

Machismo: fruto de esquemas desadaptativos

Male chauvinism: result of maladaptive schemes

Giovanna Carvalhaes Figueira de Oliveira Silva^{†*}, Tamires Jordão Laport[‡]

Como citar esse artigo. Silva, GCFO; Laport, TJ. Machismo: fruto de esquemas desadaptativos. Revista Mosaico. 2019 Jan./Jun.; 10 (1): 20-28.

Resumo

O presente estudo propõe, por meio de uma revisão bibliográfica, reflexões acerca do machismo, considerando sua naturalização e reprodução ao longo do tempo e consequentes impactos na sociedade contemporânea, com base na perspectiva teórica da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) desenvolvida por Aaron Beck e da Teoria dos Esquemas de Jeffrey Young. Para tanto, relaciona a inclusão de esquemas iniciais desadaptativos à temática, por meio da qual o machismo é compreendido como produto de um processo de perpetuação ideológica transmitida social, cultural e historicamente dentro de ambientes familiares, educacionais, midiáticos e comunitários, considerando a relevância desses grupos quanto a pensamentos e comportamentos aprendidos e reforçados ao longo do tempo, para tanto utilizou-se a metodologia de revisão de literatura constituída a partir do levantamento bibliográfico cuja seleção contemplou os critérios de acessibilidade, disponibilidade e relação com a temática. O presente artigo tem como objetivo, para além de avaliar o machismo com base na perspectiva/teoria cognitivo-comportamental, contribuir socialmente ao promover um convite para que possamos (re) pensar nossas práticas a partir da observação de nossos pensamentos, falas e comportamentos propondo o reconhecimento de cada indivíduo como ativo no processo de sensibilização e revolução frente à violência machista, seja ela física, psicológica, simbólica, ideológica, institucional, individual ou coletiva.

Palavras-Chave: machismo, perspectiva/teoria cognitivo-comportamental, esquemas.

Abstract

Through a bibliographical review, this study proposes reflections about male chauvinism, considering its naturalization and reproduction throughout the time and consequent impacts on contemporary society, based on the theoretic perspective of Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) developed by Aaron Beck and The Theory of Schemes of Jeffrey Young. Therefore, it connects the inclusion of initial maladaptive schemes to this thematic, by which male chauvinism is understood as the product of an ideological perpetuation process transmitted in a social, cultural and historical way within family, educational, media and community environments, considering the relevance of these groups in learned and reinforced thoughts and behaviors over time. Therefore it was used the methodology and a literature review constituted from a bibliographic survey whose selection contemplated the criteria of accessibility, availability and relation with the theme. This article aims, in addition to evaluating male chauvinism based on cognitive-behavioral perspective / theory, to contribute socially by promoting an invitation so that we can (re) think our practices from the observation of our thoughts, speeches and behaviors by proposing the recognition of each individual as active in the process of sensitization and revolution when facing male chauvinism, whether it be physical, psychological, symbolic, ideological, institutional, individual or collective.

Keywords: male chauvinism, cognitive-behavioral perspective / theory, schemes.

Introdução

O presente artigo aborda a temática da ideologia machista compreendida como produto do meio social, consolidada e perpetuada ao longo do tempo. Indica, como fator potencial para a propagação deste sistema ideológico, o desenvolvimento de esquemas desadaptativos que surgem desde a infância e são

reforçados ao longo da vida por meio de experiências posteriores. A metodologia de trabalho adotada foi a revisão bibliográfica, com o objetivo de realizar uma breve definição e explanação de questões relacionadas à progressão do machismo, a descrição da terapia cognitivo-comportamental de Aaron Beck e da teoria dos esquemas de Jeffrey Young – teorias que servem como base para elucidar o assunto – seguida de uma

Afiliação dos autores: † Graduanda, Curso de Psicologia, Universidade de Vassouras, Vassouras, RJ, Brasil.

‡ Mestre em Psicologia, Professora do Curso de Psicologia, Universidade de Vassouras, Vassouras, RJ, Brasil.

Email para correspondência: giovannacfo@gmail.com

análise do machismo a partir dos constructos teóricos citados. Finaliza-se o trabalho com propostas de possíveis caminhos para redução da difusão machista na atualidade, compreendendo os diversos contextos que abrangem a ideologia machista e acabam por eternizar pensamentos, sentimentos e comportamentos embebidos de tal concepção por meio dos atravessamentos sociais, históricos, políticos e culturais.

Machismo

A divisão entre os sexos parece estar ‘na ordem das coisas’, como se diz por vezes para falar do que é normal, natural, a ponto de ser inevitável: ela está presente, ao mesmo tempo, em estado objetivado nas coisas [...], em todo o mundo social e, em estado incorporado nos corpos e nos *habitus* dos agentes, funcionando como sistemas de esquemas de percepção, de pensamento e de ação. (BOURDIEU)

Define-se o termo machismo como “atitude de quem não aceita a igualdade de direitos entre o homem e a mulher, achando que o homem é superior à mulher” (BUENO, 2007). Dessa forma, compreende-se o machismo com base em uma concepção a qual legitima uma ideologia de superioridade do homem.

De acordo com Bourdieu (2012), a ordem social exerce tamanha influência de modo que tende a confirmar a primazia do masculino sobre o feminino em suas mais variadas faces sem demandas justificativas. Concomitantemente observa-se a submissão por parte das mulheres aos regimentos impostos desde seu nascimento. Os imperativos sociais vão, desse modo, limitando desde cedo o acesso do feminino ao que o próprio meio determina como masculino, segundo o autor. Apesar de inúmeras mulheres terem lutado em prol da igualdade entre os sexos, levantando a bandeira do feminismo – descrito por Cortes et. al. (2015) como movimento social de luta pelo direito das mulheres e combate à violência – evidencia-se ainda vários discursos que admitem a presença do machismo, o qual se encontra no cerne da sociedade.

