

Os impactos da masculinidade tóxica no bem-estar do homem contemporâneo: uma reflexão a partir da Psicologia Positiva

The Impacts of Toxic Masculinity on the Well-Being of Contemporary Man: A Reflection from Positive Psychology

Raí Carlos Marques de Paula[†], Fátima Niemeyer da Rocha^{‡*}

Como citar esse artigo. de Paula, RCM; da Rocha, FN. Os Impactos da masculinidade tóxica no bem-estar do homem contemporâneo: uma reflexão a partir da Psicologia Positiva. Revista Mosaico. 2019 Jul/Dez.; 10 (2): SUPLEMENTO 82-88.

Resumo

O presente artigo trata-se de uma pesquisa de revisão da literatura especializada no tema da masculinidade tóxica e do machismo, com o objetivo de analisar que impactos geram no bem-estar do homem contemporâneo. São abordados fatos históricos importantes que atravessam a problemática levantada, tais como a construção da masculinidade, o movimento feminista e a crise subjetiva do homem na atualidade. Foram utilizados os estudos da psicologia positiva como base teórica para avaliação dos aspectos pertinentes à sua qualidade de vida, principalmente em relação aos constructos que formam o modelo PERMA – sigla em inglês para: emoção positiva, engajamento, sentido, realização e relacionamentos positivos – e o conceito de florescimento. Constatou-se que esse homem, que ainda não se desprende do velho modelo de masculinidade, tem grandes perdas no que diz respeito ao seu bem-estar pessoal.

Palavras-Chave: Masculinidade tóxica, Homem Contemporâneo, Psicologia Positiva.

Abstract

This article is a research review of the literature specializing in the subject of toxic masculinity and machism, with the aim of analyzing what impacts generate in the well-being of contemporary man. Important historical facts are approached that cross the raised problems, such as the construction of masculinity, the feminist movement and the subjective crisis of man nowadays. The studies of positive psychology were used as a theoretical basis for assessing the aspects. This article is a research review of the literature specializing in the subject of toxic masculinity, especially in relation to the constructs that form the PERMA model – acronym in English for: positive emotion, engagement, sense, achievement and positive relationships – and the concept of flowering. It is verified that this man, who has not yet detached himself from the old model of masculinity, has great losses in regard to his personal well-being.

Keywords: : Toxic masculinity, Contemporary Man, Positive Psychology.

Introdução

O machismo e a masculinidade tóxica são problemas bastante debatidos na contemporaneidade; porém, os efeitos positivos desses debates ainda se mostram escassos e o número de crimes perpetrados em consequência dos comportamentos decorrentes é cada vez mais alarmante. A Organização das Nações Unidas (ONU) mostra que 87 mil mulheres perderam suas vidas no ano de 2017 em crimes que se enquadram

na categoria de feminicídio, sendo que 58% foram assassinadas por cônjuges, ex-maridos ou familiares, gerando uma taxa de 6 feminicídios a cada hora (RADIO GLOBO, 2018).

Entretanto, o mapa da violência mostra que em 2016 94,4% dos homicídios cometidos por armas de fogo no Brasil foram contra homens (WASELFESEZ, 2016), evidenciando que o público masculino não é só opressor, neste cenário, mas também vítima da própria postura, a qual reproduz às cegas, sem se dar conta do quanto tem perdido por não dar espaço para a própria

Afiliação dos autores: [†] Graduando em Psicologia, Curso de Psicologia, Universidade de Vassouras, Vassouras, RJ, Brasil

[‡] Doutora em Psicologia, Professora Titular, Curso de Psicologia, Universidade de Vassouras, Vassouras, RJ, Brasil

Email para correspondência: fatimaniemeyer@hotmail.com

subjetividade, em detrimento de uma identidade que lhe concede poder, mas não permite falhas.

Atualmente, grande parte da sociedade repudia atitudes machistas, mas, por outro lado, ainda parece fazer pouco para conscientizar os homens em relação ao caminho que os trouxe até aqui e ao que precisam fazer para sair do ponto onde chegaram.

