivência” e “maturidade”. Nesta perspectiva, a pessoa deve ser concebida à luz de um projecto, que se vai construindo e edificando graças à sua capacidade e flexibilidade para se desenvolver.*

*A dimensão afectiva, cognitiva e a eficácia na gestão dos mediadores internos afirmam a unicidade, um dos eixos principais das relações pessoais. A unicidade e a sociabilidade definem a acção humana que permite gerar relações intrapessoais e relações interpessoais. As relações interpessoais devem ser concebidas à luz duma dimensão transdimensional e numa dinâmica do Psiquismo humano, na sua vertente consciente e inconsciente. O corte de diálogo pessoal/interpessoal expressa-se através do sintoma.*

*Neste contexto a formação deve assumir-se numa dimensão multicultural, na qual, a pessoa se vai desenvolvendo, agindo e interagindo nesta multiculturalidade. A multiculturalidade conduz-nos à atmosfera facilitadora e edificadora de todo o projecto que é o projecto de desenvolvimento pessoal e interpessoal do ser humano.*

Apesar da grande incidência de estudos acerca do desenvolvimento humano desde os primórdios do século passado, este conceito tem actualmente um enquadramento e repercussões cabalmente distintos. Ou melhor, se a explicação tradicional incidia quase que, exclusivamente, numa noção de desenvolvimento humano muito próxima do conceito de maturação biológica, esta noção é relativizada actualmente, por não esgotar a realidade. Por isso o desenvolvi-

---

<sup>1</sup> Assistente na Universidade do Algarve

mento humano é hoje tomado, sobretudo, como um fenómeno interactivo, entre o sujeito e o meio, fruto dos seus contextos de vida e das suas potencialidades não esquecendo, contudo, a forma como vai integrando as experiências e as vivências. Através de saltos sucessivos, de momentos de estagnação aparente e de “relanties” temporários, o meio vai definindo a forma como o indivíduo vai fazendo a socialização e os acontecimentos da vida vão dando ritmo à existência e aos significados, através dos quais a pessoa vai construindo a sua própria existência.

Esta concepção de desenvolvimento humano exige, necessariamente, a presença de factores de protecção bem estabelecidos na infância e na adolescência, pelo que não podemos dissociar “desenvolvimento” de “experiência”, “vivência” e “maturidade”.

De facto, a confiança básica no recém-nascido é imprescindível no estabelecimento do equilíbrio das forças psíquicas e indispensável no desenvolvimento de aptidões cognitivas e de reacções emocionais positivas. Mais tarde e graças a interacções afectivas bem consolidadas vai-se construindo a autonomia que, quando bem estabelecida, conduz progressivamente à individuação, favorecendo o advento da empatia e de comportamentos de socialização como seja a partilha, a simpatia e a generosidade. Depois, e a partir de um meio fecundo de elogios e de encorajamentos, a criança começa a ter iniciativa, capacidade indispensável à formação do amor-próprio, ou melhor, de uma elevada auto-estima, um dos pilares da resiliência. Advindo a necessidade da criança operacionalizar as suas capacidades, através de um desempenho positivo, que conduza a um sentimento de competência, de utilidade pessoal e social, chave de sucesso na resolução de problemas e na tomada de decisões.

É, por conseguinte, a especificação destas diferentes formas de elaboração do significado pessoal e da sua correspondente ao nível daquilo que permitiria confluir na noção de resiliência, enquanto factor de preservação da estrutura psicológica da pessoa através da mudança e da complexificação progressivas que caracterizam um

percurso singular ao longo da vida das “gestalts” cognitivas, mais ou menos facilitadoras da actualização de potencialidades e da interacção eficaz com o meio, ao estabelecer parâmetros que determinam o modo de instituir competências específicas diferenciais conducentes a um adequado desenvolvimento psicológico que possibilitam aceder a uma verdadeira aquisição das dimensões de aloctrismo, autonomia, estabilidade, integração e simbolização, incremento é responsável pela maturidade pessoal (Heath, 1977 citado por Ralha Simões, 1998).

