

Haydu, Verônica Bender. Culpa e vergonha. **Tribuna do Vale do Paranapanema**, Rolândia, nº 1258, p.3, 15 de junho de 2007.

Culpa e Vergonha

Conforme prometi no texto publicado na edição anterior desta coluna, vou fazer uma comparação entre culpa e vergonha para caracterizar um pouco melhor essas emoções. Em primeiro lugar, devo esclarecer que ser culpado, no sentido de ser responsável por ter causado um determinado evento é diferente de sentir-se culpado. Um indivíduo é considerado culpado quando suas ações causaram dano ou prejuízo a outras pessoas ou ao ambiente, sendo, portanto, mais apropriado julgar a ação da pessoa e não a pessoa. Sentir-se culpado é um comportamento emocional, um sentimento, que pode ou não ter relação com o fato da pessoa ser ou não culpada. Sentir-se culpado é um comportamento aprendido no contato com a comunidade sócio-lingüística na qual vivemos e, de forma geral, é acompanhado pelo sentimento de vergonha.

Uma pessoa que diz ser culpada está aceitando a responsabilidade por algo que tenha acontecido ou por algo que ela tenha feito. Entretanto, que ela pode dizer que está se sentindo culpada mesmo sabendo que não é responsável pelo que aconteceu. Isso, provavelmente, ocorre porque as pessoas são valorizadas por mostrarem sensibilidade moral. Assim, uma pessoa pode admitir não ter culpa, mas mesmo assim, sentir-se culpada. Por exemplo, imaginem uma situação em que um pai que saiu de férias com sua família envolveu-se num acidente e um de seus filhos ficou gravemente ferido ou veio a falecer. Esse pai pode não ter tido qualquer responsabilidade pelo acidente, portanto, não é culpado pelo acidente. Ele pode, honestamente, reconhecer isso, mas ainda assim sentir-se culpado.

Além da situação acima, podemos ainda considerar a situação em que a pessoa não é culpada, não se sente culpada, mas sente uma enorme vergonha pelo que aconteceu. Esse é o tipo de situação que envolve os personagens fictícios de minhas histórias. A mãe de Pedro, ao estar diante de Maria, quando esta foi terminar o noivado com Pedro, disse não se sentir culpada pelo que ele fez (Pedro agrediu Maria violentamente), mas estar sentindo muita vergonha. Assim, uma pessoa pode sentir-se envergonhada sem ter culpa ou sentir-se culpada. Entretanto, freqüentemente sentimos vergonha quando sentimos culpados. Esses sentimentos tendem a ocorrer juntos, provavelmente, porque os pais ao educarem seus filhos ensinam essa relação. Uma mãe, ao repreender seu filho por ter feito algo errado, geralmente diz: “Olha só o que você fez. Isso é culpa sua, sim! Você não tem vergonha?” Ou diz: “Você devia sentir-se

envergonhado por fazer coisas deste tipo! Isto é muito feito!” Frases desse tipo dizem para a criança o que sentir diante das circunstâncias, sendo uma forma de ensinar comportamento moral e estabelecer relação entre culpa e vergonha.

Assim, de forma geral, as pessoas sentem culpa e vergonha ao mesmo tempo. Mas elas podem ter culpa e não se sentirem culpadas; ter culpa e sentirem-se culpadas, mas não sentirem vergonha; não ter culpa, não se sentirem culpadas, mas sentirem vergonha. Este último caso é o que aconteceu com a mãe de Pedro. Ela não tinha culpa e não estava se sentindo culpada pelo que seu filho fez, mas estava envergonhada.

Alguém pode, no entanto, dizer que a mãe de Pedro tem sim, um certo grau de culpa por seu filho ser agressivo. Poderia-se considerar que ela é responsável pela sua educação e, portanto, um filho que não aprendeu a respeitar os outros e a se comportar de forma não-agressiva é responsabilidade dos pais. Em nossa sociedade, os pais têm a responsabilidade de ensinar a seus filhos os limites de suas ações. Certamente concordo com isso, mas esse assunto é complexo e eu não poderia reduzir a análise da educação de filhos a uma frase apenas. Isso é um tema complexo e demanda uma análise mais extensa.

Vou então descrever uma situação mais simples em que se sentir culpado e se sentir envergonhado podem ocorrer separadamente. Imaginem que você dá uma desculpa qualquer a um colega, como a de não poder ir com ele ao cinema, por ter que estudar para uma prova. Para o seu azar, esse colega muda seu programa e encontra você num barzinho, onde você não imaginou que ele estaria. Neste caso, a desculpa que você deu não causou nenhum dano ou prejuízo ao seu colega. Portanto, você não tem do que se sentir culpado. Entretanto, você certamente sentir-se-á envergonhado, porque ele descobriu que você estava mentindo.

Maria estava constrangida naquela situação e não sabia mais o que dizer, quando Pedro entrou na sala e ouviu sua mãe dizendo que não estava se sentindo culpada, mas envergonhada. Ele disse então: “A culpada é você Maria! Você não respeitou o nosso compromisso. Você é que está fazendo a gente ficar com vergonha!”

Atribuir a culpa ao outro é uma forma de controle social de comportamentos morais e éticos, mas pode também ser uma forma de controle aversivo e não-adaptativo. Assunto que pretendo detalhar melhor em meu próximo artigo.

Você pode acessar os textos anteriores desta coluna, no meu *site* pessoal:

www.uel.br/pessoal/haydu.

Verônica Bender Haydu
Professora da Universidade Estadual de Londrina
Doutora em Psicologia pela Universidade de São Paulo