



Ira, Sete Pecados Mortais, RTP 1

Caso Clínico Manuel

Manuel tem atualmente 49 anos e encontra-se desempregado. Aos 19 anos apresentou pela primeira vez comportamentos desadaptativos e descontrolados, que resultaram do seu estado de ira. Contudo, com o tempo estes não cessaram e foram aumentando de forma dramática. Os seus pais sempre lhe inculcaram regras, contudo a partir de um certo momento Manuel começou a considerar que “não cumprir regras era moderno, achava que as regras eram para os outros cumprirem”. Deturpou todos os valores e princípios morais que os pais lhe transmitiram, excedendo todos os limites quando bateu no seu próprio pai, num momento de extrema ira. Este estado de humor começou a ser o reflexo do seu sentimento de exclusão da sociedade, do seu sentimento de inferioridade e diferença associados a uma baixa autoestima. Desde a adolescência, como forma de amenizar os seus estados de ira, que começou a depender do álcool e de drogas.

Ira

A ira representa o 4º pecado mortal, sendo manifestada mais frequentemente por indivíduos que vivenciaram muitas experiências de frustração e tristeza, marcadas pela presença de ressentimentos. A ira distingue-se da raiva através do período de duração e da intensidade da emoção. Neste sentido, enquanto a raiva se refere a um estado momentâneo e passageiro, a ira é um estado de humor mais prolongado e diz respeito a um sentimento mais intenso.

A intervenção através do **Modelo Change & Grow** possibilita o desenvolvimento de estratégias de coping fundamentais para a diminuição de níveis de comportamento impulsivo, característicos num estado de ira. O treino de habilidades sociais é outra técnica utilizada neste âmbito, uma vez que permite a reestruturação de eventuais crenças disfuncionais acerca de competências de relacionamento interpessoal e de controlo emocional.

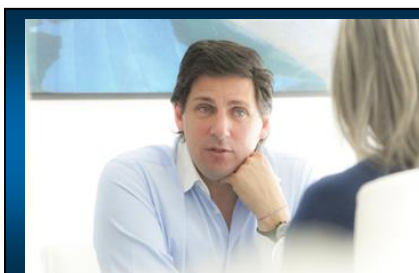


Reportagem realizada com a
RTP 1 em colaboração com Villa
Ramadas

Vídeo



<https://www.youtube.com/watch?v=FbOBwd4NSOQ>



Abril, 2016

Autores: Eduardo Ramadas da Silva;
Rita Moraes e Tânia Caetano

Revisto por: Villa Ramadas Research

Mais informações:
research@villaramadas.com

Referências

Literatura Villa Ramadas