Alves (2004) apresenta diversas convenções aceitas socialmente as quais encontram-se delineadas em nosso cotidiano e reafirmam o machismo sem a necessidade de nenhum julgamento, por serem declarações estabelecidas e asseguradas pelo senso comum por tanto tempo. Como exemplo, cita pensamentos e falas do tipo: “o homem forte não chora, nem deixa transparecer fragilidade”, enquanto a mulher é identificada como “sexo frágil”; o homem que tem muitas parceiras sexuais é considerado, do ponto de vista crítico, como sendo merecedor de elogios e congratulações, recebendo títulos de “ganhão” e “machão”, enquanto a mulher, em situação análoga, é depreciada recebendo denotações pejorativas relacionadas à perda. Além disso, existe uma cobrança social de que os homens

sejam racionais e persuasivos e das mulheres espera-se uma posição emotiva e receptiva, entre outros.

Na década de 50, um artigo intitulado “Guia da Boa Esposa” foi publicado pela revista *Housekeeping Monthly* (Tarefas Domésticas Mensais) em maio de 1955, reverenciando o *status* machista já predominante da época. O material citado indicava “boas maneiras” para uma mulher cuidar de seu marido e filhos, abordando obrigações domésticas destinadas a elas, com enunciados que indicavam como recepcionar o esposo após um dia de trabalho dele, a saber: “Tenha o jantar sempre pronto”; “Minimize os ruídos”; “[...] incentive as crianças a ficarem quietas”; “Deixe-o falar primeiro, lembre-se, os temas de conversas dele são mais interessantes que os seus”; “Nunca reclame se ele chegar tarde, sair pra jantar ou frequentar outros locais de entretenimento sem você”; “Não reclame se ele se atrasar para o jantar ou passar a noite fora”; “Faça com que ele se incline para trás numa cadeira agradável ou deite-se no quarto”; “Arrume o travesseiro e se ofereça para tirar os sapatos dele”; “Você não tem o direito de questioná-lo”; “Uma boa esposa sabe o seu lugar”, entre outros. Desse modo, evidenciam-se os costumes da época delegando à mulher o caráter exclusivo de cuidadora do lar, sendo-lhe vedada a liberdade para expressar-se verbal e emocionalmente frente às situações cotidianas, devendo severa submissão ao homem. Embora a circulação e o impacto social da revista *Housekeeping Monthly* (Tarefas Domésticas Mensais) sejam desconhecidos, ela parecia ser direcionada as mulheres como público-alvo, tratando de assuntos da “vida doméstica” admitida como exclusividade do “universo feminino”, orientando com dicas sobre limpeza da casa, “boas maneiras”, como o referido artigo veiculado por ela denota. Ele evidencia, mesmo que como uma simples amostra, o posicionamento admitido assumido como aceitável para a mulher naquela época, ou seja, como deveria ser seu papel na sociedade e na vida privada. Vale ressaltar que existem rumores sobre a faticidade da publicação, bem como poucas informações disponibilizadas sobre a veiculação, por causas também desconhecidas.

Observa-se na sociedade machista grande condicionamento de valorização do sucesso público da mulher atrelado ao caráter de sucesso no lar, ou seja, ser mãe e esposa, sendo desprestigiada caso não atenda a segunda condição de matrona, afirma Alves (2004). Dessa forma a mulher vivencia um conflito para conciliar a dupla tarefa, o que não existe para os homens.

O filme “O Sorriso de Monalisa” (2003) confirma o posicionamento do autor ao passo que retrata o contexto de uma escola em Wellesley na década de 50, onde a maior ambição de moças prestes a se formarem era a de se casarem, sem pretensões e expectativas para além de serem “donas de casa”, recebendo, inclusive, aulas de como uma boa esposa deve se portar em situações-problema, seguindo a ideia de que o papel da

mulher é sempre o de agradar o marido, estando sempre à disposição de seus caprichos e vontades. Graças a uma professora revolucionária recém-formada na Universidade da Califórnia, em Los Angeles, e admitida para lecionar História da Arte na tradicional escola de Massachusetts é despertado o interesse nas futuras formandas sobre a possibilidade de serem, para além dos rótulos sociais, mulheres capazes de conquistarem os mais variados campos que assim desejassem, sem imposições apriorísticas em detrimento ao gênero feminino.

Conforme descrito por Cortes et.al. (2015), a educação machista está presente nos lares através de frases que expressam pensamentos e sentimentos dessa ordem, bem como comportamentos onde o masculino é contraposto ao feminino, sendo este retratado como sinônimo de fraqueza e fragilidade, ao passo que aquele é tido como forte e de um caráter de orgulho.

Acerca do aspecto educacional, Cannabrava (2012) afirma que a educação que se inicia no seio familiar e continua ao longo da vida, na escola, nos diferentes ambientes sociais e nos meios de comunicação reforça papéis e padrões culturais construídos sob o mito da superioridade masculina.

Dentre as práticas de violência contra a mulher, além do âmbito da educação familiar já considerado, Chaves (2015) examina também os recursos midiáticos como alvos de naturalização do machismo por meio de propagandas, novelas e programas que depreciam o feminino exercendo a chamada “violência naturalizada”.

