

«Ser ou não ser... O jovem de hoje sabe responder»*

ÂNGELA SÁ AZEVEDO**

Intitulamos este artigo «*Ser ou não ser ... o jovem de hoje sabe responder*» com o intuito de abordar a temática da juventude numa perspetiva construtiva, construtivista e positiva onde a Pessoa é o centro de todo e qualquer fenómeno de vida.

Pretendemos apresentar o contributo da Psicologia atual para a compreensão das características dos jovens de hoje. Igualmente, pretendemos contribuir para ultrapassar discursos redutores de exclusividade assim como saberes fragmentados, afirmando a necessidade de complementaridade disciplinar para apreensão e compreensão da complexidade da Pessoa.

Da mesma forma neste texto fundamentaremos a necessidade de realizar um estudo eclético acerca dos jovens, aliando várias áreas do saber e percebendo que, apesar das adversidades características da modernidade, os jovens «sabem o que são, o que querem e para onde vão...».

Finalmente refletiremos sobre o contributo da família, das relações sociais, espiritualidade, religiosidade na promoção do bem-estar e qualidade de vida dos nossos jovens.

Para tal iremos organizar a informação deste texto no sentido de responder a três desafios:

* Texto elaborado a partir da comunicação intitulada «Ser ou não ser ... o jovem de hoje sabe responder», apresentada na XX Semana de Estudo Teológicos, em Braga, em Fevereiro de 2012.

** Faculdade de Filosofia da Universidade Católica Portuguesa (Braga).

- Desafio 1 – Conhecer ... a Psicologia (Modelo Ecodesenvolvimental, Psicologia Positiva, Perspetiva Construtivista)... para...
- Desafio 2 – ... Compreender os jovens (Tarefas Desenvolvimentais) ...
- Desafio 3 – ... e... Acreditar no «lado B» dos jovens (Bem-estar e... família, relações sociais, espiritualidade, religiosidade).

1. Conhecer... a Psicologia (Modelo Ecodesenvolvimental, Psicologia Positiva, Perspetiva Construtivista)... para...

Começaremos por apresentar o contributo da Psicologia atual para a compreensão da Pessoa como um Ser biopsicossocial, que constrói a sua personalidade, não se assumindo como mero resultado do meio onde está inserido. A perspetiva atual da Psicologia (Perspetiva Construtivista), onde inserimos diferentes modelos e teorias dos quais salientamos, pela sua pertinência, o modelo Ecológico do desenvolvimento humano e a teoria da Psicologia Positiva, encara a pessoa como construtora de si e do seu meio através da atribuição de significados. O meio é fundamental neste processo de construção na medida em que é percecionado pelo sujeito de uma forma personalizada. Assim, as relações que cada pessoa estabelece nos seus contextos de referência são valorizadas pela mesma e é este valor que interfere, de forma significativa, com a formação da personalidade de cada um.

1.1. Modelo Ecológico do desenvolvimento humano

Segundo o Modelo Ecológico o desenvolvimento humano é resultado da interação entre a Pessoa em crescimento e o seu contexto de referência (organizado em sistemas), pelo que o estudo do impacto das relações interpessoais, da cultura e da história é fundamental para compreender o desenvolvimento pessoal.

Bronfenbrenner e Morris (1998) referiram-se aos processos proximais para reforçar a importância da interação pessoa-meio no desenvolvimento humano.

Por outro lado, os vários autores representantes deste modelo defendem que da interação que o sujeito estabelece com seu contexto resultam mudanças constantes cujos efeitos são imediatos mas, igualmente, podem ser visíveis apenas a médio e longo prazo (Bronfenbrenner, 1979; Bronfenbrenner, Kessel, Kessen & Wite, 1986).

A tomada de consciência do impacto do contexto no desenvolvimento vai assumindo características diferentes ao longo das diferentes fases da vida. Assim, na infância a criança apenas tem consciência dos acontecimentos

do contexto mais próximo (microsistema) e só posteriormente, começa a consciencializar as relações entre acontecimentos e pessoas que não interagem diretamente com a mesma (macro sistema). A partir da adolescência é possível perceber a continuidade ou permanência das pessoas significativas, ao longo da vida, assim como estabelecer relações nos diferentes contextos. Também o adolescente passa a conhecer contextos indiretos – mesmo sistema (como a universidade, local de trabalho dos pais... contexto do namorado/a), criando e imaginando um mundo próprio o que torna possível a adaptação da realidade a si próprio.

