

O DESENVOLVIMENTO FÍSICO E SOCIAL DO ADOLESCENTE

MARIA CRISTINA SOUSA FARIA *

"'Que será de mim, meu Deus!' exclamou Alice desconsolada, sem saber como escapar daquela terrível situação. 'Como me arrependo de haver saído de casa! Vivia sossegada, sem este perigo constante de ora crescer, ora diminuir, e sem ter que aturar coelhos e ratos mandões. Antes nunca tivesse visto o Coelho Branco no jardim. Mas mesmo esta vida não deixa de ser curiosa', pensou mudando de ideia. 'Quando lá em casa eu lia contos de fadas, não acreditava em nada daquilo, mas agora vejo que acontecem. Que lindo livro dariam estas aventuras em que ando metida! Que pena não escreverem um livro assim! E porque não escrevê-lo eu mesma? Quando crescer farei isso, estou resolvida. Quando crescer? Oh, agora me lembro de que crescida e até demais estou eu! Estou tão crescida que já nem tenho mais por onde crescer...'"

(Lewis Carroll in *Alice no País das Maravilhas*)

Adolescere em latim significa crescer, aumentar, e a adolescência refere-se ao movimento que tão dificilmente se pode precisar quando começa e quando acaba; a passagem à idade adulta é, sem dúvida, um facto que oscila entre um epifenómeno e uma modificação profunda. O jovem toma consciência que algo mudou, que está diferente e, sem saber como, começa a reflectir sobre os acontecimentos, pelo que se depara com a questão: *"Quem sou eu?"*.

O desejo de crescer verbalizado tantas vezes como *"...quando eu for grande... serei mais alto do que... tão forte quanto... poderei ir..."*, para poder usufruir de determinados privilégios, são pensamentos, fantasias, ou aspirações que pairam na mente dum jovem humano na procura da sua identidade. No entanto, quando chega o momento de começar a concretizar e a ter acesso a determinados papéis e estatutos, as situações complicam-se e os problemas surgem. Neste jogo de ganhos e de percas, muitos dos

* Docente da ESE de Beja

jovens não querem crescer, outros aceitam o desafio, mas seja qual for a opção, inúmeras dificuldades os espreitam e nem todos dispõem de meios suficientes ao seu alcance ou do ambiente adequado para que possam ultrapassar os obstáculos e crescer com saúde física, mental e social.

O tema proposto é sem dúvida aliciante, não só porque cada um habita um corpo mas, também, porque esse corpo é social. Colocado diante do mundo exterior da Personalidade, não o poderemos compreender se não tivermos em conta todos os outros mundos que fazem parte do humano, homem ou mulher em situação; isto é, num espaço e tempo próprios de uma multiplicidade de interações externas ou internas ao indivíduo.

Falar de Adolescência é dizer coisas poucas, literariamente abstractas e gerais. Cada um de nós foi adolescente, ou sê-lo-à um dia, e tal facto é muito concreto, individual e expressivo, pelo que não se trata de adolescência, nem de adolescente mas, de adolescentes; isto é, de indivíduos, pertencentes a uma geração, dedicados e implicados respectivamente, na construção do seu edifício vivo de que se orgulhem. Talvez, porque seja necessário e suficiente, para que possa ser vivo e saudável, esse empreendimento será sempre uma obra inacabada, em movimento, em devir permanente, criativo, evolutivo e livre; possuindo por isso, um estilo próprio de um modo de estar na vida.

Na infância o terreno foi preparado, na adolescência os alicerces construídos e na idade adulta cada ano é mais um andar, por cima de tantos outros que proporciona ver mais longe e admirar a versatilidade, o arrojo e a aventura do já construído, daquilo que é preciso mudar, reestruturar, reformular e ainda, do que é urgente sonhar para tornar realidade, para que no fim a exclamação surja: *"Eu sou aquilo que construí: a minha obra prima!"*.

O presente trabalho não pretende deixar para lugar menos relevante, aspectos tais como o afectivo, cognitivo, familiar, escolar, orientação escolar e profissional, trabalho,... no entanto irá colocar a sua tónica na importância que o desenvolvimento físico e social têm no desenvolvimento total dum ser humano, homem ou mulher, numa das etapas mais importantes da sua vida: a adolescência.

OS ADOLESCENTES

A adolescência nasceu durante o século XIX com a revolução industrial quando o controle da família sobre os filhos se prolonga até à idade do casamento. Philipp Ariès (1973) considera que a Europa pré-industrial não distingue a infância da adolescência. No século XVIII não se considerava essa categoria etária que demorará muito tempo a formar-se.

No final do século XIX as pessoas começam a interrogar-se seriamente sobre o que pensa a juventude; e o termo juventude é substituído por adolescência que se transforma num tema literário dominante e numa preocupação de moralistas e políticos. A adolescência surgia como algo que encerrava novos valores, susceptíveis de vivificar uma sociedade envelhecida e pouco favorável a mudanças (Stanley Hall, 1904).

A consciência de ser jovem, o sentimento de pertencer a um grupo com preocupações e aspirações comuns, ocorre na Europa no fim da 1ª Guerra Mundial, quando os combatentes da frente se opõem em massa às velhas gerações de retaguarda. Assistir-se-à progressivamente à clivagem das gerações prolongando a adolescência até à década situada entre os dez e os vinte anos. Assim, de uma época sem adolescência passa-se para a época da adolescência; e esta passa a ser a idade favorita, isto é,

aquela idade que se deseja ardentemente que chegue e dure o maior tempo possível: a fantasia de ser crescido e eternamente jovem numa atmosfera livre e aventureira.