Uma pesquisa quantitativa foi realizada em âmbito nacional pelo Instituto Avon/Locomotiva (2016) e entrevistou 1.800 pessoas, sendo 50% homens e 50% mulheres a partir de 16 anos em 70 municípios distribuídos nas cinco regiões do país a fim de abordar o papel do homem na desconstrução do machismo. Segundo o estudo, 31% dos homens entrevistados afirmam que gostariam de não ser machistas, mas não sabem como agir. Um dos entraves destacados pela pesquisa, no sentido de mudança de uma postura machista, relaciona-se à pressão de grupos sociais. Por exemplo: 43% dos homens entrevistados concordam com a frase “Em um grupo de *whatsapp*, pega mal reclamar quando alguém compartilha fotos de mulheres nuas”, denotando o estereótipo masculino construído em nossa sociedade, o qual demanda comportamentos engessados e dificulta novas formas de atuação e expressão, tudo devido a estigmas relacionados à sexualidade. Os resultados apontam ainda que 35% deles reconhecem o trabalho doméstico como responsabilidade da mulher, ainda hoje – deste percentual 5% são adeptos à ideia de que a casa e os filhos devem ser responsabilidade das mulheres; 7% declaram que homens devem ajudar as mulheres nos cuidados com a casa e os filhos de vez em quando; e 23% concordam que homens devem ajudar

as mulheres nos cuidados com a casa e os filhos sempre que possível. Em contrapartida, 65% afirmam que homens e mulheres devem ser igualmente responsáveis pelos cuidados com a casa e os filhos. O termo “ajudar” utilizado, por si só, já deixa subentendido a quem se direciona tal responsabilidade, uma vez que a obrigação é depositada na mulher enquanto o homem é direcionado a outros deveres e, por esse motivo, qualquer ação no que se refere ao cuidado não passa de mera contribuição. Aspectos inerentes ao papel da mulher como provedora do lar também foram questionados, sendo 52% dos homens apoiadores da ideia de que não há problema nenhum em a mulher trabalhar fora e o marido cuidar da casa, enquanto 48% dos homens ainda não admitem esse tipo de dinâmica familiar. Um percentual de 12% considera que a situação em que a mulher trabalha fora e o homem cuida da casa é humilhante e não deveria acontecer de jeito nenhum; para 15% a situação em que a mulher trabalha fora e o homem cuida da casa é humilhante e só deve acontecer caso não haja outro jeito; e 21% afirmam que não há problemas quanto a isso, mas é uma situação desagradável. Segundo Alves (2004) esse pensamento provém desde a democracia grega, na qual os espaços masculinos correspondiam à *polis*, a esfera pública (a rua, a cidade e a política), ao passo que às mulheres cabia a esfera privada, a reprodução dos membros da família, o âmbito familiar, a esfera do *oikos*.

A pesquisa promovida pelo Instituto Avon/Locomotiva (2016) demonstra um recorte do cenário nacional atual em que, apesar dos movimentos sociais lançados e da modernização sócio-histórica do século XXI, o machismo ainda se encontra presente em uma parcela considerável dos entrevistados. Entretanto, os esforços despendidos de maneira concomitante a esse recorte, para promover uma postura menos repressiva e imponente às mulheres, têm alcançado bons resultados.

Evidencia-se, dessa forma o exercício da dominação do machismo e a perpetuação do reconhecimento universal da primazia dos homens mantido social, histórica, política e culturalmente, como apontado por Bourdieu (2012) até os dias atuais, embora mudanças relevantes tenham alterado parte deste cenário – como as conquistas dos movimentos feministas que possibilitaram as mulheres: o poder político através do direito ao voto; a não obrigatoriedade em casarem-se e procriarem para serem reconhecidas, através da oposição a casamentos arranjados, oposição da visão de mulher como propriedade de seus maridos, criação da pílula anticoncepcional; direitos sexuais, rompendo com a condição hegemônica do homem e primazia do falo, possibilitando às mulheres o direito ao conhecimento do próprio corpo, a possibilidade de sentir prazer, atingir o orgasmo, sendo a sexualidade feminina mais liberta e desvinculada do casamento; independência econômica, impulsionada pelo período

pós-guerra pela necessidade de mão-de-obra, entre outros – e manifestações persistam na tentativa de garantir a permanência dos objetivos alcançados, resistir as ameaças que se levantam e lutar em prol de outras desigualdades que atravessam esse espaço (racismo, homofobia, colonialismo). A título de exemplo, destaca-se uma alteração na linguagem gramatical significativa promovida em nosso meio profissional (Psicologia) no que se refere aos documentos direcionados a essa classe, evidenciando um posicionamento contrário ao assujeitamento sofrido, visto que a maioria do público profissional da área é composta por mulheres. Logo, ao invés de flexionar os artigos e suas combinações no masculino obedecendo à norma, segundo a qual nas enumerações de substantivos de gêneros diversos, mesmo que haja um só do gênero masculino este exerce predominância, tem-se utilizado: “Psicólogos (os)”.

Esquemas desadaptativos

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) admite como princípio básico o fato de que o modo como os indivíduos percebem e processam a realidade influenciará na maneira como eles se sentem e se comportam, assim como o modo como agem também influencia no modo como experimentam sentimentos e pensamentos. A TCC lança mão de um modelo cognitivo-comportamental como forma de auxiliar os terapeutas na conceitualização dos casos clínicos referentes à volta da atenção do terapeuta para as relações existentes entre pensamentos, emoções e comportamentos do caso analisado e à orientação das intervenções adequadas para o tratamento utilizando-se de metodologia própria, bem como para apresentar aos pacientes a abordagem terapêutica em um processo psicoeducativo próprio da TCC (WRIGHT; BASCO; THASE, 2008).

Os terapeutas cognitivo-comportamentais reconhecem ainda a ocorrência de interações complexas entre processos biológicos, influências ambientais e interpessoais diretamente atreladas aos aspectos cognitivos e comportamentais do indivíduo, segundo Wright, Basco e Thase (2008).

Abordagens atuais em TCC assumem fundamentos relacionados ao papel mediacional da cognição mediante a um evento externo ou interno, monitoramento, avaliação e medição de processamentos cognitivos, bem como mudança comportamental a qual pode ser examinada através das avaliações cognitivas realizadas previamente. De tal modo, os objetivos terapêuticos das terapias cognitivo-comportamentais visam: reestruturação cognitiva, corrigindo padrões distorcidos de pensamentos; e modificação comportamental ao desenvolver soluções objetivando a melhoria da qualidade de vida desses indivíduos, conforme Knapp e Beck (2008).