Assim sendo, na adolescência e fases subsequentes (nomeadamente na juventude) o desenvolvimento é um processo que resulta da perceção do sujeito (nesta fase a perceção é alargada e aprofundada), e da ação permitindo a organização por parte do adolescente e jovem de estratégias adequadas à realidade percebida e, por conseguinte, o desenvolvimento de atividades que reorganizem ou criem situações compatíveis com as suas expetativas de vida (Portugal, 1992).

1.2. Modelo da Psicologia Positiva

Por sua vez, com o aparecimento da Psicologia Positiva (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000) a intervenção psicológica passou a incidir sobretudo na prevenção, deixando de se centrar nos problemas e nas dificuldades. Esta abordagem enfatiza uma intervenção psicológica que promove características positivas para um desenvolvimento pessoal ajustado (recursos afetivos inesgotáveis, valorização pessoal). Mais do que estudar os fatores explicativos das dificuldades inerentes aos desafios desenvolvimentais, há que promover competências pessoais para fazer face a esses desafios e assegurar um equilíbrio psicológico promotor do bem-estar.

Segundo esta teoria a juventude deverá ser descrita considerando, sobretudo, as suas características positivas e as competências que devem ser desenvolvidas, no sentido de promover uma adaptação adequada aos desafios; a juventude não deve ser descrita através de discursos negativistas onde se reforçam «o que os jovens não possuem», quase que numa abordagem saudosista «os jovens de agora ... não menos...».

1.3. Perspetiva Construtivista

A partir dos anos 80 com as evidências da corrente construtivista a Pessoa passa a ser encarada como construtora do seu contexto através da atribuição de significados. O contexto existe porque o sujeito o percebe (Abreu, 2008).

Desta forma, o interesse pelo estudo do contexto centra-se não na sua existência física mas sobretudo na forma como o sujeito o percebe (Azevedo, 2010).

Nesta linha de pensamento Lazarus e Folkman (1984) levaram a cabo estudos que permitiram concluir que não é a quantidade de contato social que é protetor e facilitador de um desenvolvimento adequado mas a apreciação e a interpretação do mesmo por parte do sujeito.

2. Compreender os jovens (tarefas desenvolvimentais)...

Após percebermos a importância da Psicologia atual no estudo da Pessoa, neste segundo ponto iremos descrever as suas características desenvolvimentais na fase da juventude.

Começamos, no entanto, por apresentar a fase da adolescência para posteriormente aludir à juventude. Tal resulta da indefinição temporal entre estas duas fases do desenvolvimento assim como da implicação das mudanças da adolescência na fase seguinte – juventude. Muitos autores consideram a autonomia/capacidade para lidar com os desafios/projeção no futuro/estabelecimento de relações afetivas íntimas como término da adolescência e início da juventude.

Os adolescentes iniciam um percurso desenvolvimental marcado pela capacidade de descentração resultante de mudanças cognitivas, sociais e emocionais (Sprinthall & Collins, 2008).

São vários os autores que se dedicaram ao aprofundamento do estudo das características desenvolvimentais dos adolescentes e jovens.

Um dos autores mais paradigmáticos é Erikson (1968) que apresentou o seu modelo epigenético composto por oito estádios de desenvolvimento psicossocial, que permitem organizar as experiências de construção da identidade através de papéis sociais. Cada estádio apresenta uma organização bipolar (positiva *vs.* negativa). A resolução bem-sucedida de um estádio não implica necessariamente que o mesmo aconteça no estádio seguinte mas antes irá facilitar uma construção integrativa de conceitos e sentimentos de nível superior.

Desta forma, no estádio Adolescência, que ocorre segundo o autor dos 10 aos 20 anos (estádio Identidade *vs.* Confusão de papéis) formar-se-á a identidade (entenda-se identidade como um processo cuja formação se inicia muito cedo e continua ao longo de toda a existência do sujeito, apesar da fase final da adolescência ser fundamental neste processo, dado as mudanças que ocorrem sobretudo na exploração do *self* – contribuindo para a construção de um *psiquismo* integrado e autodeterminado) e o compromisso face a opções ou estilos de vida (identidade ativa).