A nova concepção de desenvolvimento psicológico deixa de estar orientada para a definição de uma inteligência geral ou para a definição de “estádios” de desenvolvimento mas sim para tarefas de realização que a pessoa deverá empreender, num determinado contexto sociocultural. Este panorama dirige a compreensão da pessoa para uma concepção nova, de projecto, com a capacidade e a flexibilidade para se desenvolver. Nesta linha de pensamento, Howard Gardner define a Inteligência como um potencial biopsicológico que na sua faceta intrapessoal permite a cada um compreender-se melhor numa perspectiva de melhor poder trabalhar consigo próprio. Neste horizonte, o aprofundamento do desenvolvimento psicológico não se reduz, hoje em dia, à análise das dimensões cognitiva e afectiva estendendo-se, a mediadores internos, como expectativas, crenças atribuições causais, igualmente importantes, cuja compreensibilidade conduz a uma melhor contextualização no quadro das múltiplas tarefas que o indivíduo tem que realizar ao longo da sua existência.

Esta imprescindibilidade do conhecimento das componentes do desenvolvimento psicológico, no sentido de as desenvolver conduz-nos, igualmente, à possibilidade de avaliação da capacidade de resiliência da pessoa, numa perspectiva de maximização do potencial humano.

A dimensão afectiva, cognitiva e a eficácia na gestão dos mediadores internos afirmam a **unicidade**, um dos eixos principais das relações pessoais.

No entanto, a pessoa é capaz de desenvolver relações interpessoais o que define o segundo eixo das relações pessoais — **sociabilidade** —, sem deixar diluir a sua individualidade.

A **unicidade e a sociabilidade** definem a acção humana que permite gerar relações intrapessoais e relações interpessoais. O que significa que a pessoa só poderá estabelecer relações interpessoais duradouras e sadias se conseguir envolver-se em toda a sua integridade e autenticidade, consciente e inconsciente, permitindo-lhe fazer permutas em que não haja subordinação, nem união nem fusão, mas sim um crescimento mútuo. Esta cumplicidade interpessoal só é possível numa nova dimensão: a transdimensionalidade.

Trata-se, pois, de um esquema muito simples resumindo-se a dois vectores de dupla direcção, um vertical e outro horizontal que se cruzam entre si, cujas extremidades são por sua vez ligadas por outros vectores fechando assim um espaço rectangular em pé sobre um dos vértices. É a partir deste espaço delimitado pelos vectores e num determinado contexto que é sugerida a teia de relações que aí se estabelecem e a dinâmica do Psiquismo Humano, na sua vertente consciente e inconsciente (José Tavares, 1995).

A forma como se estabelece a interpessoalidade depende, inteiramente, da forma como se estabelece a intrapessoalidade. Se o estabelecimento de relações interpessoais for positiva conduz a uma relação de reciprocidade, de assimetria e de verdade, se, contrariamente, for negativa pode conduzir a conflitos interpessoais que podem advir de disfuncionamentos ou desequilíbrios a nível intrapessoal.

É neste entrecho que começamos a ver, actualmente, modelos de desenvolvimento que não se ocupam somente dos fenómenos relacionais analisando igualmente a sua evolução numa perspectiva simbólica, dinâmica e reflexiva ao longo do ciclo de vida da pessoa (Fonagy y Target, 1997, citado por Bleichmar, Emilce Dio) o que conduz à concepção de um inconsciente interpessoal (Stern y Col, 1998; Lyons-Ruth, 1999 citado por Bleichmar, Emilce Dio).

Nesta perspectiva a resiliência seria uma resultante de processos sociais e intrapsíquicos, contando, para o facto, uma dinâmica muito equilibrada do psiquismo humano e um Eu íntegro do sujeito.