Neste contexto convém agora questionar: quando apareceram os adolescentes? Numa cultura, num determinado momento surge uma geração que procura ter a seguinte máxima: ser diferente das anteriores. Mas, como "*não basta sê-lo é preciso parecê-lo*", o jovem procura ser criativo e original, exteriorizando a sua ideologia a partir do seu modo de vestir peculiar, ora dominado pelo preto, ora super-colorido, marcando as formas do corpo através de roupas justas, ou pelo contrário, não salientando, usando roupas largas; movimentando-se dum maneira típica e dançando dum modo próprio ao som dum música moderna especial; utilizando uma linguagem *sui generis*; a variabilidade dos cortes de cabelo: muito curtos ou compridos, rapados eriçados, enfiçados, pintados, com óculos de sol a condizer; o cigarro fumado com distinção; o exibicionismo do carro ou o "*cavali-nho*" da mota; e tudo o resto parece ser sempre exageradamente deficiente ou abundante. No fim, tal versatilidade espectacular procura mostrar um modo de estar na vida, ou melhor, a procura dum estilo próprio de vivência, onde o jovem se encontre consigo próprio e seja encontrado pelos outros:

"sentimento de se sentir em casa dentro do seu próprio corpo... de 'se saber para onde se vai' e a segurança interior de um reconhecimento antecipado por parte daqueles que contam." (E. Erikson, 1972)

A identidade ou sentimento de identidade comporta em si vários processos complexos que conduzem simultaneamente:

- à formação da consciência de si (self);
- à formação da consciência de si sexualmente definido;
- à formação da capacidade de estabe-

lecer relações objectivas estáveis e de se estruturar na relação com os outros.

Tais processos encontram-se interligados, o indivíduo percebido como único, distanciado dos laços familiares, define-se sexualmente e a partir deste momento ele organiza-se nas interações que estabelece com os outros, num certo mundo em função de escolhas profissionais, estilo de vida ou outros valores reconhecidos no estatuto social em que está inserido.

O próprio Eu estabelece consigo uma continuidade vinculativa entre o seu passado, presente e futuro, que se inscreve no registo da sociedade envolvente e da cultura que a caracteriza. Assim, o sentimento de identidade adquire-se de forma evolutiva e progressiva no desenvolvimento psíquico e sexual; isto é, resulta da Instalação de três tipos de vínculos (Jaime Milheiro, 1988):

- **vínculos de integração espacial:** as partes do self; dispersas são integradas nas várias instâncias do aparelho psíquico, para uma diferenciação entre o self e o não self (Eu e Outro);
- **vínculo de integração temporal:** as diversas representações do self ao longo do tempo (intemporal no inconsciente) sofrem um processo de integração e coesão de forma a estabelecer uma continuidade entre si;
- **vínculo de integração social:** a identidade social organiza-se na rede de relações que se estabelecem entre o self e os objectos, mediante mecanismos de identificação, projecção e identificação projectiva ou introjectiva.

Os dois primeiros vínculos são de capital importância para a construção de uma identidade única, por isso, podem ser desig-

nados por vínculo da identidade pessoal; mas, é devido ao terceiro, que é possível estabelecer um vínculo de relação interpessoal no sentido de dentro para fora e de fora para dentro, possibilitando úteis modificações do self.

A passagem pela adolescência não se faz num ritmo constante, nem em linha recta, pelo que o adolescente pode passar rapidamente ou lentamente por todas as fases (Blos, 1985) ou desenvolver intermináveis variações em qualquer uma delas. Todas as transformações psíquicas essenciais são determinantes para um processo de integração da multiplicidade de factos no sentido de dar continuidade à experiência do ego na construção da sua identidade; nesta dinâmica não podemos esquecer o papel fundamental do desenvolvimento físico e do social. Como diz Zazzo (1966) "*Durante muito tempo julgou-se que a juventude era apenas uma etapa biológica entre a infância e a idade adulta. Confundia-se, e ainda se confunde por vezes, adolescência e puberdade. Hoje sabe-se - e toda a gente está de acordo - que a adolescência é uma etapa de socialização, a inserção do indivíduo no universo social dos adultos, no universo do trabalho*".

A realização recente da maturação da puberdade revoluciona todo o organismo juvenil, e conseqüentemente todo o seu modo de ser e de estar, diante de si próprio e dos outros. Por isso, interessa que paralelamente exista, também, a maturação de modos de equilíbrio, para que se possa encontrar uma estabilidade, no processo de construção da Personalidade.

O adolescente anda à descoberta de si mesmo para se auto-ultrapassar assim, dá conta dum corpo em transformação, proporcionando-lhe novas potencialidades: uma estatura física diferente que lhe deveria dar independência e domínio do ambiente, emoções que o intrigam, embaraçam e fascinam; enfim uma multiplicidade de sentimentos, que o fazem sentir um estranho, um desconhecido, diante de si e dos outros. O seu modo de pensar passa a ser diferente,

ele é em simultâneo o agente e o testemunho, por isso, está em desacordo, em oposição ou inovação, e graças ao pensamento reflexivo joga com a fundamentação das suas opiniões procurando ver sempre outra faceta da questão, seja ela qual for, esteja ela assente em que valor estiver.

Valorizando o trabalho de introspecção e aprofundamento pessoal "*O Eu descobre-se a partir do interior, numa percepção aguda e voluntária de si mesmo e exalta-se no segredo da sua consciência. É a isto que M. Debesse chamou a idade do 'culto do Eu', donde sairá um ser consciente da sua individualidade, amadurecido para assumir o seu futuro e as suas responsabilidades de adulto*". (Reymond-Rivier, 1977). Assim, neste processo de auto-descoberta o jovem encontra os seus limites ou as suas capacidades, e aprende a lidar com a variedade de situações que lhe surgem; consciencializando-se de que tem que optar e tomar posição de solução pois, ninguém o pode fazer por sua vez.

O encontro com os valores, a defesa dum idealismo particular ou social, proporciona a posição contra o meio e a ordem estabelecida, em que o jovem a tudo se permite julgar e a todos criticar, pelo que nem sempre o auxílio do adulto é aceite. No fim das metamorfoses o adolescente sai para o mundo social, como a borboleta do casulo. Que espera a sociedade dos seus jovens? Que liguarias tem ela para oferecer? Como aproveita a energia, a força criativa de projecto e a originalidade dos adolescentes?

Muitas vezes, a atitude é a da desconfiança, a do medo, da dúvida, já para não falar da ignorância, desprezo ou exploração. Perante tal ambiente onde colocar as expectativas, pois, se o adulto anda demasiado ocupado consigo próprio e tem medo de crescer, como poderá ele ajudar o jovem nesta conquista própria da sua idade? Por isso, "*Só uma psicologia aberta às influências sociológicas variáveis e à variabilidade das oscilações, (...) é susceptível de conduzir, se não a um verdadeiro conhecimento do adolescente,*

pelo menos a uma comunicação que tenha algumas probabilidades de triunfar". (R. Ball, 1971)

Cada adolescente segue o seu caminho à sua maneira, influenciado pelo seu desenvolvimento físico, seu meio familiar e social e pelas contingências dos acontecimentos da sua época; levar um jovem a ser ele próprio é uma tarefa árdua e difícil, no entanto não é impossível.