No entanto, se esta tarefa de construção da identidade não for bem-sucedida o adolescente poderá experimentar alguma confusão nomeadamente ao

nível do desempenho de papéis. Neste caso os adolescentes experimentam a identidade passiva, isto é, prolongam a sua adolescência aceitando os papéis e imagens de si proporcionadas pelos outros.

Por sua vez, na fase Adulto jovem (dos 20 aos 40 anos) (estádio Intimidade *vs.* Isolamento) forma-se a intimidade ou então o isolamento social, que terá repercussões negativas ao nível do desenvolvimento.

Por sua vez, outros autores referem-se às mudanças presentes na adolescência como sendo caracterizadas por um desejo de independência, mas necessitando de apoio parental. Segundo Sprinthall e Collins (2008) o adolescente vive um conflito de interesses: por um lado aspira a autonomia, por outro lado aprecia a aproximação na relação parental, sentindo-se mais seguro. Assim, a relação parental nesta fase não diminui mas antes transforma-se.

Já Chickering e Reisser (1993) na teoria psicossocial descrevem duas tarefas desenvolvimentais principais na juventude: a formação da Identidade e da Intimidade. Para o desenvolvimento destas tarefas muito contribuem as mudanças contextuais. As transformações ao nível da identidade e da intimidade são alargadas a vários domínios dependendo do contexto onde ocorrem.

O desenvolvimento destas tarefas é gradual, isto é, implica que o jovem ultrapasse uma série de acontecimentos gradativos e interdependentes. Desse acontecimentos gradativos os autores salientam os seguintes: tornar-se competente, integrar e desenvolver as emoções, desenvolver a autonomia, estabelecer a identidade (atitudes, valores, interesses, aspirações, auto conceito, auto estima...), estabelecer relações interpessoais, desenvolver a criatividade e, finalmente, desenvolver a integridade.

Mais recentemente Dias (2001/2001) refere-se à adolescência/juventude como uma fase caracterizada por várias tarefas psicológicas, nomeadamente a reestruturação na relação estabelecida entre os adolescentes e os seus progenitores, para além da construção da identidade e consolidação do *Self*. Enfatiza o início do estabelecimento de relações amorosas estáveis na juventude.

3. Acreditar no lado B dos jovens (bem-estar e ... família, relações sociais, espiritualidade, religiosidade)

Neste terceiro ponto iremos dissertar acerca dos fatores que contribuem para o bem-estar dos nossos jovens («lado B»). Assim, iniciaremos por caracterizar os jovens do ponto de vista da vivência de bem-estar para, seguidamente, apresentarmos o contributo da família, das relações/competências Sociais, espiritualidade e religiosidade nessa vivência.

3.1. Conceito de Bem-estar psicológico

O bem-estar tem sido definido através de indicadores de funcionamento e não através da ausência de sintomas de perturbação, tendo em conta a perspetiva, modelos e teorias atuais da Psicologia, abordados no primeiro ponto deste texto. Trata-se de uma experiência que se prolonga no tempo pelo que a frequência é considerada o melhor indicador do bem-estar.

O bem-estar apresenta componentes cognitivos e afetivos e implica não só a ausência de sintomas de perturbação mas, sobretudo, a presença de indicadores positivos de funcionamento e de recursos pessoais que promovem o funcionamento psicológico. Segundo Ryff e Keyes (1995) são vários os indicadores de bem-estar psicológico, salientando os seguintes: a autoaceitação, a autonomia, o controlo sobre o meio, o estabelecimento de relações positivas, a capacidade de criar propósitos de vida e índices de desenvolvimento pessoal considerados adequados.