**Para Yung** o Eu é, digamos que, o organizador da mente consciente: consta de percepções, recordações, pensamentos e sentimentos conscientes e desempenha a função vital de guardião da consciência. Luta pela identidade e continuidade do homem, porque é através da selecção e da eliminação de determinados materiais psíquicos, nomeadamente inconscientes, que o Eu pode manter coerência na trama que é a história da sua vida.

A pessoa é um todo desde o início de vida e não uma soma de fragmentos agregados através da experiência e da aprendizagem. Na sua experiência de vida, a pessoa lança-se no grande desafio que consiste na procura incessante da manutenção desta integridade inerente, tendendo ao máximo a coerência e a harmonia, evitando a ruptura ou a fragmentação em sistemas parciais. A personalidade constitui, na sua essência, o caminho até a pessoa se encontrar consigo própria, no qual está dentro das suas possibilidades encontrar e vivenciar um sentido de vida.

A pessoa que chega a este patamar pode adquirir um equilíbrio em toda a sua amplitude, na Psique, e uma relação íntima com a realidade objectiva-externa e subjectiva-interna.

Como a ordem simbólica é imposta a partir do lugar do outro, do não racional ou analógico, o inconsciente que, por sua vez, é estruturado como uma linguagem com a sua lógica, com a sua lei, é a essa luz que as relações intersubjectivas se estabelecem e devem ser entendidas.

A falta de significado conduz a um estado de confusão, desorientação e ausência de sentido de vida. O homem contemporâneo deverá encontrar o sentido da sua existência através da potencialidade das suas forças inconscientes. Se o homem actual se fecha num problema é porque se desligou da esfera íntima do seu ser, pois os recônditos interstícios da sua natureza reside na integração e na

construção de uma unidade a partir dos fragmentos desarticulados da sua personalidade, pondo em causa a relação interpessoal.

**Lacan** pretende mostrar que se deve adjudicar uma dimensão completamente diferente à relação do homem através da linguagem. O homem tem a capacidade de transformar as impressões sensoriais em categorias de sentido e por isso, entrar na dimensão da linguagem o que lhe permite entrar na ordem do significante. Seguindo esta ordem de ideias, o real é o referente que escapa à pessoa na sua totalidade, objecto de inferências preceptivas. O imaginário é o mundo fantasmagórico e onírico, constituído por restos das experiências vividas; o simbólico é o mundo da convenção. Um objecto real torna-se num símbolo quando adquire, através da convenção e do uso um significado que lhe permite representar a realidade, ou melhor, o referente e por isso torná-la acessível. A dinâmica do psiquismo humano, vai do real ao imaginário e do imaginário ao simbólico, voltando de novo ao real por via do simbólico. É nesta dinâmica que funciona a acção humana, no seu processo próprio de construção.

Simultaneamente, a pessoa faz permutas, comunicando verbalmente, através da linguagem aprendida na sua experiência quotidiana como traslado de um pensamento escondido.

Por isso, a dimensão interpessoal, só é possível a nível simbólico porque é aí que o sujeito humano e as suas relações podem ser entendidas.

O sintoma interrompe o diálogo entre o real o imaginário e o simbólico. O sintoma traduz-se num corte de diálogo pessoal/interpessoal (José Tavares, 1996)

### **A imprescindibilidade de uma acção concertada numa sociedade cognitiva**

No processo de construção que é o desenvolvimento, os adultos em interacção com a criança devem intervir de uma forma

peculiar. A criança observa e experimenta à sua volta sob a orientação dos pais; mais tarde, ela repete e consolida as experiências vividas no meio estimulante; o desenvolvimento potencial do contexto educativo depende inteiramente das ligações levadas a cabo, ou melhor da quantidade e da qualidade das interações com os outros contextos ligados à criança. O que nos leva a admitir a necessidade de uma conjugação de esforços, dos pais, professores e de outros profissionais com vista a um objectivo comum: um projecto educativo para o projecto que é a criança.