No que tange ao processo cognitivo, observa-

se a existência de pensamentos automáticos, os quais são definidos por Beck (2014) como pensamentos que surgem espontaneamente, sendo rápidos e breves, sendo eles reflexo de pensamentos disfuncionais mais profundos, chamados de esquemas ou crenças nucleares, segundo Knapp e Beck (2008).

Beck (1967 apud YOUNG; KLOSKO; WEISHAAR, 2008) em seus primeiros estudos, utilizou-se do termo esquemas para designar qualquer princípio organizativo amplo que um indivíduo utiliza para entender a própria experiência de vida. Os esquemas são formados em etapas iniciais da vida, tornam-se mais complexos e posteriormente são superpostos a experiências que sucedem. Desse modo, os autores analisam que os esquemas podem ser de natureza funcional ou disfuncional, sendo definido como o que o indivíduo conhece, tendo início na infância ou adolescência, como representações do ambiente de acordo com a realidade.

Para Wright, Basco e Thase (2008), esquemas podem ser descritos como matrizes ou regras subjacentes importantes no processamento de informações que permitem aos seres humanos selecionar, filtrar, codificar e atribuir significado às informações vindas do ambiente.

De acordo com Knapp e Beck (2008) os esquemas possuem características como permeabilidade, flexibilidade, amplitude, densidade e nível de carga emocional.

Mesmo que latente ou inativo, os esquemas podem ser ativados por certas situações análogas àquelas que geraram o seu desenvolvimento. Dessa forma, como o esquema diz respeito ao que é conhecido, as pessoas sentem-se atraídas por eventos que ativam seus esquemas e assim torna-se difícil mudá-los, porque as pessoas os consideram verdades *a priori*, de modo a influenciarem o processamento de experiências posteriores, cumprindo assim um papel crucial na forma como se pensa, sente, age e se relaciona com os outros (KNAPP; BECK; YOUNG, 2008 e KLOSKO; WEISHAAR, 2008).

Em 1994 Jeffrey Young desenvolveu a chamada terapia centrada nos esquemas com o objetivo de ampliar o modelo da terapia cognitiva de Beck com a proposta de oferecer tratamento a pessoas consideradas como “pacientes difíceis” ou com transtornos de personalidade. Essa terapia parte do princípio de que desde o nascimento os indivíduos são dotados de necessidades emocionais importantes para se desenvolverem e estabelecerem relações saudáveis, porém quando tais necessidades não são supridas a tentativa de supri-las se dá por meio de esquemas desadaptativos (BARBOSA; TERROSO; ARGIMON, 2014).

Tratando-se a terapia do esquema de uma abordagem integradora, a qual combina aspectos dos modelos cognitivo, comportamental, psicodinâmico (principalmente no que se refere às relações objetais),

de vínculo e da Gestalt, considera a possibilidade paradoxal de o adulto recriar condições prejudiciais da infância, evidenciando o fato de que esquemas pessoais refletem precisamente o ambiente remoto, afirmam Young, Klosko e Weishaar (2008).

Muitos dos esquemas formados em fases iniciais da vida tornam-se mais complexos e são superpostos a experiências posteriores, mesmo quando não mais aplicáveis, o que pode sugerir certa necessidade de “coerência cognitiva”, ou seja, um modo de manter uma visão estável de si mesmo e do mundo, mesmo que imprecisa ou distorcida, segundo Young, Klosko e Weishaar (2008). Isso nos remonta a tríade cognitiva desenvolvida por Aaron Beck em seus estudos acerca de pacientes depressivos, segundo o qual foi construído o modelo cognitivo original onde os sintomas seriam explicados a partir de interpretações tendenciosas das situações referentes a si mesmo, mundo pessoal e futuro, conforme Knapp e Beck (2008).

A partir dessa visão mais ampla, um esquema pode ser positivo ou negativo, adaptativo ou desadaptativo, formado na infância ou posteriormente ao longo da vida, sendo caracterizado, então, como esquema remoto. Uma definição revisada indica que um esquema desadaptativo remoto refere-se a: tema ou padrão difuso; formado por memórias, emoções e sensações corporais; relacionado ao próprio indivíduo ou a relacionamentos com outras pessoas; desenvolvido na infância ou adolescência; elaborado ao longo da vida; disfuncional em nível significativo, ou seja, que apresenta funcionamento potencialmente prejudicial ao indivíduo em suas relações intrapessoais e interpessoais, (YOUNG; KLOSKO; WEISHAAR, 2008).

A terapia desenvolvida por Young admite 18 esquemas agrupados em 5 amplas categorias de necessidades emocionais não-satisfeitas, chamadas de “domínios de esquemas”. Estes domínios podem ser caracterizados como agrupamentos de esquemas disfuncionais com base na análise de certos aspectos que se assemelham e complementam.

Domínio I: Desconexão e Rejeição

O primeiro domínio relaciona-se a dificuldade em formar vínculos seguros e satisfatórios com outras pessoas, apontando para a falta de um ambiente seguro e estável com possíveis vivências iniciais de abuso, frieza, rejeição ou isolamento social. Pessoas que apresentam esquemas desse domínio podem indicar infâncias traumáticas com tendência na vida adulta a experimentar relacionamentos autodestrutivos ou evitar completamente relacionamentos íntimos. Os esquemas pertinentes a esse domínio são:

1. Abandono/instabilidade: sensação de que poderão sofrer abandono a qualquer momento, vendo as relações como instáveis e indignas de confiança;

2. Desconfiança/abuso: sentimento de que poderão ser traídos, enganados ou machucados por outras pessoas com percepção de perigo nas relações;

3. Privação emocional: os indivíduos entendem que não serão satisfeitos emocionalmente pelos outros de modo adequado. Existem três formas importantes de privação:

A. Privação de cuidados: ausência de atenção, afeto.

B. Privação de empatia: ausência de compreensão e escuta.

C. Privação de proteção: ausência de força, orientação por parte dos outros.

4. Defectividade/vergonha: encontram-se presentes os sentimentos de serem falhos, maus, indesejáveis, inferiores, e por esse motivo consideram não serem merecedores de amor e valorização dos outros;

5. Isolamento social/alienação: há dificuldade em sentirem-se pertencentes a qualquer grupo, experimentando a sensação de estarem isolados do resto do mundo (YOUNG; KLOSKO; WEISHAAR, 2008 e PAIM; MADALENA; FALCKE, 2012).

