

Pedro Afonso – Personalidade humana – 2024

I. O termo «personalidade» deriva etimologicamente do latim *persona* e refere-se à máscara utilizada pelos actores no teatro clássico. Podemos definir a personalidade como um conjunto de características relativamente estáveis do indivíduo que define os padrões permanentes da sua maneira de sentir, pensar e actuar.

Cada pessoa tem uma personalidade própria, o que faz de cada um de nós, indivíduos únicos e irrepetíveis. Apesar de ser relativamente estável ao longo da vida, a personalidade mostra-se dinâmica, podendo sofrer algumas mudanças e permanecendo em constante desenvolvimento. Essas mudanças na personalidade, em circunstâncias excepcionais, poderão ser súbitas e profundas, nomeadamente nalgumas doenças psiquiátricas graves como a esquizofrenia, nas demências (por exemplo, a demência de Alzheimer), em traumas psicológicos severos, etc.

II. A nossa personalidade tem duas grandes dimensões que se intersectam: o temperamento e o carácter. Enquanto o temperamento tem aspetos mais hereditários/neurobiológicos difíceis de modificar (por exemplo, ser mais tímido e reservado é uma característica da personalidade difícil de ser alterada), o carácter é a dimensão da personalidade mais «plástica» e que sofre mais influências (educação, cultura, sociedade, etc.), podendo ser modificada pela vontade. O carácter é o resultado da autoconsciência e dos objetivos e valores escolhidos individualmente; diz respeito ao que decidimos sobre nós próprios intencionalmente. Por conseguinte, existem aspectos da personalidade, nomeadamente «aquilo que eu sou ou que irei ser», que não estão totalmente predeterminados, sendo possível fazer diversas escolhas ao longo do tempo, de acordo com a liberdade pessoal.

III. Convém referir que existem personalidades anormais ou patológicas. O DSM 5 TR (2022), da Associação Americana de Psiquiatria, define a perturbação da personalidade como um padrão duradouro de experiência interna e comportamento que se desvia marcadamente do esperado da cultura da pessoa. Estes padrões são inflexíveis e desadaptativos numa grande variedade de situações pessoais e sociais. São estáveis, têm habitualmente origem na adolescência ou no início vida adulta, e originam um sofrimento clinicamente significativo ou uma deficiência em diversas áreas de funcionamento (social, profissional, etc.). As perturbações da personalidade são bastante frequentes. Estima-se uma prevalência de cerca de 10.5% na população geral, estando descritos 10 tipos de perturbação de personalidade.

Não obstante observarem-se condições patológicas associadas à personalidade, não devemos cair num fatalismo e numa perspectiva pessimista. Existe sempre a possibilidade de se obter ajuda psicológica e psiquiátrica. Além disso, tal como referiu o Papa Pio XII (1958): «Apesar de o indivíduo poder ter um conjunto de disposições psicológicas anormais, estas nem sempre são insuperáveis; portanto, não impedem o sujeito de atuar livremente nem de ser capaz de vencer as dificuldades que se opõem à observância de uma lei moral».

IV. Tal como foi referido, embora existam factores genéticos e neurobiológicos que influenciam a formação da personalidade, sabemos que a família tem um papel essencial na estruturação da personalidade. É na vida familiar que se aprende a estabelecer vínculos afectivos duradouros, que se é amado e se aprende a amar. A saúde mental na vida adulta é influenciada pelas

experiências positivas ou negativas obtidas durante a infância e na adolescência. Consequentemente, nunca é demais enfatizar a importância da educação e do ambiente familiar como factor primordial no sentido de proporcionar uma personalidade socialmente ajustada e com maior garantia de sucesso e integração socioprofissional.

Bibliografia:

- Afonso, P. (2015). *Quando a mente adoece: Uma introdução à psiquiatria e saúde mental*. Cascais, Príncipeia.
- Afonso P. (2022). *A Ética na Vida Familiar*. In: *Temas de Ética – Reflexões e desafios*, Coord. António Bagão Félix, Paulo Otero e Victor Gil. Cascais, Príncipeia.
- American Psychiatric Association (APA), (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: (DSM--5-TR)*. 5th ed. Arlington, VA: American Psychiatric Association.
- Pio XII. (1958, 10 de abril). *Discurso de Sua Santidade Pio XII aos Participantes do XIII Congresso Internacional de Psicologia Aplicada* [Discurso]. Acedido em 2 de julho de 2024, de https://www.vatican.va/content/pius-xii/es/speeches/1958/documents/hf_p-xii_spe_19580410_psicologia-applicata.html
- Truffino J. C. (2010). *Personalidade: El modo se ser de cada cual*, in *La Salud Mental e sus Cuidados*, Javier Cabanyes e Miguel Ágel Monge (coord.), Navarra, Ediciones Universidad de Navarra.