

INTERPRETAÇÃO DE TEXTOS – 17

VINGANÇA NA REDE

01. O tema maléfico está por toda a parte. No site de relacionamentos Orkut, há dezenas de comunidades destinadas
02. aos vingativos. Uma delas acumula mais de 226 mil seguidores. Alguns fóruns, inclusive, servem para trocar
03. estratégias de punição e abriga relatos de vingadores. A maioria motivada por fatos leves, como briga entre
04. irmãos, descoberta de falsidade entre amigos ou colegas egoístas.
05. Mas se ele habita vilões e mocinhos, a saída é canalizá-lo para o bem, defende Teitelbaum.
06. – Dentro de uma personalidade razoavelmente bem estruturada, essa “raiva do mundo” pode ter encaminhamento
07. saudável e se transformar em superação.
08. E é justamente a raiva o combustível da vingança. Foi sabendo disso que a psicóloga Ana Maria Rossi, presidente
09. da *Stress Management Association* no Brasil (Isma-BR), chegou à conclusão de que quanto mais estressada é
10. a pessoa, mais vingativa ela é. Uma pesquisa realizada pela instituição em 2010 com mil profissionais de Porto
11. Alegre e São Paulo de áreas de atuação variadas quis saber como lidavam com situação de frustração. Dentre os
12. 47% que responderam que reagiam com agressão, 18% disse que essa agressão se manifestava na forma de um
13. acesso de raiva.
14. – O estressado é aquele que não controla a sua raiva e vive criando conflitos e dão mais motivos para que as pes
15. soas queiram se vingar – pontua Ana Maria.
16. Apesar de comum, a professora de Psicologia das Relações Humanas da Universidade de São Paulo (USP) Sueli
17. Damergian não acredita que a vingança deva estar presente em um estado avançado de sociedade.
18. – Quem cultiva esse sentimento de vingança vive em estado de barbárie, não desenvolveu a capacidade de per-
19. doar e de se colocar no lugar do outro – defende Sueli, que é autora do livro *Para além da barbárie civilizatória*,
20. onde a vingança entra como uma das pontas do desenvolvimento da personalidade.
21. Na obra, a autora cita exemplo de pessoas capazes de bons sentimentos: aqueles que protegem a mãe, por
22. exemplo, jamais declarariam guerra ao mundo e só entrariam em uma guerra para defender entes queridos. São
23. os mecanismos de defesa infantis adotados pelas civilizações que resultam em tantos ressentimentos, aponta
24. a psicóloga.
25. Nutrir sentimento de vingança pode causar danos físicos. É do imaginário popular que a vingança corrói por dentro.
26. Com isso, quando o desejo de castigar passa a ocupar o centro da vida mental de alguém, leva a sensações de
27. amargura e injustiça. Esse conjunto de desprazeres pode levar ao estresse orgânico. Alguns pesquisadores asso-
28. ciam a doenças gástricas como gastrite, úlcera, até perturbações do sono e da criatividade.
29. Também não é sempre que um vingativo é catalogado em um transtorno de personalidade. O sentimento só vira
30. doença quando determinados traços de funcionamento emocional ou psicológico habitual de alguém se enrijecem
31. e se tornam predominantes sobre os outros.
32. Como se controlar
33. • Invista no autoconhecimento. Nada melhor do que se conhecer para controlar as emoções.
34. • Aprenda com os seus erros.
35. • Autoestima. Pessoas que se amam não vêem necessidade de ficar na defensiva a todo o momento.
36. • Não alimente rancores ou mal-entendidos. Perguntar sempre que tem dúvida sobre a opinião ou o com-
37. portamento do outro pode ajudar.
38. • Em vez de apedrejar, questione. Certamente, a pessoa que o ofendeu tem algum motivo para tê-lo feito.
39. Assim, você não gera raiva no outro e quebra o círculo vicioso de dar o troco.
40. • A melhor vingança é estar de bem consigo.
41. • Compreenda as diferenças. Nem todos pensarão como você. Saiba escutar e tirar de cada acontecimento
42. uma lição.

Qual dos verbos abaixo está em uma voz diferente da dos demais?

Também não é **(a)** sempre que um vingativo é catalogado **(b)** em um transtorno de personalidade. O sentimento só vira **(c)** doença quando determinados traços de funcionamento emocional ou psicológico habitual de alguém se enrijecem **(d)** e se tornam **(e)** predominantes sobre os outros.

TEMAS DE REDAÇÃO SEMELHANTES