Domínio II: Autonomia e Desempenho Prejudicados

O segundo domínio faz menção a uma dificuldade na própria percepção de conseguir ter um bom desempenho ou ser independente, relacionado a experiências primitivas de superproteção ou pouco estimulante para autonomia e competência extrafamiliar. Os esquemas desse domínio são:

6. Dependência/incompetência: associam-se ao desamparo, os indivíduos se veem como incapazes para desempenhar responsabilidades de modo competente sem auxílio;

7. Vulnerabilidade ao dano ou por doença: medo exagerado de risco iminente sem chances de impedimento;

8. Emaranhamento/*self* subdesenvolvido: dificuldade de individuação e separação de pessoas consideradas importantes, havendo falta de identidade, podendo vivenciar sentimentos de fracasso e vazio totais e falta de direção;

9. Fracasso: crença de que o fracasso é inevitável, percebendo serem inferiores comparados aos semelhantes (YOUNG; KLOSKO; WEISHAAR, 2008 e PAIM, MADALENA; FALCKE, 2012).

Domínio III: Limites Prejudicados

O terceiro domínio refere-se a crenças de superioridade em relação a outros indivíduos e a regras sociais, com deficiência em limites internos, responsabilidades com os outros ou orientação para objetivos de longo prazo. O ambiente primitivo pode ser caracterizado como permissivo, excessivamente tolerante, com falta de orientação e limites adequados

para assumir responsabilidades, cooperar e definir objetivos. Os esquemas que integram esse contexto são:

10. Arrogo/grandiosidade: crença de superioridade, de que possuem privilégios e direitos outros, falta de sujeição às regras de reciprocidade. Pode incluir competitividade em demasia ou dominação a fim de forçar um ponto de vista, controlar comportamentos, sem empatia ou preocupação com as necessidades e desejos dos outros;

11. Autocontrole/autodisciplina insuficientes: recusa ou dificuldade no autocontrole e tolerância à frustração, podendo ocorrer evitação de desconforto (YOUNG; KLOSKO; WEISHAAR, 2008 e PAIM; MADALENA; FALCKE, 2012).

Domínio IV: Direcionamento para o Outro

O quarto domínio está ligado a um enfoque exagerado na questão dos desejos, sentimentos e solicitações dos outros em detrimento das próprias necessidades em busca de aprovação, podendo haver a supressão e falta de consciência de seus sentimentos e inclinações naturais. A origem familiar característica assinala aceitação condicional em troca de afeto e aprovação. Os esquemas agrupados nesse domínio são:

13. Subjugação: ocorre uma submissão excessiva por sofrer coação, envolve a percepção de desvalorização dos próprios desejos e opiniões a fim de evitar a raiva, o abandono e a retaliação. As principais formas são:

A. Subjugação das necessidades: relativas a desejos, preferências e decisões;

B. Subjugação das emoções: supressão principalmente da raiva.

13. Auto-sacrifício: busca cumprir voluntariamente desejos alheios à custa da própria gratificação;

14. Busca de aprovação/busca de reconhecimento: relaciona-se a uma busca intensa em garantir a aprovação e reconhecimento das outras pessoas, sendo a auto-estima dependente de reações externas, podendo ser considerado enfaticamente status, aparência, aceitação social, entre outras formas de aprovação (YOUNG; KLOSKO; WEISHAAR, 2008 e PAIM; MADALENA; FALCKE, 2012).

Domínio V: Supervigilância e Inibição

O quinto domínio articula-se a sujeição intensificada às regras rígidas e expectativas internalizadas acerca de desempenho e comportamento ético, havendo supressão de auto-expressão, escolhas espontâneas, liberdade em relacionamentos íntimos. A origem familiar caracteriza-se tipicamente como severa e exigente, podendo ser punitiva. Os esquemas vinculados a esse domínio são:

15. Negativismo/pessimismo: envolve foco exacerbado em aspectos negativos ao passo em que

aspectos positivos ou otimistas são minimizados ou negligenciados, sendo características a preocupação, vigilância, queixas ou indecisão crônica, haja vista o medo frente às expectativas pessimistas;

16. Inibição emocional: inibição de ações, sentimentos e comunicação a fim de evitar desaprovação, passar por vergonha ou uma possível perda de controle dos próprios impulsos;

17. Padrões inflexíveis/postura crítica exagerada: demanda postura crítica em relação a si mesmo e aos outros a partir de padrões inflexíveis de comportamento e desempenho adotados, havendo uma crença subjacente de necessidade de grande esforço a fim de evitar críticas;

18. Postura punitiva: envolve a crença de punição severa em casos onde se cometem erros, evidenciando intolerância ao erro e imperfeição humana (YOUNG; KLOSKO; WEISHAAR, 2008 e PAIM; MADALENA; FALCKE, 2012).