AS MODIFICAÇÕES SOMÁTICAS DA PERSONALIDADE

A diversidade de situações e a multiplicidade de conceitos sobre a adolescência leva a colocar a questão: o que é a adolescência? De um modo geral será o período que se estende entre a infância e a idade adulta, e que se inaugura com a puberdade e termina com a juventude; mas até hoje, não existe um critério único que marque o termo adolescência.

A ambiguidade do próprio conceito reflecte a atitude da sociedade, em relação aos jovens e tem graves repercussões sobre estes. No entanto, tendo em conta que a adolescência não é puberdade, não se pode esquecer o crescimento puberal, que revoluciona todo o organismo e põe em actividade uma revolução psicológica num contexto bio-psico-sócio-cultural.

A puberdade parece ser vivenciada como um dos acontecimentos mais dramáticos da vida de uma personalidade; pode até ser comparada a um segundo nascimento devido às transformações que comporta.

A puberdade estende-se por vários anos e vai atingir o conjunto do organismo, é uma das etapas de desenvolvimento que teve início desde a concepção e que traz consigo a possibilidade de reprodução; isto

é, trata-se de uma metamorfose que transforma o corpo duma menina num corpo de mulher capaz de maternidade e o corpo do menino num corpo de homem capaz de fecundar. As principais modificações somáticas que se verificam neste período podem sucintamente ser agrupadas do seguinte modo:

1 - Aceleração do desenvolvimento ao nível do esqueleto, músculos e vísceras;

2 - A dismorfia sexual acentua-se, no rapaz surge o desenvolvimento dos ombros e na rapariga o desenvolvimento dos seios e ancas;

3 - Massa muscular;

4 - O sistema genital chega à maturidade: na rapariga o início do ciclo menstrual e no rapaz a emissão de esperma;

5 - As características sexuais secundárias desenvolvem-se:

- os seios nas raparigas
- a barba nos rapazes
- os pelos puberais crescem em ambos os sexos.

6 - Todos os sistemas fisiológicos do organismo submetem-se à influência das modificações hormonais e o equilíbrio fisiológico restabelece-se gradualmente;

7 - A força física aumenta como a habilidade motora, esta última, sofre forte influência do exercício;

A história pubertária é mais complexa do que as diversas transformações provenientes das diferentes idades e que variam de pessoa para pessoa; observe-se contudo, a seguinte cronologia das modificações somáticas proposta por Tanner (1974):

RAPARIGA

- aceleração do crescimento na altura (9 1/2-14 1/2 A);
- primeira menstruação (10-16 1/2 A);
- crescimento dos seios (8-13 A/13-18 A);
- crescimento dos pelos puberais (11-14 A)

RAPAZ

- aceleração do crescimento na altura (10 1/2-16 A/13 1/2-17 A);
- crescimento do pénis (10 1/2-14 1/2A/12 1/2-16 A);
- crescimento dos testículos (9 1/2 - 13 1/2-16 1/2 A);
- crescimento dos pelos púbicos (12-16 A).

Vários outros aspectos encontram-se intimamente ligados a estas transformações, pelo que se irá salientar o seguinte:

1 - O crescimento das diversas partes do corpo não segue a mesma ordem em todas as pessoas;

2 - A rapariga apresenta mais cedo do que o rapaz as características de desenvolvimento típicas do adulto, o que cria problemas de relacionamento (principalmente no namoro) quando a sociedade estimula a convivência por grupos de idade;

3 - Por vezes existe a sensação de desarmonia que é dada, por exemplo, pelo alongamento dos membros antes do tronco, pode ser mais pronunciada em certos adolescentes do que por outros;

4 - Nas sociedades industriais existe uma antecipação de dois anos ao longo de um século da idade inicial da puberdade nas sociedades industriais (G. Lutte, 1988);

5 - Fisiologicamente o adolescente é adulto, capaz de procriar, dotado de tendências fisiológicas e do património emocional do adulto (desejo do estatuto de adulto na sociedade) mas ainda não pode exercer tais funções sociais;

6 - A aceleração somática é frequentemente isolada, isto é, a evolução do psiquismo não segue no ritmo de evolução do corpo, pelo que se criam desequilíbrios perigosos que originam estados conflituosos, tantas vezes responsáveis por atitudes anti-sociais.

A puberdade surge como uma espera do estatuto biológico do adulto. É frequentemente através dos outros que o adolescente dá conta que já não é criança, a sua aparência exterior já não é a mesma, como tal, implica um tratamento diferente. Mesmo quando a criança é obrigada por circunstâncias particulares, a assumir as responsabilidades dum adulto, jamais será reconhecida como tal, enquanto não tiver adquirido o estatuto biológico de adulto.

Na idade em que a descoberta do Eu e sua afirmação constituem as principais preocupações, não se pode contudo negligenciar as particularidades individuais; nem tão pouco a influência dum contexto sócio-cultural, até mesmo, no desenvolvimento somático da personalidade.

REELABORAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL

A imagem corporal é a representação que cada indivíduo faz sobre o seu corpo, rosto, olhos, cabelos, da estrutura somática global (G. Lutte, 1988). Todo o conjunto de percepções e de representações sobre um corpo humano muito concreto e especial

mostram a importância deste enquanto objecto possuidor de certas qualidades físicas (cor, forma, peso, altura) e enquanto sujeito marcado por afectos múltiplos, contradições, interacções, confusões e muita energia.

O espelho não é fiel ao nosso corpo, a imagem que reflecte é uma interpretação do corpo feita pelo indivíduo, por isso, é um corpo individual.

A imagem não é estática, ela evolui continuamente em relação com o desenvolvimento do corpo e com as modificações que tal comporta nas relações com o meio ambiente. O material utilizado para a construção desta imagem corporal depende quer das percepções externas e internas do próprio indivíduo, quer das reacções dos outros. É nesta interacção que o jovem se desenvolve e é neste dinamismo que elabora e reelabora a sua imagem corporal, numa perspectiva individual e social.

