

OS SENTIMENTOS

Pelo DR. JOÃO PIRES TEIXEIRA
MAJOR-MÉDICO

Instrutor de Psicologia da Escola
de Educação Física do Exército

Os sentimentos, são estados afetivos, produzidos facilmente por fenômenos da vida intelectual e moral, acompanhados de percepções, imagens ou idéias. Não se apresentam como fenômenos psíquicos ou orgânicos isoladamente e sim acompanhados de emoções mais brandas, de duração maior, estáveis, aparecendo geralmente depois de emoções agudas ou violentas. Distinguem-se das emoções, por apresentarem mais elementos intelectuais e serem mais do que a "emoção-choque", como por exemplo num desastre, num incêndio etc. Os sentimentos de fé religiosa, de amor à pátria, a piedade filial etc, abrangem toda a personalidade e duram toda a vida.

Diz Baudin: "Se me batem, sinto uma dor física; logo em seguida sinto emoções de cólera, vergonha, revolta, etc. Quando leio uma página de poesia, experimento sentimentos estéticos de beleza e sentimentos morais de simpatia. O pensamento na família, na pátria, em Deus, produz sentimentos de dúvida, de certeza etc".

Os fenômenos orgânicos que se relacionam com os sentimentos, podem aparecer às vezes de modo silencioso e imperceptível.

As condições psicológicas são demonstradas pelas influências de fatores intelectuais que expandem, aprofundam e estabilizam os sentimentos. A imaginação e os processos associativos sobre a vida sentimental, é intensa e contínua. Se os fatores intelectuais se complicassem sem obstáculos por associações indefinidas, a vida afetiva se dispersaria, o que não acontece, devido a uma reação do afeto individual contra a associação imaginativa, que afastando-a, anula as idéias e as imagens que não se ligam com ela, mas atrai, entretanto, as que a caracterizam. É por isto que os sentimentos cooperam na estabilidade e no equilíbrio da vida intelectual.

CLASSIFICAÇÃO DOS SENTIMENTOS

Os sentimentos de acordo com as suas qualidades, classificam-se em: simples e complexos.

Os sentimentos simples, são qualidades afetivas das sensações, em estado de maior ou menor isolamento, que se observam em certos casos especiais.

Os sentimentos complexos, são qualidades afetivas das percepções das imagens e das representações em geral. São mais ricos em elementos e compreendem os sentimentos inferiores ou sensíveis e os sentimentos superiores ou espirituais. Podem ser relacionados de acordo com as pessoas ou pessoais e com os objetos valiosos (bens). Os sentimentos pessoais representam as qualidades afetivas que estimamos em nós mesmos, como de valorização positiva, ex: orgulho, vaidade, amor próprio, etc, ou então valorização negativa, ex: vergonha, humildade, arrependimentos, etc. Podemos ter também qualidades afetivas para com os nossos semelhantes, de valorização positiva, ex: respeito, simpatia, compaixão, etc. Ainda podemos ter qualidades afetivas negativas, ex: antipatia, inveja, desconfiança, etc. Os sentimentos relacionados com as coisas valiosas (bens), podem ser: intelectuais (provenientes do trabalho e da inteligência humana); estéticos (resultados da contemplação do belo); morais (relacionados com a vida ética), e religiosos (devido a manifestações da vida religiosa).

NATUREZA DOS SENTIMENTOS

Os sentimentos, podem em certos casos, acompanhar as sensações, mas destas se distinguem pelas seguintes características:

1º — As sensações provêm das impressões orgânicas. Os sentimentos provêm dos fenômenos psicológicos.

2º — As sensações podem mudar progressivamente de agradáveis a dolorosas. Os sentimentos não mudam de caráter; podendo apenas variar de intensidade.

3º — As sensações não se alteram pela influência da vontade. Os sentimentos podem ser alterados pela ação dos processos da vontade.

4º — As sensações podem ser localizadas. Os sentimentos não são localizados.

As sensações agradáveis, provocam sempre sentimentos de alegria; as sensações desagradáveis quando suaves e superficiais, provocam sentimentos de aborrecimento, tristeza e impaciência, quando demoradas e profundas. A vergonha e a humilhação, ao contrário, provocam sensações mais ou menos penosas e desagradáveis.

Os sentimentos sofrem as consequências das representações mentais, muito embora com repercussões orgânicas fracas.

Todo o indivíduo possui um estado afetivo geral, devido ao conjunto de sentimentos particulares à vida psíquica. Este estado afetivo, representa o ritmo sentimental característico de cada pessoa. Este afeto pode ser permanente, ou ter certa duração, mas pode, em certas ocasiões, se transformar profundamente, como acontece por exemplo na adolescência, pois esta se encontra estreitamente ligada com os interesses e preferências de cada personalidade. Podem as reações sentimentais modificar o ânimo e o bom humor do indivíduo com outros sentimentos superficiais e periféricos, sem modificar porém, o quadro afetivo geral predominante em cada indivíduo. Essas reações sentimentais esporádicas e passageiras, têm tendência a harmonizar os processos psicológicos com as condições de vida do indivíduo. Convém aqui descrever as palavras de Miranda Santos: "Os sentimentos exercem profunda influência sobre toda a vida psicológica. O pensamento e a ação, dependem intimamente dos elementos afetivos de que se revestem. As decisões da vontade e a força motora das idéias, variam de acordo com o colorido sentimental que as envolve. Daí o motivo pela qual Spencer afirmava que não são as idéias, como supunha Bacon, mas os sintomas que conduzem o mundo. Tudo isso realça a importância que a orientação da vida sentimental possui para a educação da criança e do adolescente. Onde a necessidade de um exame cuidadoso dos fatores sentimentais, que, consciente ou inconscientemente, influem sobre a conduta do educando. Para isso é preciso assumir uma atitude de compreensão e de serenidade em face da criança e do adolescente. De nada valerão as medidas violentas coercitivas, os castigos físicos e morais, os gestos de impaciência e irritação, a disciplina autoritária e exterior. Deve-se procurar antes, na educação dos sentimentos, conquistar a confiança, inspirar a simpatia, utilizar a persuasão, apelar para o interesse, esclarecer a inteligência, despertar o amor próprio, desenvolver o senso de responsabilidade e suscitar, pela ação e pelo exemplo, a compreensão dos valores morais."