Machismo analisado do ponto de vista teórico da tcc e da terapia dos esquemas

Com base em uma análise acerca dos esquemas desenvolvidos por Young (2008), evidencia-se a pertinência do esquema grandiosidade/arrogo relacionado ao machismo, sendo este esquema caracterizado por uma crença de superioridade frente aos outros, podendo haver controle sobre o comportamento de outras pessoas segundo o próprio desejo, afirmação do próprio poder, sem preocupar-se com os desejos ou necessidades dos demais envolvidos. Este esquema compõe o terceiro domínio intitulado limites prejudicados, segundo o qual se denota certa dificuldade em respeitar os direitos dos outros e cooperar. De acordo com este domínio, o ambiente familiar típico é caracterizado por ser exageradamente permissivo, tolerante, com falta de orientação ou forte presença da sensação de superioridade ao invés de haver disciplina, confrontação e adequação de limites (YOUNG; KLOSKO; WEISHAAR, 2008 e PAIM; MADALENA; FALCKE, 2012).

Em complemento ao esquema de arrogo/grandiosidade, relacionado à falta de empatia, encontra-se como constituinte do primeiro domínio – desconexão e rejeição – o esquema de privação emocional, segundo o qual se entende que o outro não conseguirá satisfazer adequadamente o seu desejo, sendo a privação de empatia uma forma de privação emocional, não havendo neste caso, compreensão, escuta, compartilhamento de emoções e postura aberta, o que também se assemelha a uma postura machista intransigente. Este domínio aponta uma origem familiar tipicamente distante, fria, impaciente, rejeitadora e abusiva (YOUNG; KLOSKO; WEISHAAR, 2008 e PAIM; MADALENA; FALCKE, 2012).

Segundo Young, Klosko e Weishaar (2008 apud PAIM; MADALENA; FALCKE, 2012), no esquema arrego/grandiosidade o indivíduo pressupõe ser superior aos demais, merecendo direitos e privilégios. Este não se sujeita às regras de reciprocidade, conduzidas pelos impulsos, agindo independentemente dos outros. Além disso, é excessivamente exigente ou dominador, carece de empatia, podendo ser o arrego um modo de hipercompensação de outros esquemas como privação emocional.

Práticas machistas apontam para um uso coletivo dos princípios que regem tal ideologia, havendo um impulso social generalizado que pende para os privilégios e direitos machistas justificados a partir do discurso propagado ao longo de séculos em nossa história.

A começar pelo primeiro grupo social no qual os indivíduos são inseridos, ou seja, o contexto familiar, comportamentos e pensamentos vinculados ao machismo, se consolidados, serão aprendidos dando continuidade ao ciclo. Posteriormente ao longo do desenvolvimento, outras influências externas socioculturais poderão corroborar para a incidência do machismo reforçando-o.

Cortes et.al. (2015), reconhece a educação – no espaço familiar – como fator determinante para a perpetuação do machismo ou seu rompimento, entendendo que os comportamentos advindos dessa ideologia são apreendidos e repassados ao longo do tempo. O autor reconhece a educação familiar como um fator muito relevante nessa temática, visto que os comportamentos oriundos da ideologia machista, ao serem apreendidos, são repassados. Assim, fortalece-se o *modus operandi*, uma vez que, de acordo com Bourdieu (2012), a força da visão androcêntrica dispensa discussões a fim de justificá-la, pois por si só já é reconhecida e legitimada. A educação patriarcal, uma vez estabelecida, reproduz os conhecimentos e comportamentos advindos de padrões culturais e assim se mantém ativa no contexto sócio-histórico.

Young (2003 apud SCRIBEL; SANA; BENEDETTO, 2007), assegura que experiências tóxicas na infância são a origem primária dos esquemas disfuncionais, ou seja, situações na infância podem desenvolver um esquema e este pode ser acionado involuntariamente no decorrer da vida, podendo ocasionar relacionamentos disfuncionais e outros prejuízos ao indivíduo, o que demonstra extrema pertinência da vida adulta ao drama da infância.

Segundo Young, Klosko e Weishaar (2008), pensamentos, sentimentos, comportamentos e experiências de vida significativos podem operar esquemas, perpetuando-os ou curando-os, tornando-os mais elaborados, oferecendo reforço ou enfraquecendo-os, respectivamente. Por meio de distorções cognitivas, a pessoa pode interpretar equivocadamente determinada

situação de modo a reforçar o esquema, seja acentuando um dado confirmatório ou negando um dado contraditório. Afetivamente, a pessoa pode bloquear emoções relacionadas ao esquema, o que impede o alcance dos níveis de consciência e, conseqüentemente, dificulta uma possível cura ou alteração do referido esquema. No âmbito comportamental, admite-se o fato de que a pessoa se envolve em padrões autoderrotistas operando escolhas inconscientes de situações e relacionamentos os quais podem ativar e perpetuar um esquema. No que tange a relacionamentos interpessoais, a pessoa conduz relações de modo que as demais pessoas envolvidas respondam negativamente ao estímulo e assim reforcem o esquema. Scribel, Sana e Benedetto (2007 apud PAIM; MADALENA; FALCKE, 2012, p. 33-34), ressaltam que a escolha do parceiro e tipo de relação estabelecido, por exemplo, podem apresentar-se de modo a reviver um padrão anterior, o que evidencia uma interação esquemática nos relacionamentos, podendo aparecer como um padrão repetitivo, autoperpetuado e destrutivo (YOOSEFI, et. al., 2010 apud PAIM; MADALENA; FALCKE, 2012, p. 33-34), podendo, em última análise contribuir para um relacionamento desadaptativo. Young (2003 apud PAIM; MADALENA; FALCKE, 2012, p. 34) confirma ainda que os indivíduos tendem a escolher parceiros amorosos a partir de seus próprios esquemas iniciais desadaptativos (EIDs).