Estudos mostram que o bem-estar é um estado que varia em função de variáveis como o género, a idade, a atividade profissional. No que respeita ao género Bizarro (1999), McLean e Breen (2009) verificaram que o bem-estar é inferior nas raparigas ao longo da adolescência decorrente, por sua vez, de uma auto estima mais baixa. Por sua vez, considerando a idade, Bizarro (1999) verificou ainda que entre os 14 e 15 anos e meio o bem-estar é muito baixo devido a níveis de cognição e emoção negativas, assim como aos 17 anos e meio. Relativamente à atividade profissional os estudos mostram que os jovens estudantes trabalhadores apresentam maior bem-estar provavelmente devido ao facto de estabelecerem relações afetivas caracterizadas por conforto e proximidade nos locais de trabalho. Mostram ainda que uma maior independência, nomeadamente económica, leva a maior segurança nas relações; por outro lado, permite o desprendimento de aspetos menos positivos na relação com as figuras primárias (Matos *et. al*, 1999).

3.2. Bem-estar psicológico e Família, Relações Interpessoais, Espiritualidade e Religiosidade

Após percebermos o que significa um jovem que vivência bem-estar psicológico será importante perceber que fatores, contextos são promotores do «lado B» ... ou seja deste bem-estar.

Iremos refletir de que forma a família, o estabelecimento de relações interpessoais, a espiritualidade e a religiosidade poderão favorecer o desenvolvimento de fatores protetores do funcionamento psicológico, isto é, uma maior capacidade para evitar, lidar e ultrapassar o sofrimento (Soares, 2000).

3.2.1. Família

As vinculações mais primárias originam crenças e expectativas sobre o mundo cujos efeitos sentir-se-ão ao longo da vida (Parkes & Hinde, 1982).

Estas vinculações permitem organizar uma matriz a partir da qual são construídos conhecimentos e expectativas que vão orientar o funcionamento interpessoal e o estabelecimento de relações íntimas (Bowlby, 1969/1982).

No entanto, nem todas as relações familiares são adequadas ao desenvolvimento do bem-estar dos nossos jovens.

Segundo Canavarro (1999) e Soares (2000) apenas as relações familiares marcadas por suporte, carinho, disponibilidade, segurança, aumentam a auto estima, a capacidade de aprendizagem e de relacionamento dos jovens permitindo, consequentemente, uma maior intensidade de estados emocionais positivos. Estas relações familiares permitem estabelecer a continuidade entre as aprendizagens da infância e as novas exigências da adolescência e da vida adulta (Sprinthall & Collins, 2008).

3.2.2. Relações/Competências Sociais

Parece que as competências sociais fazem parte de um conjunto de recursos pessoais que potenciam o estabelecimento de melhores relações sociais que, por sua vez, aumentam a perceção de competência e, consequentemente, de bem-estar (Diener & Fujita, 1995).

Vários autores têm vindo a confirmar a importância das relações interpessoais e a frequência de atividades sociais no bem-estar. Estes fatores são considerados os maiores preditores de bem-estar, sendo que a relação entre o apoio social e o bem-estar vai crescendo com a idade.

Segundo Bizarro (1999) e Silva (2004) as pessoas com mais amigos, que estabelecem mais contactos sociais e que apresentam uma rede de suporte são portadores de maiores índices de bem-estar, menor probabilidade de exibir perturbações no comportamento e maior ajustamento à vida adulta.

Estudos levados a cabo por Lima (2005) confirmaram resultados evidenciados por outros autores: a participação em atividades extra curriculares (clubes, atividades religiosas) promove a satisfação com a escola e a vida em geral (Lima, 2005 & Marsh, 1992) e a realização escolar (Lima, 2005 & Broh, 2002).

Num estudo muito recente (Howie, Lukacs, Pastor, Reuben & Mendola, 2010) vários autores verificaram, por sua vez, que a participação em atividades que desenvolvem as competências sociais fora do contexto escolar estão associadas a um menor abandono escolar e à diminuição de problemas comportamentais. Estes autores vão ainda mais longe nas conclusões do estudo realizado descrevendo que a participação em atividades que desenvolvem as

competências sociais fora do contexto escolar leva a uma melhor performance escolar, ao estabelecimento de relações interpessoais positivas, a jovens adultos ativos e produtivos, assim como promovem a auto estima positiva e estão na origem da diminuição de índices de depressão.

3.3. Espiritualidade

A espiritualidade tem sido apresentada na literatura específica como um processo dinâmico, pessoal e experiencial que procura a atribuição e significado existencial, podendo ou não coexistir com um credo religioso.

