



A REABILITAÇÃO DO ORGULHO

CONFIANÇA NUNCA É DEMAIS PARA ELES
Cíntia usa o orgulho para crescer no trabalho. André adora ser o centro das atenções entre os amigos

Nem pecado nem falha de caráter. Pesquisas mostram que o sentimento de altivez só faz bem

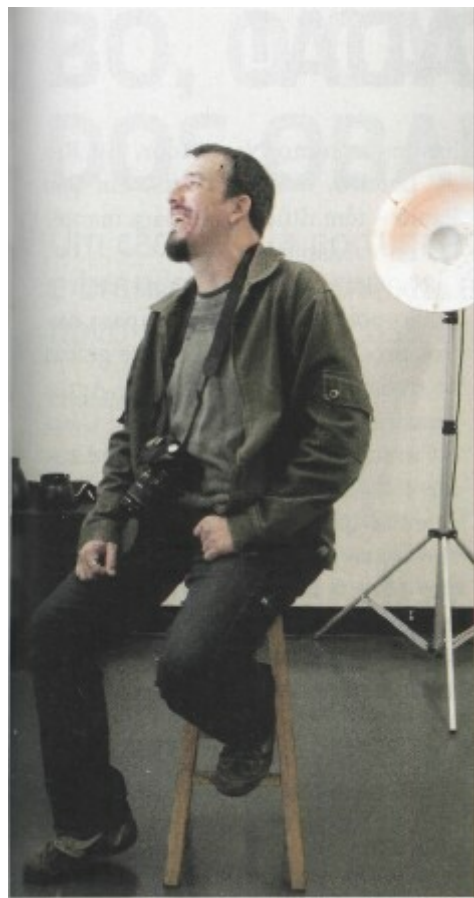
Verônica Mambrini

Os dias de falsa modéstia estão contados. O orgulho está saindo do limbo reservado aos vícios de comportamento considerados pecado ou falha de caráter graças a uma série de estudos psicológicos que acabam de sair do forno. Eles mostram que, ao contrário do que sempre se pregou, é bom se orgulhar de si mesmo e de suas conquistas e expor aos outros com altivez. Encontraram também uma função social

para ele. Tradicionalmente tido como uma emoção muito individualista, o orgulho tem sido avaliado como um sentimento de importante componente agregador e um protetor natural do amor próprio.

Nas últimas semanas, o exemplo mais evidente é o do artista plástico Max, vencedor da nona edição do *Big Brother Brasil*, exibido pela Rede Globo. Um dos gestos característicos do novo milionário no reality show era

bater o punho fechado no peito. "Desde adolescente digo que tenho orgulho de ser quem eu sou", diz. "Minha autoestima sempre foi muito grande." Um estudo de 2008, feito pelos pesquisadores Jessica L. Tracy, da Universidade da Columbia Britânica, no Canadá, e David Matsumo, da Universidade de São Francisco, nos EUA, demonstrou que os gestos associados ao orgulho são parecidos em praticamente todas as culturas. Os especialistas compararam as expressões faciais de atletas dos Jogos Olímpicos e Paraolímpicos de 2004. Competidores de 37 países, incluindo cegos, exibiram feições muito semelhantes no momento da vitória.



Outra descoberta da professora Jessica, junto com o psicólogo Richard W. Robins, da Universidade da Califórnia, é que há dois tipos de orgulho: um é a soberba, em que a pessoa se sente superior aos outros. O outro é o autêntico, que está ligado às realizações pessoais, motivado pela sensação de dever cumprido, de ser capaz de realizar bem as tarefas. A redatora Cíntia Costa usa esse sentimento a seu favor. Quando decidiu se casar, há pouco mais de um ano, começou o blog Planejando

meu Casamento, com as dicas para fazer as núpcias desejadas sem se endividar. "Muitas noivas não queriam mais casar porque não tinham dinheiro para a festa", lembra. "Lendo o blog, elas recuperaram a confiança". Outra característica do orgulho bom, afirmam os estudos, é a capacidade de inspirar e motivar outras pessoas que estão à sua volta.

O único lugar em que Cíntia é mais moderada é no trabalho. "Comemoro as vitórias em equipe e escolho com cuidado o que vou falar." As precauções de Cíntia no ambiente profissional fazem sentido - a psicóloga especializada em seleção e recrutamento Ana Carolina Maffra, da consultoria Equipe Certa, reforça que é preferível falar de resultados obtidos em um trabalho específico a desfilas qualidades que você acredita ter. "Mas é bom ter orgulho de fazer algo benfeito, da profissão, da empresa", reforça Ana Carolina. "Isso indica autoestima."

Outra pesquisa da Universidade da Columbia Britânica, feita pela pesquisadora Jessica I. Tracy e pelo psicólogo Azim Shariff, mostrou que, nos testes, os participantes deram mais valor a um entregador de pizzas orgulhoso do que a um executivo abatido. As expressões de orgulho transmitem aos outros a impressão de sucesso, o que melhora o status social no grupo. O fotógrafo André de Menezes Trigueiro sabe do poder que exerce sobre as pessoas ao redor. "Ouço bastante que contagio os outros quando estou falando de um assunto que gosto", diz. "Não me inibo em ser o centro

das atenções." André gosta de mostrar suas criações para os amigos e se considera feliz com seu trabalho. A professora de psicologia social da Universidade de São Paulo Sueli Damergian acredita que uma das coisas que diferenciam o orgulho positivo do negativo é a postura que se tem com o outro. "O orgulho positivo implicaria ser capaz de reconhecer o valor das coisas que se fez, sem se sentir superior ou com maiores direitos do que os outros", afirma Sueli.

Em outro estudo, Lisa Williams e David DeSteno, psicólogos da Northeastern University, nos Estados Unidos, convidaram 62 estudantes para um teste de QI. Depois, cumprimentaram alguns como se tivessem obtido os resultados mais altos. Na seqüência, todos foram convidados a realizar mais uma série de tarefas intelectuais. Os que foram elogiados, se mostraram mais orgulhosos e confiantes. A surpresa é que esse grupo foi também o mais gentil. Para os psicólogos, o resultado indica que as pessoas se sentem mais fortes quando superam problemas. A professora Sueli alerta, contudo, para as implicações éticas desse sentimento. "O orgulho é o oposto da

vergonha, ele tem uma implicação moral", afirma. Em outras palavras: orgulho é bom e todo mundo gosta - só não vale deixá-lo virar arrogância. •



AUTOESTIMA DE MILIONÁRIO
Max, o vencedor do nono *Big Brother Brasil*, conquistou a audiência ao dispensar a falsa modéstia na frente das câmeras

POSITIVO E NEGATIVO

As duas faces do orgulho



AUTÊNTICO

Sensação de dever cumprido
Satisfação com o resultado
Confiança
Noção do próprio valor
Sensação de completude



COM SOBERBA

Arrogante
Altivo
Egoísta
Esnobe
Cheio de si

Fonte: Jessica L. Tracy, da Universidade da Columbia Britânica