A criança que chega à puberdade traz consigo uma imagem mental do seu corpo, tem a sensação de o controlar e é sensível a todas as atitudes positivas ou negativas sobre o seu aspecto. Segundo Rosenbaum (1979) no início da puberdade a imagem corporal fragmenta-se, isto é, "*as partes variadas do corpo parecem ocupar de tal modo desordenado as quantidades de espaço psíquico e de atenção*". Assim, o adolescente deverá reconstruir uma imagem coerente e integrada do seu corpo, no entanto, segundo o autor referido, tal tarefa torna-se mais difícil para as raparigas que não dispõem da capacidade organizadora, que deriva nos rapazes da sua impetuosa sexualidade genital.

Através dos comportamentos frequentemente apresentados, verifica-se que a puberdade deixa o adolescente mais sensível às estimulações sexuais, marcando o início de uma nova fase do desenvolvimento psicosexual. Por exemplo, a experiência

pubertária das raparigas é menos marcada por experiências sexuais, mas no que concerne aos rapazes, muitos deles começam a ligar-se a uma frequente actividade sexual (sobretudo a da masturbação); tais experiências assumem uma tal importância que os jovens convidados a descrever a sua história pubertária, falam quase exclusivamente das suas actividades sexuais (Lutte, 1988).

A construção da identidade sexual parece ser um processo complexo e prolongado, uma vez que depende de factores biológicos e de factores culturais, mais concretamente, de uma diferenciação da educação para o rapaz e para a rapariga.

Sem dúvida, que o conjunto das transformações somáticas da puberdade permitem aos jovens definirem-se como homem ou mulher; no entanto, por vezes surgem graves problemas, nomeadamente com as "*Maria rapazes*" e os "*rapazes efeminados*". Geralmente a sociedade é mais tolerante com as raparigas que se conduzem como rapazes, do que com os rapazes que se conduzem como raparigas. Por isso, estes últimos são mais frequentemente ridicularizados complexificando o processo de procura de identidade sexual desencadeando problemas de identidade, ansiedades e medos sobre tais temáticas.

Pela curiosidade que levanta, refira-se a título de informação que numa investigação efectuada nos Estados Unidos (Rosenbaum, 1979), observou-se que todas as raparigas têm um momento da sua vida que desejam mudar de sexo. Será por questões culturais que tal comportamento se verifica, uma vez que os indivíduos do sexo masculino têm determinado tipo de oportunidades que o sexo oposto não usufrui, ou tratar-se-ia de uma questão mais profunda?

Os rapazes reconhecem mais dificilmente os seus desejos de mudar de sexo e para eles os problemas de identidade colo-

cam-se sobretudo em casos de homossexualidade (Lutte, 1988).

Na puberdade não é só o físico que se transforma, as possibilidades que este traz consigo levam conseqüentemente a uma transformação mental. Se uma jovem se definiu como mulher, significa que ela reconheceu em si a natureza dual da sexualidade feminina, no sentido de se encontrar aberta e estabelecer uma relação íntima com o outro sexo, mas também reconhecer em si a possibilidade de maternidade, e tudo o que isso implica, em termos afectivos e cognitivos. A possibilidade duma gravidez (futuro reprodutivo) é um aspecto importante da modificação da definição de si.

O crescimento dos seios provoca sonhos sobre a maternidade, no entanto, de todas as modificações da puberdade é a primeira menstruação que toma um papel decisivo na formação duma nova identidade sexual, sendo muitas vezes percebido como uma prova de que se tornou numa mulher (Kof, 1978; Amann-Gainotti et Serra, 1983).

A menarca é vivenciada dum modo muito ambivalente, em muitas culturas os aspectos negativos sobrepõem-se aos aspectos positivos; *"Há sempre dois aspectos possíveis do sagrado; ele pode ser uma fonte de perigos ou uma fonte de bênção. Em certas tribos a primeira menstruação da rapariga é uma bênção sobrenatural"* (R. Benedict).

Mesmo na nossa cultura tanto pode ser percebida como um acontecimento negativo dominado pela angústia, medos, embaraços, ansiedade, desgosto, pânico, vergonha, choros (Deutch, 1945) ou como um acontecimento positivo vivenciado com serenidade e acompanhado de alegria, contentamento, orgulho, visto ser uma prova de fecundidade associada a uma prova de maturidade que permite igualar às irmãs ou amigas já menstruadas. Progressivamente, com o tempo, os sentimentos positivos sobrepõem-se aos negativos, pelo que, muitas das adolescentes que escondiam a sua ma-

turidade passam a assumir o seu desenvolvimento.

O aparecimento dos seios é um acontecimento carregado de emotividade para a maior parte das raparigas, de certo modo, é como se uma nova parte viesse ajustar-se ao corpo. Os seios representam o sexo e são o sinal mais evidente, quer para a jovem, quer para os outros, que o corpo está em crescimento e deixa de ser exteriormente assexuado. Muitas raparigas usam camisolões largos, tal facto parece mostrar como os seios podem ser os causadores de conflitos sexuais, quando a adolescente toma uma atitude de não-aceitação, que pode provocar uma recusa do corpo, do sexo, da feminidade, do crescimento.

Os seios evocam o símbolo da sexualidade feminina, a possibilidade de aleitamento, mas são especialmente importantes no impacto que podem ter nas relações com os indivíduos do sexo oposto. Assim, usar soutien pode ser vivenciado como um rito de passagem; não usar, tanto pode ter a ver com problemas psíquicos, como ser percebido como um sinal de maior disponibilidade sexual.

Rosenbaum (1979) constatou que muitas jovens mostravam o desejo de mudar os seios, em geral tê-los mais desenvolvidos; e ao perguntar-lhes quais eram os órgãos sexuais mais importantes, as adolescentes mais novas responderam os seios e a vagina; e as mais velhas mencionaram outras partes do corpo como o útero, os ovários, a boca, a pele e o clitóris (não sabendo onde se encontrava). O autor verificou que a maior parte dessas adolescentes pareciam ter uma confusa e vaga ideia sobre a sua anatomia; existindo discordância entre os conhecimentos intelectuais e o próprio corpo. Mais um facto para comprovar a urgente necessidade de uma educação sexual adequada.

De certa forma, é pelo facto dos seios serem os órgãos mais visíveis que podem ocupar uma parte do espaço psíquico em-

bora também sejam valorizadas as mensagens proprioceptivas ligadas às dores de ciclo menstrual e duma aprendizagem intelectual.