Young, Klosko e Weishaar (2008) assinalam ainda que o objetivo da terapia do esquema é ajudar o paciente a encontrar formas adaptativas de satisfazer suas necessidades emocionais fundamentais, compreendendo que os esquemas resultam de necessidades emocionais não satisfeitas na infância, dentre elas: vínculos seguros, autonomia, competência e sentimento de identidade, liberdade de expressão, espontaneidade e lazer, limites realistas e autocontrole, sendo a finalidade última desta modalidade terapêutica a cura de esquemas através da redução de todo o conjunto cognitivo, emocional e comportamental desadaptativo. Vale ressaltar que as necessidades citadas acima são universais e que cada indivíduo apresenta variações específicas para cada uma delas, sendo considerada ainda a interação entre o temperamento inato da criança e o primeiro ambiente, inicialmente a família, depois a escola, o grupo de pares, a comunidade e a cultura, sucessivamente, conforme Young et. al. (2003 apud SCRIBEL; SANA; BENEDETTO, 2007).

Tratando-se a terapia cognitivo-comportamental, e terapias complementares e de abordagens próximas, como a terapia racional emotiva comportamental (TREC) de Albert Ellis e a própria terapia do esquema de Jeffrey Young, que admitem uma visão voltada para o aspecto da aprendizagem, entende-se que padrões cognitivos, sentimentais e comportamentais desenvolvidos ao longo da vida serão decorrentes das primeiras experiências de vida, envolvendo principalmente padrões aprendidos de

início, dentro do âmbito familiar. Com o presente estudo observa-se que o machismo pode derivar-se de pelo menos um esquema desadaptativo remoto, associado a limites prejudicados, oriundo de um clima familiar tipicamente indulgente. Tal fato aponta para uma reflexão referente à importância da educação de forma geral, o que não se restringe única e exclusivamente à família, sendo também descrito ao longo do trabalho a influência midiática, bem como relacionamentos de amizade. Estes relacionamentos acabam por (re) produzir, um padrão social alegórico para a questão da diferença entre os sexos.

O esquema arrego/grandiosidade obteve os maiores escores na análise de correlação de esquemas iniciais desadaptativos e índices de violência conjugal em uma pesquisa publicada por Paim, Madalena e Falcke (2012), justificado pela baixa tolerância à frustração em relação aos próprios desejos desenvolvendo um padrão impulsivo e restritivo de autocontrole na relação conjugal, corroborando na violência como uma estratégia para resolução de conflitos. Segundo as autoras, existe um certo padrão de esquemas de personalidade entre os indivíduos que vivenciam violência nas relações conjugais, bem como uma associação desses esquemas com as aptidões de negociação.

Caminhos possíveis para a redução do machismo no âmbito social

Cortes et.al. (2015), aponta como direção mais evidente para uma mudança cultural do machismo aliar a família à escola, sugerindo que a melhor contribuição para o fim do ciclo vicioso machista seria, no meio familiar, aproximar o homem da criação dos filhos. No contexto educacional propõe, já na pré-escola e ensino fundamental, a organização de oficinas e práticas que não façam distinção de gênero, de maneira a desmitificar ideias restritivas ao gênero feminino, como: a atribuição exclusiva de desempenhar atividades domésticas; limitar-se ao cuidado familiar; extinguir preceitos hierárquicos no seio da família, e até mesmo conceitos sexistas, como o uso de cores, por exemplo. Além disso, propõe que os variados órgãos representantes do Estado, com destaque pelos autores no âmbito jurídico, cumpram com sua obrigação de acompanhar e prover a garantia de direitos às mulheres incluindo a implicação na atuação profissional a fim de atingir uma redução do machismo em médio ou longo prazo. Acredita-se que é a partir dos esforços continuamente desenvolvidos através da micropolítica que a esfera macro será reformulada, de encontro às necessidades sociais, denunciando as violências, inclusive institucionalmente, sofridas.

Chaves (2015) evidencia que a mídia necessita respeitar os direitos humanos das mulheres urgentemente, reforçando o fato de que mudanças legislativas

são insuficientes sem mudança na construção de conscientização cultural adequada. Para tanto, propõe também que a educação deve ser contra-hegemônica necessitando ser feminista, visando garantir a igualdade entre os gêneros e o respeito mútuo, comprometida com a criação de consciência e formação de atores políticos. Quanto à formação profissional superior, a autora assinala a necessidade de inclusão de disciplinas com enfoque nas relações de gênero, raça e diversidade social no ensino de Comunicação Social, com vistas à formação de profissionais comprometidos não só com a atuação técnica, mas também com relações sociais visando o respeito às diversidades e construção de relações a partir da equidade.

A pesquisa realizada pelo Instituto Avon/ Locomotiva (2016), acerca do papel do homem na desconstrução do machismo, aponta para a falta de conhecimento sobre questões que envolvem o machismo, como a própria definição do termo, seu significado, sua expressão no cotidiano, sua (re) produção por meio de pensamentos, falas, comportamentos, entre outros por parte de uma parcela da população, o que pode ser um fator importante na perpetuação do estigma social sofrido pelas mulheres e reflete a necessidade de formação e educação sobre a temática. Isso se atesta ao analisar que 62% da população entrevistada afirma conhecer muito ou um pouco sobre o machismo e 38% afirma conhecer só de ouvir falar ou nunca ter ouvido falar sobre o machismo. Cerca de 8% desse percentual considera o machismo como positivo, ao passo que 55% dos entrevistados acreditam que o feminismo é o contrário do machismo. Apenas 20% dos homens entrevistados afirmam ser feministas; 6 em cada 10 homens acham que poderiam melhorar sua postura em relação as mulheres; e 31% dos homens dizem que gostariam de não ser machistas, mas não sabem como agir. Quando questionados, 85% dos homens concordaram que todo pai deve educar o filho para que não tenha atitudes machistas, o que ressalta novamente a importância da educação familiar, afirmado do ponto de vista dos próprios homens.