Saad, Masiero e Battistell (2001) mostraram nos seus estudos que existe uma relação positiva entre a espiritualidade e a saúde, nomeadamente a vivência de bem-estar. Segundo o mesmo estudo a espiritualidade estará associada a uma menor incidência de doenças, de abuso de substâncias, de suicídio e ainda a uma maior prática de hábitos de vida saudáveis, a uma maior satisfação conjugal, permitindo uma recuperação mais rápida em caso de doença.

3.4. Religiosidade

A religiosidade é representada neste texto através da prática da oração, da frequência assídua da igreja e celebrações religiosas assim como está associada à procura de apoio social em grupos religiosos e estudo de textos bíblicos.

Segundo Policarpo (2008) será o sentimento de insatisfação que impele o crente para a oração, acreditando que através desta poderá melhorar a sua vida pessoal. Por sua vez, Bento XVI (2006) apresenta a oração como uma prática que proporciona ao orante a aproximação da plenitude e da ideia de vida eterna.

Da mesma forma, outros autores (Trier & Shupe, 1991; Wachholts & Pearce, 2007; Masters & Spielmans, 2007); Leondari & Gialamas, 2009; Levin, 2009) tem evidenciado a relação positiva entre a prática religiosa e a saúde uma vez que proporciona uma sensação de harmonia interior, um sentimento de pertença a um grupo o que contribui, por sua vez, para o incremento da capacidade para resolver problemas e superar a solidão.

4. Finalizando...

«Ser ou não ser ...» ... alguém pode ter dúvidas que o jovem de hoje inserido em CONTEXTOS DE RELAÇÃO, de AFETO onde a ESPIRITUALIDADE e a RELIGIÃO são aprofundados (famílias, associações / organismos católicos) ... sabe responder?

Depois do exposto neste texto não persistem dúvidas quanto à resposta para esta pergunta ... os jovens de hoje ensinam-nos sistematicamente que ... a resposta é sim ... os jovens de hoje acompanhados, nomeadamente, pela família e pela igreja sabem responder ...enfrentam os desafios inerentes ao seu desenvolvimento e ao contexto atual, de forma adequada e persistente.

Pretendemos com este texto, não mostrar que os jovens de hoje são melhores que os de ontem ou serão melhores que os de amanhã...mas reforçar o lado positivo dos nossos jovens e a nossa responsabilidade nesse «lado B» ...

Bibliografia

- ABREU, M. V. (2008). Mudança de Paradigma na Educação e Novos Rumos para a Actuação dos Professores e dos Psicólogos nas Escolas. In M. C. Taveira e J. T. Silva (Coords.). *Psicologia Vocacional. Perspectivas para a Intervenção*. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra, 159-185.
- AZEVEDO, A. S. (2010). Psicologia da Educação: Promover a Personalidade ... Contribuir para a Felicidade. In M. Gonçalves, C. B. Morais e J. M. M. Lopes (Orgs.). *Sexualidade e Educação para a Felicidade*. Braga: Publicações da Faculdade de Filosofia. Universidade Católica Portuguesa, 55-69.
- BENTO XVI. (2006). *Deus é amor*. Prior Velho: Paulinas Editora.
- BIZARRO, L. (1999). O bem-estar psicológico durante a adolescência. *Tese de doutoramento inédita*, Universidade de Lisboa, Departamento de Psicologia Clínica da Faculdade de Psicologia.
- BOWLBY, J. (1969/1982). Attachment and loss. Vol.1: *Attachment*. New York: Basic Books.
- BROH, B. A. (2002). Linking Extracurricular Programming to Academic Achievement: Who Benefits and Why? *Sociology of Education*. Vol. 75, No. 1 pp. 69-95.
- BRONFENBRENNER, U. (1974). Developmental Research, Public and the Ecology of Childhood, *Child Development*, 45, 1-5.
- BRONFENBRENNER, U., KESSEL, F., KESSEN, W., & WHITE, S. (1986). Toward a critical social history of developmental psychology: A propaedeutic discussion. *American Psychologist*, 41(11), 1218-123.
- BRONFENBRENNER, U. & MORRIS, P. (1998). The ecology of developmental processes. In W. Damon (Org.), *Handbook of Child Psychology* (Vol. 1, pp. 993-1027). New York: John Wiley & Sons.
- CANAVARRO, M. C. (1999). Relações afectivas e saúde mental: Uma abordagem ao longo do ciclo de vida. Coimbra: Quarteto Editora.
- CHICKERING, A. W. & REISSER (1993). *Education and identity* (2nd ed.). San Francisco: Jossey-Bass.
- DIAS, M. G. F. (2001/2002). Serviços de aconselhamento psicológico no ensino superior: Uma encruzilhada de questões. *Cadernos de Consulta psicológica*, 17-18, 59-67.
- DIENER, E., & FUJITA, F. (1995). Resources, Personal Strivings, and Subjective Well-Being: A Nomothetic and Idiographic Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 926-935.