Claro está que tudo isto ocorre porque os órgãos genitais da jovem são menos visíveis e não se prestam a comparações como nos rapazes.

Segundo Lutte (1988) a imagem estrutural dos rapazes parece edificar-se a partir duma reestruturação da sexualidade, nomeadamente na masturbação. Os rapazes falam mais do que as raparigas sobre a sua história pubertária focalizando-a nas modificações somáticas como o crescimento da barba, do pénis e da angústia que ele seja pequeno, os pêlos púbicos, a musculação, a mudança de voz, a largura dos ombros.

A história pubertária do(a) adolescente ocorre sempre num clima de competição, em que os adolescentes focalizam a sua atenção no seu corpo e no dos outros. Os rapazes frequentemente comparam os seus pênis, mediando o comprimento, fazendo concursos para ver quem ejacula mais vezes num tempo determinado; por sua vez, as raparigas procedem menos a um confronto directo dos seus seios exprimindo a desvantagem da sua competitividade na tentativa de seduzir os rapazes.

Todos estes aspectos peculiares apresentados numa perspectiva física não podem pois, ser desligados da componente psicológica e da social.

A rapariga que se tornou numa mulher, tem também de se sentir e ser vista como tal. O rapaz que se tornou num homem tem de ser visto como tal. Daí o interesse pelo "*seu corpo*", no sentido de o conhecer e assumir, arranjando-o com um cunho pessoal em função duma experiência social.

A formação duma imagem corporal adulta implica a aceitação do corpo como

sexualmente activo e ao mesmo tempo capaz de engravidar (na rapariga) e de fecundar (no rapaz). O corpo percepcionado em transformação, não se manterá igual, pelo que deverá ser visto em continuidade e em termos de projecto. Todos os processos implicados (essencialmente novos e imprevisíveis para a personalidade), mostram a rapidez da mudança efectuada que se realizou diante dos olhos do EU e dos OUTROS; e quanto é urgente ser igualmente rápido, mudar a actuação para com esse corpo que para além de pessoal é também um corpo social (só em interacção o corpo pode ser compreendido).

A reelaboração da imagem corporal é pois, como se referiu, uma reestruturação duma Personalidade em construção, pelo que todo o apoio que se pretenda fornecer a um jovem deverá ser muito específico e a vários níveis para que ele possa encontrar a sua imagem individual, familiar, social.

A ANSIEDADE PUBERTÁRIA

A passagem de uma fase para a seguinte suscita uma ansiedade de transição (Ausubel, 1954). Durante a adolescência esta tensão não é só devida às transformações somáticas mas ao conjunto das mutações da personalidade, é claro que é difícil discernir quais as suas causas reais.

A identificação da ansiedade pubertária poderá ser obtida através de testemunhos dos adolescentes, em todo o caso, eles poderão não estar conscientes das razões profundas dessa sensação, dado que os problemas somáticos podem manifestar-se através de sintomas físicos e vice versa.

Uma questão surge, como explicar o facto de muitos adolescentes recordarem este período dum modo tranquilo e sem problemas? Perante uma situação nova uma pessoa é assaltada pela ansiedade e se não for capaz de encontrar uma solução para os

seus problemas (os agentes que a provocaram) recorre a mecanismos de defesa. Segundo Lutte (1988) é o que ocorre no caso dos adolescentes que não se recordam do modo como vivenciaram a puberdade.

O problema da beleza pode ser a causa de uma ansiedade profunda, nomeadamente pode até criar um tipo de "racismo" entre os adolescentes. Outros problemas podem estar relacionados com:

- o medo de mudar de corpo;
- não aceitação do corpo;
- não aceitação do crescimento;
- não aceitação do sexo.

Tais factos denotam a necessidade do(a) jovem aprender a lidar com cada situação duma forma realista e adequada.

A reconciliação do adolescente com o seu corpo pode levar vários anos para compreender que o corpo pode revelar a força interior mais íntima duma personalidade, o corpo em intra-relação ou interrelação torna-se um veículo de comunicação; proporcionando um vasto conhecimento do Eu e do Outro.

Rosenbaun (1979) observou que em geral os adolescentes não experimentam sentimentos positivos com o seu corpo. As raparigas parecem sentirem-se felizes por não terem defeitos, de não serem gordas, nem magras em demasia.

A atenção dispensada aos cabelos e o toque pessoal dos arranjos, tantas vezes motivo de fascínio ou de irritação e desespero, pode ainda dizer-nos como esta parte destacada do corpo (a cabeça e com ela a inteligência) pode exprimir significações variadas:

- exteriorização de conflitos (colocá-los à periferia);

- representação simbólica da sexualidade.

Não é pois, por acaso, que o modo de cortar o cabelo é um tema de frequentes conflitos com a mãe. Efectivamente parece ser um meio de afirmar a autonomia ou até, um desafio de poder. Daqui podemos observar várias situações a do pai que não deixa cortar a trança à filha, a da mãe que insiste que o filho vá ao barbeiro, dos jovens que rapam o cabelo (cabeças rapadas), por isso, deixar crescer o cabelo tem múltiplas significações, desde submissão, rebelião, moda, símbolo sexual, até busca de afirmação da autonomia, seja qual for o meio de expressão escolhido.

O "visual" é muito importante, sendo motivo de múltiplas conversas, comentários e críticas construtivas e destrutivas. Os adolescentes prestam atenção à cor dos olhos, à sua forma, ao rosto, à boca, à pele e ao corpo em geral. Há sempre uma parte de que não se gosta e que pode ser vivenciada dolorosamente (um nariz demasiado grande, uma anca disforme, uns ombros pequenos, pelos abundantes) podendo originar problemas de identidade sexual. Se tantas vezes uma simples borbulha é motivo de enorme pranto, o acne pode provocar sérios problemas psíquicos.

Os problemas de peso preocupam muito os adolescentes, quer sejam magros ou gordos. As angústias sobre o peso (desejo ou medo de engordar ou emagrecer) estão ligadas a modelos e expectativas sociais, isto é, ao medo de não ser conforme os modelos femininos ou masculinos apreciados pela sociedade.