Considerações finais

Conclui-se, com o presente estudo, que o machismo ainda hoje é um assunto que necessita estar em pauta nos mais diversos espaços da sociedade, a começar pelo ambiente familiar. Compreende-se, com base na teoria dos esquemas e nas contribuições da terapia cognitivo-comportamental, que a origem familiar detém grande parcela de responsabilidade no desenvolvimento de esquemas, os quais influenciam o modo como interpretamos as situações, lidamos emocionalmente com elas e nos comportamos. A partir das reflexões sugeridas, indica-se que o machismo pode

ser oriundo de pelo menos um dos esquemas citados na obra de Young sobre o esquema arrego/grandiosidade encontrado no terceiro domínio que é referente a crenças de superioridade em relação a outros indivíduos, regras sociais e limites internos. Além de sua associação ao esquema de privação emocional (de empatia) constituinte do primeiro domínio – desconexão e rejeição – segundo o qual o indivíduo considera que o outro não conseguirá satisfazer adequadamente o seu desejo, não havendo compreensão, escuta, compartilhamento de emoções e postura aberta, o que também se assemelha a uma postura machista intransigente. Tal postura é decorrente de uma origem familiar tipicamente distante, fria, impaciente, rejeitadora e abusiva, sendo os esquemas ampliados para a esfera social alcançando padrões machistas reforçados e perpetuados ao longo da história. Compreende-se que todos os personagens sociais são responsáveis pela minimização e possível extinção do machismo, possivelmente alcançadas por meio de um trabalho coletivo. Este trabalho deve começar pela família, perpetuar-se na educação escolar, ser propagado através da mídia, e receber apoio irrestrito e ação eficaz do Estado, objetivando a desconstrução de normas inflexíveis adotadas em nosso curso social, histórico, político e cultural.

Referências Bibliográficas

- ALVES, J. E. D. A linguagem e as representações da masculinidade. Rio de Janeiro: IBGE, 2004. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv3121.pdf>. Acesso em: 27 ago. 2018.
- BARBOSA, A. S.; TERROSO, L. B.; ARGIMON, I. I. L. Epistemologia da terapia cognitivo-comportamental: casamento, amizade ou separação entre as teorias? *Boletim – Academia Paulista de Psicologia*. São Paulo, v. 34, n.86, p. 63-79, 2014. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2014000100006&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 26 ago. 2018.
- BECK, J. S. **Terapia Cognitivo-Comportamental: teoria e prática**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- BOURDIEU, P. **A Dominação Masculina**. 11. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2012.
- BUENO, F. S. **Minidicionário da Língua Portuguesa**. 2 ed. São Paulo: FTD, 2007.
- CANNABRAVA, B. **Paz na Educação Popular Feminista**. In: VIEIRA, V.; CHARF, C. (orgs). Mulheres e homens trabalhando pela paz e contra a violência doméstica. São Paulo: Associação Mulheres pela Paz, 2012. p. 199-202.
- CHAVES, F. N. A mídia, a naturalização do machismo e a necessidade da educação em direitos humanos para comunicadores. In: XIV CONGRESSO DE CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO NA REGIÃO NORTE, 2015, Manaus. *Anais [...]* Manaus: Intercom- Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação, 2015. Disponível em: <http://www.portalintercom.org.br/anais/norte2015/resumos/R44-0606-1.pdf>. Acesso em: 27 ago. 2018.
- CORTES, J. et al. A educação machista e seu reflexo como forma de violência institucional. In: XIV SEMINÁRIO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO NO MERCOSUL, 2015, Rio Grande do Sul. *Anais [...]* Rio Grande do Sul: UNICRUZ, 2015. Disponível em: <https://home.unicruz.edu.br/mercosul/pagina/anais/2015/1%20-%20ARTIGOS/>. Acesso em: 27 ago. 2018.
- DRUMONT, M. P. Elementos para uma análise do machismo. In: *Perspectivas*, São Paulo, 3, p. 81-85, 1980. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/108171>. Acesso em: 26 ago, 2018.
- INSTITUTO AVON/LOCOMOTIVA. Anais do IV Fórum Fale Sem Medo, São Paulo. O papel do homem na desconstrução do machismo. Disponível em: http://agenciapatriciagalvao.org.br/wp-content/uploads/2016/12/Pesquisa-FSM_2016.pdf. Acesso em: 27 ago. 2018.
- KNAPP, P.; BECK, A. T. Fundamentos, modelos conceituais, aplicações e pesquisa da terapia cognitiva. *Revista Brasileira de Psiquiatria*. São Paulo, v. 30, supl. 2, p. 54-64, 2008. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462008000600002&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 26 ago. 2018.
- O SORRISO de Monalisa. Direção de Mike Newell. Produção de Fredward Johanson. Estados Unidos: Columbia Pictures, 2003. DVD (114min.), son., color.
- PAIM, K.; MADALENA, M.; FALCKE, D. Esquemas iniciais desadaptativos na violência conjugal. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*. São Paulo, v. 8, n. 1, p. 31-39, 2012. Disponível em: http://www.rbtc.org.br/detalhe_artigo.asp?id=155. Acesso em: 26 ago. 2018.
- SCRIBEL, M. C.; SANA, M. R.; BENEDETTO, A. M. Os esquemas na estruturação do vínculo conjugal. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*. São Paulo, v. 3, n. 3, 2007. Disponível em: http://www.rbtc.org.br/detalhe_artigo.asp?id=64. Acesso em: 29 ago. 2018.
- THE good wife's guide, *Housekeeping Monthly*, New York, 13 may 1955. Disponível em: http://websupport1.citytech.cuny.edu/Faculty/peatapano/US2/US%20Documents/good_wife_50s-2.pdf. Acesso em 27 ago. 2018.
- WRIGHT, J. H.; BASCO, M. R.; THASE, M. E. **Aprendendo a Terapia Cognitivo-Comportamental: um guia ilustrado**. Porto Alegre: Artmed, 2008.
- YOUNG, J. E.; KLOSKO, J. S.; WEISHAAR, M. E. **Terapia do Esquema: guia de técnicas cognitivo-comportamentais inovadoras**. Porto Alegre: Artmed, 2008.