No Brasil, a Lei nº 11.340/2006 (BRASIL, 2006), a chamada Lei Maria da Penha, prevê ações não só punitivas em relação aos praticantes de violência doméstica, mas também preventivas, dando assistência a possíveis processos de reeducação das masculinidades que geram o problema; porém, o que se nota ainda é uma prática com enfoque na punição. Os chamados grupos reflexivos, criados para se repensar essas masculinidades tóxicas, ainda não possuem políticas públicas que os estruturam no Brasil, sendo ofertados de forma voluntária (IBDFAM, 2018). Esses grupos já se mostraram eficazes nos estados nos quais são aplicados, refletindo numa baixa taxa de reincidência daqueles que passam por eles; no entanto, ainda são alvo de uma grande resistência e preconceito por parte da sociedade, que espera punição para os agressores e veem os grupos como forma de acobertamento do ato, refletindo um pensamento higienista, que não parece preocupado com a solução do problema, mas sim com o afastamento daqueles indivíduos da sociedade.

Ciente de que a masculinidade tóxica gera inúmeros impactos negativos na vida do homem contemporâneo, o artigo visa analisar, a partir da psicologia positiva e seus estudos sobre a qualidade de vida, de que forma tais impactos influenciam no bem-estar do homem atual. Nesse sentido, o artigo tecido através de uma revisão da literatura especializada no tema aborda a construção e a manutenção da identidade masculina, elucidando como se deu o processo de construção da diferenciação das identidades de gênero e de valorização do homem frente a mulher; as críticas à emancipação feminina, mostrando o surgimento do feminismo, suas reivindicações e conquistas; a crise subjetiva do homem contemporâneo, focalizando os pontos de conflito na masculinidade ocasionados pelas mudanças sociais decorrentes da reorganização social impulsionada pelos movimentos feministas; os principais aspectos da Psicologia Positiva relativos a qualidade de vida e bem-estar.

Dessa forma, o bem-estar deste homem contemporâneo, preso a um modelo de masculinidade que é tóxico, é bastante afetado negativamente nos cinco constructos propostos por Martin Seligman (2011) para a avaliação da sua possibilidade de florescimento. Entende-se que a psicologia tem um compromisso ético e político no enfrentamento das consequências negativas de tal construção histórica, que ainda produz grandes problemas sociais tanto para homens quanto para mulheres.

Da construção à manutenção da identidade masculina

As relações sociais baseadas na dominação masculina são fruto de uma construção minuciosa e capilar difundida com o passar dos anos. Desde a concepção do monismo sexual, amplamente aceita até o século XVIII, o homem era tido como padrão de perfeição metafísica e a mulher, por outro lado, era considerada uma formação imperfeita e menos desenvolvida do corpo masculino, como se suas genitais tivessem sido geradas de forma invertida (LAQUEUR, 2001), diferenciando-se pela capacidade de procriação, o que delimitava seu papel à esfera privada (SANTOS, 2010).

Com o advento do iluminismo, a imagem da mulher passa de um homem subdesenvolvido para um indivíduo com características próprias, em consequência, então, da diferenciação biológica entre homens e mulheres, que viria, posteriormente, com os estudos feministas, já no século XX, a dar origem ao conceito de gênero, masculino e feminino. A mudança que poderia gerar direitos, pelo contrário, não só fundamentou as desigualdades impostas a elas, como também marcou o início das construções polarizadas do que é ser homem ou mulher, reforçando o processo de legitimação de uma superioridade masculina (SILVA, 2006).

A identidade masculina constrói-se, então, com a pauta de nada ter a ver com uma mulher e, menos ainda, com um homossexual; para tal, os homens precisavam desenvolver e repassar características bem demarcadas, a fim de que seus papéis sociais ganhassem e mantivessem forma. Aos homens atribuiu-se características como a liderança, racionalidade, força física, destreza, coragem, competitividade, pouca afetividade, virilidade etc., enquanto as mulheres deveriam ser cuidadoras, recatadas, frágeis, flexíveis, delicadas, emocionais, subordinadas - o oposto da figura masculina, restringindo-as ao espaço privado, e dando a eles o espaço público (SILVA, 2006).

Como os dados biológicos por si só não garantiriam o desenvolvimento de todas as características atribuídas aos homens, a família e o meio social deveriam ser encarregadas de inculcar neles tudo aquilo que se esperava de um “verdadeiro homem”.