Num inquérito internacional sobre os modelos de comportamento (Lutte, 1971) constatou que em média são as raparigas de 13A e os rapazes de 14-15 A que prestam mais atenção ao corpo. Para as raparigas, a pessoa ideal resume-se a uma palavra: beleza; isto é, um corpo de manequim, esbelto, envolvente, selvático, com cabelos louros e olhos claros - desejo que revela a necessidade de ser aceite, procurada e admirada.

Os rapazes são mais concisos nas suas descrições, o seu ideal físico é o de atleta, grande e forte, embora também apreciem a beleza.

Os problemas psíquicos mais graves podem surgir no caso de deficiências ou anomalias somáticas, uma vez que estas podem afectar a auto-estima e provocar hipersensibilidade. Ausubel (1954) salientou que a maioria das doenças somáticas traduzem-se facilmente em problemas psíquicos durante a adolescência, constituindo até um círculo vicioso entre as relações complexas entre o soma e a "psyché". Por exemplo, uma obesidade devida a problemas hormonais pode provocar um sentimento de inferioridade que levará o adolescente a procurar uma compensação numa alimentação excessiva que ainda lhe aumentará a obesidade e todos os problemas que daí decorrem. Vários outros exemplos poderiam ser dados nos seguintes domínios:

- o adolescente obeso;
- o adolescente magro,
- percepções irrealistas do corpo
- crescimento precoce ou retardado.
- o adolescente deficiente físico.

O adolescente obeso é um indivíduo que aprendeu a comer perante situações ansiosas, provocadas por uma multiplicidade de problemas. Geralmente consideram o seu corpo dum modo negativo, tal atitude pode ser vista como desviante, uma vez que desafia as normas culturais. Porque muitas vezes os ridicularizam, têm tendência ao isolamento; uma vez que têm menos sucesso com o outro sexo são discriminados na escola e no local de trabalho, o que dificulta a formação da sua identidade sexual e profissional (Chishon, 1978).

Monello e Mayer (1963) concluíram que as raparigas obesas têm comportamentos parecidos com as minorias raciais dos

E.U., são hipersensíveis, preocupadas de modo excessivo com o seu estatuto e tendem a ser passivas e isoladas.

O adolescente magro que todos os dias se pesa para ver se aumenta de peso ou que se confronta consigo próprio para constatar que os seus caracteres sexuais secundários se encontram pouco desenvolvidos, vivência igualmente este período com constante preocupação ou desespero.

Os jovens pela idade dos 16-17 (especialmente as jovens) apresentam percepções irrealistas acerca do seu corpo, quando o carregam de descarga afectiva dos seus problemas psicológicos oriundos tanto das relações que estabelecem com o Eu ou com o Outro; daí as anorexias nervosas e a bulimia.

O crescimento precoce ou retardado proporciona igualmente altos níveis de ansiedade, o que pode bloquear o crescimento harmonioso do corpo e a construção da identidade. Um crescimento retardado pode provocar uma ansiedade maior, uma vez que pode trazer problemas de inferioridade em relação aos outros, de vergonha, dificuldades nas relações com o outro sexo e competições desportivas. Mas, igualmente os que têm um crescimento precoce podem encontrar dificuldades com os companheiros da sua idade, sentirem-se confusos quanto ao tipo de comportamento a tomar, por isso, procuram a companhia de jovens mais velhos o que por vezes também provoca problemas de inadaptação.

Uma outra questão coloca-se no domínio dos deficientes físicos, como sobreviver numa cultura que exalta o culto à beleza física? Se os adolescentes normais que se consideram feios podem ter múltiplos problemas e sofrimentos, os adolescentes incapacitados sentem-se muito mais deficientes no clima de não-aceitação que provoca a solidão de todos os dias. Para estes adolescentes todos os problemas que são colocados nesta idade (relações com os outros, estabelecer amizades, amor, sexualidade,

escolha profissional) são agudizados. Aqui, a ansiedade desencadeada tem uma certa coerência, pois são factos reais. Uma atenção especial para estes jovens torna-se urgente, no sentido de que ao descobrirem-se possam verificar que uma desvantagem pode ser tornada numa vantagem.

Note-se que o conceito de normalidade é susceptível duma avaliação estatística, mas, também ao confronto dos adolescentes da mesma idade, de amigos, irmãos ou irmãs que poderão afectar o(a) jovem em termos positivos ou negativos. Os estudos efectuados sobre este tema são igualmente contraditórios uma vez que se torna necessário ter em conta a evidência das diferenças individuais, sociais e culturais.

Os adolescentes são muito versáteis quanto ao modo como respondem à intensidade das anomalias somáticas presumivelmente reais ou irreais. A multiplicidade de respostas individuais dependem essencialmente da história do adolescente (passado, presente e projecto de futuro), personalidade, reacções do meio (familiar, escolar, social, grupo de amigos, grupo de adolescentes) e importância do problema (delimitado pelos critérios do grupo, ideal do adolescente, fantasia, expectativas). Como refere Ball (1971) *"Fora dos conhecimentos biológicos e fisiológicos e com excepção das transformações morfológicas e físicas, parece que o fenómeno da adolescência nos escapa porque excede as representações em que o tinham encerrado ou por ter sido 'montado' a partir dessas representações"*.

A ANGÚSTIA DO ADOLESCENTE

A sensação de angústia vivenciada na adolescência é um dos traços dominantes da vida afectiva. Segundo Figueira e Ramos (1979) ela pode ser considerada como uma compreensão de uma ameaça visando a integridade do Eu, tornando-se dependente da percepção subjectiva do próprio.

Os adolescentes gostam de reflectir com os adultos sobre as incertezas e fragilidades da natureza humana; mas, a sua angústia propriamente dita, está ligada às profundas modificações que se processam em si próprios ou no mundo e das quais é simultaneamente espectador e interveniente.

Perante a multiplicidade de situações externas ou internas com que o jovem é forçado a confrontar-se pode surgir a sensação de medo, expressão particularizada da angústia. Vários medos assombram os adolescentes: *"os medos políticos"*, *"o mundo actual"*, *"os pesadelos e o horrível"*, *"o medo das próprias tendências"*, *"o futuro"*. Dois factores se salientam nesta temática:

- **factor fobias** (angústia de expectativa na idade dos 12 A): ligada a medos abstractos associados às incertezas pessoais (ao *"futuro"*, *"desconhecido"*, *"envelhecer"*) e à morte e ao mundo hostil;
- **factor grau de descentração de si mesmo** (na idade dos 14 A): adolescentes preocupados consigo próprios (*"sexualidade"*, *"incapacidade"*) e com os outros (*"incompreensão dos outros"*, *"a reprovação e o ridículo"*).