A pessoa deverá ser vista como um projecto, que pode ser analisado e avaliado na sua integridade e contextualidade no sentido de se poder pegar exactamente no seu estado actual de desenvolvimento e desenvolvê-lo na sua dimensão psicológica, na sua evolução afectiva, relacional, etc. É por isso determinante proceder a uma identificação, o mais precoce possível do seu desenvolvimento; Desenvolver as componentes relacionais mais propícias ao desenvolvimento de uma pessoa mais afectiva e mais autónoma; Levar as pessoas a tomarem consciência das suas competências e a desenvolvê-las no sentido de as tornar, no futuro, mais resilientes; Englobar os diferentes contextos de vida que interajam na integração e na elaboração do seu desenvolvimento (a família, e escola, amigos...).

A acção profissional impõe um trabalho de equipa e não unicamente uma justaposição de acções descoordenadas. É necessário ir mais longe e os profissionais da educação e sociais devem ajudar a tomar consciência das competências pessoais e a desenvolvê-las de forma a tornar as pessoas mais resilientes.

A um nível mais colectivo os profissionais devem saber mobilizar os recursos comunitários de suporte social. A comunidade deve lutar contra o isolamento e a solidão grandes factores de vulnerabilidade. O centro de interesse subscreeve-se, cada vez mais, em pessoas que consigam lidar com conflitos, sabendo enfrentar derrotas e adversidades, em comparação com outras pessoas que não tendo a mesma capacidade iniciam um processo de

disfuncionamento crescente que pode conduzir a comportamentos sintomáticos.

Os sistemas de formação deverão, preconizar situações de aprendizagem que visem desenvolver no sujeito, uma atitude activa, possibilitando-lhe organizar o seu próprio mundo e evoluir através da experiência adquirida. Através do recurso a metodologias mais activas, centradas em métodos de descoberta.

Em suma o sujeito aprende e desenvolve-se continua e progressivamente, numa sociedade cognitiva, que também se vai construindo e desenvolvendo (José Tavares, 1999).

## Bibliografia

- Bleichmar, Emilce Dio. “Aperturas Psicoanalíticas” Revista de Psicoanálisis. n.º 6 Noviembre 2000; n.º 1 Abril-99; n.º 2 Jul-99; n.º 3 Nov-99; n.º 4 Abr-2000; n.º 5 Jul-2000; N.º 6 Nov — 2000.
- Centre d'étude et de Promotion de la lecture (1978). “Os 10 grandes do inconsciente”. Verbo
- Freud, Sigmund (2000). Textos essenciais da Psicanálise: O Inconsciente, os sonhos e a vida pulsional”. v.1. Publicações Europa América. Biblioteca Universitária.
- Guerra, Paulo Baldeira (2000). “Cerebrus: A Gestão Intrapessoal”. v.1 e 2. A empresa inteligente. Pergaminho.
- Nicolescu, Basarado (1999) “O manifesto da transdisciplinaridade” Editora Hugin.
- Simões, Helena Ralha e Simões, Carlos Marques (1998). “Resiliência e Tarefas de desenvolvimento: A Educação e as diferentes etapas da vida” in Psicologia, Educação e Cultura, 1998, II, 2.
- Tavares, José (1999). “I Colóquio Nacional: A Ciência Psicológica nos Sistemas de Formação”. Secção de Psicologia da Educação. Sociedade portuguesa de Ciências da Educação.
- Tavares, José e Bonboir, A. (1995). “Activação do Desenvolvimento Psicológico nos Sistemas de Formação”. Cidine.
- Tavares, José. (1994). “Para Intervir em Educação” Contributos dos Colóquios Cidine.
- Tavares, José. (1996). “Uma Sociedade que Aprende e se Desenvolve — relações interpessoais”. Cidine.
- Yung, C. G. (1971). “Psychologie du transfert”. Éditions Albin Michel.