- ERIKSON, E.H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.
- HOWIE, L.J.D., LUKACS, S.L., PASTOR, P. N., REUBEN, C.A., & MENDOLA, P. (2010). Outside of school activity participation and behavior in middle childhood. *J Sch Health* 80:119-125.
- LAZARUS, R. S., & FOLKMAN, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- LIMA, I. (2005). *Bem estar psicológico e experiências ótimas na adolescência*. Tese de Mestrado. Universidade do Minho.
- LEONDARI, A., & GIALAMAS, V. (2009). Religiosity and psychological well-being. *International Journal of Psychology*, 44(4), 241-248.
- LEVIN, J. (2009). How faith heals: a theoretical model. *The Journal of Science and Healing*, 5(2), 76-96.
- MCLEAN, K. C., & BREEN, A. V. (2009). Processes and content of narrative identity development in adolescence: Gender and well-being. *Development Psychology*, 45 (3), 702-710.
- MARSH, H. (1992). Extracurricular activities: Beneficial extension of the traditional curriculum or subversion of academic goals? *Journal of Educational Psychology*, 84, 553-562.
- MASTERS, K., & SPIELMANS, G. I. (2007). Prayer and Health: Review, Meta-Analysis, and Research Agenda. *Journal of Behavioral Medicine*, 30, 329-338.
- MATOS, P. M., BARBOSA, S., ALMEIDA, H. M., & COSTA, M. E. (1999). Parental attachment and identity in Portuguese late adolescents. *Journal of Adolescence*, 22, 805-818.
- PARKES, C. M., & STEVENSON-HINDE, J. (1982). *The place of attachment in human behavior*. New York: Basic Books.
- POLICARPO, J. (2008). *A Igreja no tempo e em cada tempo*. Carta do Cardeal Patriarca à Igreja de Lisboa. Consultado em 10 de Maio de 2009, em www.patriarcadolisboa.pt/.../3_01_Carta_Pastoral18mai08.doc.
- PORTUGAL, G. (1992). *Ecologia e Desenvolvimento Humano em Bronfenbrenner*. Aveiro: Centro de Investigação, Difusão e Intervenção Educacional.
- RYFF, C. D., & KEYES, C. L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719-727.
- SAAD, M., MASIERO, D., & BATTISTELLA, L.R. (2001). Espiritualidade baseada em evidências. *Acta Fisiátrica*, 8 (3), 107-112.
- SELIGMAN, M. E. P., & CSIKSZENTMIHALYI, M. (2000). Positive Psychology: na introduction. *American Psychologist*, 55 (1): 5-14.
- SILVA, A. (2004). *Desenvolvimento de Competências Sociais nos Adolescentes*. Climepsi Editores
- SOARES, I. (2000). Psicopatologia do Desenvolvimento e contexto familiar: Teoria e investigação das relações de vinculação. In I. SOARES (Coord.), *Psicopatologia do Desenvolvimento: Trajetórias (in)adaptativas ao longo da vida* (pp. 381-433). Coimbra: Quarteto Editora.
- SPRINTHALL, N. A., & COLLINS, W. A. (2008). *Psicologia do Adolescente*. (4th Ed.). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- TRIER, T. K., & SHUPE, A. (1991). Prayer, religiosity, and healing in the heartland, USA: a research note. *Review of Religious Research*, 32, 4, 351-357.
- WACHHOLTZ, A., & PEARCE, M. (2007). Exploring the relationship between Spirituality, Coping, and Pain. *Journal of Behavioral Medicine*, 30, 311-318.