As angústias ligadas ao mundo social e político vivenciado geralmente como injusto, hostil e antiquado, surge a partir da idade dos 16A. Segundo as autoras, muitos adolescentes situam-se na zona de transição, o que reflecte a passagem progressiva da angústia ligada às modificações da identidade pessoal.

Vários sentimentos são susceptíveis de ser encontrados, há sujeitos que vivenciam uma angústia corporal, outros que dão ênfase especial às reacções psicológicas complexas e outros amplificam a angústia a tal ponto que os leva a comportamentos de fuga e evasão. Como refere Raymond-Rivier (1977) a *"Conduta de evasão ou de transgressão total, é menos sinal de neurose ou forma de delinquência do que o indicador do mal insi-*

diOSO que mina a sociedade inteira. A par de uma procura desesperada de comunhão longe da multidão alienada dos adultos, o uso da droga testemunha uma recusa de compromisso (que é ainda uma recusa 'comprometida'), pior ainda, uma recusa da existência. Com a violência, a droga representa o sintoma mais grave do 'mal do século' da juventude actual".

Os problemas de inserção e desen-servação social do adolescente parecem ser cada vez mais frequentes. Segundo D. A. Silva todo o tratamento da adolescência deverá ser sempre colocado num contexto psico-sociológico. O (A) adolescente nem sempre está de acordo e nem sempre está em oposição relativamente aos modelos permanentes:

- pais, professores (adultos);
- contexto em que tais modelos se inserem;
- desencadear processos inconscientes de identificação.

O (A) jovem interroga "O mundo de hoje vive na sombra das filosofias passadas, como podem elas dar para o nosso tempo?" Na procura duma identidade individual e social diferente, o adolescente só pode ser compreendido tomando como referência o adulto. Qual deverá ser o perfil do adulto modelo?

Aquele adulto que sem exagero sabe mostrar uma autoridade estável e securizante, maleável na sua tolerância, transmitindo confiança ao jovem para que ele possa enfrentar medos internos e externos de que se encontra possuído. Paradoxalmente o(a) adolescente pede também uma orientação e uma norma suficientemente forte para poder ser ultrapassada, sem ser vencida nem quebrada.

O adulto deve ajudar o adolescente na tarefa do adultecimento de forma a que este no processo de auto-descoberta se sinta confiante e seguro nas suas opções,

de forma a ultrapassar os obstáculos reais e irreais. o adulto deverá estar preparado para não ser contagiado pela angústia do adolescente que o irá colocar em situação de exposição e a descoberto. Da interacção entre a comunicabilidade/incomunicabilidade do adulto/adolescente será possível construir jovens mais saudáveis.

O CONTEXTO SOCIAL E CULTURAL DOS ADOLESCENTES

A família, os amigos, os professores, toda a massa humana que rodeia um(a) adolescente participam directa ou indirectamente na sua vida e influenciam o desenvolvimento da história pubertária, de um modo positivo, facilitando-a e tornando-a numa época a recordar com felicidade; ou pelo contrário, marcando-a como um momento difícil e deveras angustiante esquecer.

Em muitas culturas este período é particularmente difícil porque a menstruação está ligada a um conjunto de tabus (ex. ser considerada como impura durante esse período e perigosa pelo que é submetida a restrições da vida social).

De certo modo, estas crenças ancestrais parecem ainda hoje influenciar o desenvolvimento de muitos púberes; pesquisas conduzidas na Itália Central e Meridional mostraram como a menstruação é vista sobre uma perspectiva negativa (Amann-Gainotti, 1983) como mostra o testemunho de uma jovem de 13A: "As menstruações são percas de sangue que deve ser eliminado porque contém substâncias tóxicas... disseram-se que quando se tem a menstruação não se pode tomar banho, nem tocar em água fria ou quente porque as diferenças de temperatura fazem mal".

Os silêncios, as reticências, as ambiguidades à volta do sexo, a condição de subordinação dos jovens, a marginalização da mulher e a tendência a considerá-la como

um objecto que se aprecia pela beleza, aumenta notavelmente as dificuldades desta idade. Muitos estudos realçaram a importância de uma informação adequada e não deformante, como um dos meios a utilizar para ajudar a jovem.

A puberdade pode ser atendida num clima de mensagens ambíguas sobre o sexo (denotando dificuldades antigas de relação mãe-filha) e podendo provocar a recusa do corpo, do crescimento, da repressão da sexualidade, de sentimentos de culpabilidade. Ou por outro lado, ser atendida num clima de cumplicidade entre mãe e filha. Assim, o modo de reagir às modificações somáticas da puberdade é extremamente complexo dependendo de factores pessoais, mas também das atitudes das pessoas oriundas duma cultura. Como mostrou R. Benedict, o conteúdo e a duração dos "ritos de passagem" são um reconhecimento da puberdade social e não da puberdade fisiológica.

Ao observar os valores, as expectativas, as finalidades, as motivações, as sensações, os sentimentos, de um grupo de indivíduos que apresentam uma uniformidade, um padrão de comportamento específico surge a tentação de falar de uma sub-cultura adolescente diferente da cultura dominante.

A noção de sub-cultura ou sociedade adolescente parece implicar a ideia que o conjunto dos grupos de adolescentes forma um universo homogéneo separado do mundo do adulto (Lutte, 1988). Neste seguimento chegar-se-ia à conclusão que não existe uma só sociedade de adolescentes, mas múltiplas sociedades de adolescentes tão frequentemente antagónicas entre si. Por outro lado, apesar da constatação da diversidade podemos encontrar aspectos comuns, nomeadamente o de se oporem à cultura na qual se inserem, mais concretamente ao adulto simbólico desse tempo.

A atitude anti-adulto pode apresentar duas facetas, por um lado a recusa para afirmar autonomia, diferença e por outro um desejo ardente de algo inatingível de obter.

Como compreender estes dois universos?

Nesta perspectiva tentar compreender o universo do adolescente e o universo do adulto, por um lado tão distintos, por outro tão semelhantes, leva-nos a não podermos ignorar que as normas, os valores, a estrutura do grupo dos jovens, em grande parte condicionados pela cultura ou sub-cultura de onde derivam encontram-se sempre pertencentes a um processo interactivo. Por vezes, a influência dos pais e dos amigos convergem e reforçam-se mutuamente.

