

Coordenação e edição de Ana Teresa Alves (FCSH-UAç)

Os meus e eu

Autora:

Sofia Morgado Pereira (FCSH-UAç)

Já deves ter ouvido a frase "diz-me com quem andas e eu dir-te-ei quem és". Será que é mesmo assim?

Desde sempre, os humanos reúnem-se em comunidades (grupos) para aumentar as suas possibilidades de sobrevivência e a sua segurança. Podemos definir um grupo como um conjunto de duas ou mais pessoas que, de alguma forma, dependem uns dos outros, interagem entre si, partilham objetivos e, muitas vezes valores e formas de ver o mundo.

Os grupos podem ser grandes (ex. nações) ou pequenos (ex. famílias), duradouros (ex. grupos étnicos) ou transitórios (ex. um júri), concentrados (ex. um conselho executivo) ou dispersos (ex. "amigos" numa rede social), estruturados e organizados (ex. um exército) ou informais (ex. adeptos de um clube).

As pessoas que fazem parte de um grupo influenciam-se umas às outras. A Teoria da Identidade Social diz-nos ainda que usamos a nossa participação em grupos para percebermos quem somos. Por outras palavras, a pertença a grupos ajuda-nos a definir a nossa identidade. Acresce ainda que os grupos ajudam a satisfazer necessidades básicas dos seres humanos, como o



Foto de Paul Stewart na Unsplash

ser gostado/a, aprovado/a, pertencer a algo, dar e receber amor e amizade. Assim, os grupos podem contribuir para a diminuição da ansiedade e da solidão. Ajudam-nos também a perceber se compreendemos bem a realidade à nossa volta. Quantas vezes perguntamos aos/às nossos/as amigos/as se estamos a pensar bem sobre algo, ou se agimos bem em determinada situação?

A investigação em Psicologia Social tem revelado que há uma tendência para nos aproximarmos de outros que têm atitudes parecidas com as nossas. As atitudes refe-

rem-se, de forma geral, a tendências para avaliarmos objetos, pessoas e situações de forma positiva ou negativa. Logo, tendemos a juntar-nos a outros que partilham algo connosco, por exemplo, preferências, gostos e interesses.

Quanto maior for a afinidade entre os membros de um grupo, maior será o sentimento de unidade.

Além disso, os comportamentos das pessoas que fazem parte do grupo tenderão a ser semelhantes entre si e a respeitar as regras e formas de agir do

grupo. À alteração ou ajuste de comportamentos e opiniões individuais para estes se aproximarem dos comportamentos e opiniões do grupo dá-se o nome de conformidade. As pressões de conformidade tendem a ser fortes, mas existem situações em que as pessoas as desafiam. No entanto, sem conformidade torna-se difícil uma ação conjunta, por isso, um grupo habitualmente inclui pessoas com atitudes semelhantes, que pelas pressões da conformidade tendem a pensar e agir de forma parecida. Logo, "diz-me com quem andas e eu dir-te-ei quem és" tem um fundo de verdade.

É a tua vez

Já pensaste sobre os motivos que te fazem ficar nos grupos a que pertences?

Que gostos ou interesses partilhas com o(s) teu(s) grupo de amigos/as? O que isso te diz sobre quem és? E os/as teus/tuas amigos/as pensam o mesmo?



Foto de Andrej Lišakov na Unsplash

Leituras

Lê o livro *Extraordinário*, de R. J. Palacio. Conta a história de um rapaz diferente chamado Auggie, da sua coragem, da necessidade de pertencer e ser aceite, da sua caminhada pelo mundo dos grupos (e pelas suas pressões) e da descoberta da amizade verdadeira.