Os jovens são muitas vezes acusados de serem tão rebeldes quanto conformistas e esta situação de contradição, entre o desejo de independência manifestado e o conformismo ou submissão às opiniões e normas observadas na própria situação do grupo de adolescentes, mostra como o universo do adulto e o universo do adolescente não são tão distantes. Assim, o mundo dos adolescentes não é uma sociedade ideal onde reina a compreensão entre os membros e o respeito pela individualidade de cada um; por vezes, parece mais reproduzir o mundo desigual, individualista e competitivo dos adultos.

A puberdade confere ao adolescente o estatuto biológico de adulto, no entanto paradoxalmente a sociedade não lhe dá a possibilidade de agir como tal. Os obstáculos culturais e sociais impedem o jovem de viver com alegria, serenidade e realização a sua história pubertária. O facto de os adolescentes não serem considerados adultos cria no jovem um estado de ansiedade e insegurança que torna difícil estabelecer o contacto entre os adolescentes e os adultos.

Os estudos históricos sobre as representações sociais permitem-nos pensar que em geral os jovens são percebidos dum modo negativo, o que permite marginalizá-los e privá-los dos direitos fundamentais. Por vezes, surgem como bodes expiatórios da sociedade, bocas emissárias dos males sociais ou como profetas.

Os próprios adolescentes podem assimilar as representações dominantes, considerar a sua contradição como habitual e aceitar a subordinação e a passividade que lhe é imposta, ou ao contrário, eles podem considerar-se iguais aos adultos e reivindicar os seus direitos à autonomia e à participação.

A subordinação jurídica dos jovens (utilização dos bens, escolha de residência, idade de casar, cumprir o serviço militar, tirar a carta de condução, ser o próprio encarregado de educação, idade de votar e participar na política) pendente do país em que estes habitam, mas em todos eles há uma minimização das suas potencialidades uma vez que as marcas etárias frequentemente não estão de acordo com uma maturidade físico-psico-social. Assim, as leis acabam por privar os adolescentes que não têm a maioridade de numerosos direitos reconhecidos aos adultos. Talvez seja necessário criar os Direitos dos Adolescentes.

Os adolescentes contêm em si um potencial energético inimaginável. A sua força física, psíquica e social não parece estar a ser devidamente aproveitada. O ser original, idealista, criativo, o gosto de ser diferente e de participar mudando, são próprios desta idade, e para não se desperdiçar oportunidades únicas, tais forças deveriam ser aproveitadas no sentido de uma construção eficaz de produtividade e progresso.

Hoje o adolescente ainda continua no esquecimento, por isso, é de todo o interesse conhecê-lo num espaço e num tempo, isto é, na sua geração para compreendê-lo na sua totalidade e a partir daí ajudar a concretizar as suas aspirações que são nem mais, nem menos, do que o ar novo e fresco de que precisa esta sociedade.

Neste trabalho foram particularmente focado dois aspectos: o físico e o social, suas interrelações. O corpo para além de identidade e imagem é também um corpo

social, só assim pode ser compreendido na caminhada da construção de uma personalidade saudável. O principal apoio virá do adulto e de todos os meios disponíveis que proporcionem um desenvolvimento total harmonioso e feliz (desporto, dança, concursos, exposições, colóquios, arte, ciência) que desafie os adolescentes a ultrapassar os seus limites, percebendo em cada desvantagem, uma vantagem real.

Numa vida de incertezas e conjecturas importa saber apreciar o gosto da mudança e o risco da inovação. Neste sentido, é de capital importância responsabilizar o utópico, para que a ideologia seja uma prática real concretizável. Não importa sonhar, o que é importante é tornar o sonho realizável! Por isso, devemos sempre continuar a guardar a força lutadora, própria da adolescência, mesmo na idade adulta.

NOTA: Os autores que não forem referidos na bibliografia encontram a sua referência no livro de Gérard Lutte (1988).

BIBLIOGRAFIA

ADAMS, Geral R.; (1989) - *Biology of Adolescent Behaviour and Development Inc.* E.U.A. Copyright, Stage Publications.

BALL, Raymond; (1971) - *Pedagogia da Comunicação*, Publicações Europa América.

BLOS, Peter; (1985) - *Adolescência, Psicologia e Pedagogia*, Martins Fontes.

BENEDICT, Ruth; *Padrões de Cultura*, Edição Livros do Brasil.

COLEMAN, John C.; (1980) - *The Nature of Adolescence*, London and New York.

CORROLL, Lewis; (1972) - *Alice no País das Maravilhas, Alice no País do Espelho*, S. Paulo-Brasil, Editora Brasiliense.

ERICKSON, E. H.; (1972) - *Identidade e Juventude e Crise*, Rio de Janeiro, Ciências da Natureza, Zahar Editores..

FIGUEIRA, M. L. e RAMOS; (1979) - *A vivência da Angústia na Adolescência*. I Congresso Português de Psiquiatria da Adolescência, Figueira da Foz.

LUTTE, Gérard; (1988) - *Libérer l'Adolescence*, London and New York, Methuen.

MILHEIRO, Jaime; (1988) - "Identidade Sexual", *Jornal de Psicologia*, 7,1,3-9.

POROT, Maurice; *Os Adolescentes na Sociedade Actual*, Lisboa, Livros do Brasil.

REYMOND-RIVIER, Berth; (1977) - *O desenvolvimento social da criança e do adolescente*, Aster.

RAMOS, Virgínia; (1979) - *Os adolescentes e a violência*, I Congresso de Psiquiatria da Adolescência, Figueira da Foz.

SILVA, D.Azevedo e; (1979) - *Razões de Inserção e Desinserção Social dos Adolescentes*, I Congresso de Psiquiatria da Adolescência, Figueirada Foz.

**Galerias
Ribeiro**



**.EQUIPAMENTO DE REFEITÓRIO
.MOBILIÁRIO
.ALCATIFAS
.TAPETES
.TAPEÇARIAS
.CARPETES
.CARPETES DE ARRAILOS**

APLICAÇÃO ESPECIALIZADA
ORÇAMENTOS GRÁTIS
LARGO DOS CORREIOS ☎ 2 60 56

BEJA