Bourdieu e Kuhner (2012) lançam mão do conceito de violência simbólica para elucidar esse processo de socialização. Segundo os autores:

[...] sempre vi na dominação masculina, no modo como é imposta e vivenciada, o exemplo por excelência desta submissão paradoxal, resultante daquilo que eu chamo de violência simbólica, violência suave, insensível, e invisível a suas próprias vítimas, que se exerce puramente pelas vias simbólicas da comunicação e do conhecimento, ou, mais precisamente, do desconhecimento,

do reconhecimento ou, em última instância, do sentimento. (BOURDIEU; KUHNER, 2012, p.7)

Nolasco (1993) escreve que logo ao nascer a observação das genitais suplanta qualquer outra preocupação com as necessidades do recém-nascido, criando, desde o primeiro momento, uma série de expectativas quanto ao comportamento esperado dele, e formando, a partir destas, a subjetividade que irá moldá-lo, de forma tão sutil a ponto de ser naturalizada. Com isso, desde pequenos os meninos já carregam a carga do que se espera deles no futuro; ouvindo frases como “homem não chora”, “aja como um homem”, “parece mulherzinha”, “filho meu tem que ser pegador” etc., gerando, em diversos casos, a partir da criação, identidades cristalizadas e “doentias” que culminarão em masculinidades tóxicas ao longo da vida.

Das críticas à emancipação feminina

Ainda hoje continuamos a ver sinais da estrutura patriarcal na sociedade, porém, com menos força devido ao espaço que as mulheres vieram conquistando ao longo dos anos através dos movimentos feministas, que se concretizam a partir do final do século XIX e começo do XX. De início, elas lutaram por direitos fundamentais que os homens já possuíam, tais como o acesso ao mercado de trabalho, voto e educação, passando para a construção de uma literatura feminina, com grandes obras que ampliaram ainda mais a luta e as reflexões acerca das desigualdades vividas pelas mulheres (CUNHA, 2012).

Judith Butler e Simone de Beauvoir impulsionaram grandes avanços no campo, levantando problemáticas sobre gênero (LOURO, 2003). Há uma aposta na desvinculação de comportamentos antes pré-estabelecidos para cada sexo, deixando de ser algo dado, e natural, e passando a ser visto como uma construção social, conforme Bourdieu e Kuhner (2012) escrevem posteriormente. Com a difusão e a aceitação dessas teorias os antigos escritos, onde a diferenciação biológica definia os comportamentos, justificando a dominação da sociedade pelos homens, perdem sua validade, abrindo espaço a uma maior igualdade social entre homens e mulheres, e colocam em pauta o tradicional modelo de sociedade marcadamente masculino, provocando um amplo processo de desconstrução e reorganização de papéis e identidades de mulheres e homens no meio social (SANTOS, 2010).

As lutas continuaram se expandindo para diferentes áreas onde havia repressão. Inúmeras obras foram escritas, após a década de 1970, sobre os mais diversos temas, como a liberação do corpo feminino, ainda muito controlado sexualmente, denúncias de desigualdade, violência etc. (CUNHA, 2012). No

entanto, apesar de antiga, a discussão ainda anda a passos lentos, já que no Brasil, somente em 2006, houve a aprovação de uma Lei que promovesse algum tipo de respaldo a mulheres violentadas, a denominada Lei Maria da Penha (BRASIL, 2006), deixando claro que o tema está longe de seu ponto aceitável, e que ainda há muito a se fazer.

A crise subjetiva do Homem contemporâneo

Ao contrário do que se percebe no imaginário social, Badinter (1993) escreve que a crise da masculinidade não começou na contemporaneidade, mas sim nos séculos XVII e XVIII, após mulheres francesas e inglesas questionarem o papel do homem na sociedade. Em contrapartida, Nolasco (1993) não vê uma relação tão direta entre esses movimentos; ele discorda das generalizações em relação ao ódio dirigido às mulheres e ao desejo masculino de sempre ocupar o lugar dominante, feitas por algumas autoras feministas, como Germaine Greir e Simone de Beauvoir, que escreveram, por diversas vezes, em tons ásperos, em relação aos homens, sendo, para a época, escritos de grande importância na luta feminista, mas que a longo prazo tem contribuído para gerar uma guerra paralela entre os sexos, colocando um como inimigo do outro, quando a pauta, na verdade, deveria ser a busca por igualdade e respeito. O autor expõe, ainda, a existência, na época de sua publicação, de 121 grupos de homens no ocidente que faziam reflexões sobre a masculinidade. Para ele:

As semelhanças existentes entre os grupos são percebidas por meio do compromisso que ambos têm para identificar a condição de opressão a que estão submetidos os indivíduos e a conseqüente tentativa de desarticulá-la. Estes movimentos têm características e dinâmicas próprias, seria um equívoco igualá-los, se o que eles buscam é uma diferenciação, pelo menos em tese, dos modelos sociais autoritários. (NOLASCO, 1993, p.20-21)

Portanto, o movimento feminista seria para os homens uma referência na qual se faria reflexões acerca dos atravessamentos do assunto, e não um ponto de partida para a mobilização iniciada por eles.

Na contemporaneidade, as mudanças sociais que as mulheres conquistam levam os homens a pensarem mais sobre suas identidades; afinal, o controle simbólico ao qual elas eram submetidas vai se desfazendo e eles são levados a reflexões ainda mais profundas sobre o que é ser homem, abrindo espaço para a formação de uma nova identidade masculina, fazendo com que e o antigo homem que o tempo todo precisava afirmar sua identidade viril, violenta e dominadora agora tenha espaço para começar a ser ele mesmo, expondo

sentimentos, fragilidades e medos (SANTOS, 2010).

O movimento feminista colaborou para a transformaçãoda concepção de masculinidade na vida de muitos; a sociedade passou a aceitar deste novo homem comportamentos que antes seriam atacados por comentários machistas,que os esquadriariam nas categorias estereotipadas de “mariquinha”, “baitola” ou “viado”; essa nova concepção trouxe, ainda, uma série de novas cobranças, como a satisfação afetiva e sexual de sua parceira na conjugalidade, uma paternidade mais participativa e um maior cuidado com a saúde ea autoimagem etc. (SILVA, 2006).

Ainda assim, grande parte dos homens mantém sintomas de uma masculinidade toxica, que os impede de abandonar os comportamentos que antes os definia e abraçar novas possibilidades de existência. As altas taxas de feminicídios evidenciam que muitos desses homens não só não se desprenderam da personalidade cristalizada, como também não aceitam perder o antigo espaço de domínio e da esfera pública para elas, sentindo-se ameaçados, e resolvendo tal conflito da forma como muitas vezes são ensinados desde pequenos, utilizando-se de violência (SANTOS, 2010).

A Psicologia positiva: Qualidade de vida e bem-estar

A qualidade de vida vem sendo estudada ao longo do tempo por diversas áreas da ciência. Sua abordagem se dá basicamente a partir de dois pontos de vista: objetivo e subjetivo. O bem-estar objetivo é investigado pela economia, entre outras ciências, abordando questões como a produção de bens e riquezas pelas comunidades, tendo ainda o aporte das ciências sociais, que agregam estudos relacionados a expectativa de vida, desigualdades na distribuição de recursos, respeito aos direitos humanos, taxas de criminalidade etc. (GIACOMONI, 2014).

Os estudos sobre o bem-estar subjetivo, por outro lado, vêm atraindo crescente interesse no campo da psicologia, nas últimas décadas, e ao contrário dos estudos quantitativos do bem-estar objetivo, eles avaliam aspectos percebidos principalmente pelos próprios sujeitos, focalizando como os fatores externos influenciam nessas avaliações. Há dois grandes grupos opostos de teorias a respeito do assunto, denominados de *botton-up* e *top-down*;o primeiro grupo compartilha da ideia de que a satisfação de necessidades humanas comuns e básicas dão suporte a felicidade, enquanto o segundo defende que existe uma propensão positiva ou negativa na interpretação dos fatos vivenciais, e essa tendência influencia os indivíduos na avaliação subjetiva de suas vidas (GIACOMONI, 2014).

Atualmente, uma das teorias mais difundidas no estudo do bem-estar é a proposta pelo psicólogo

e pesquisador norte americano Martin Seligman, fundador da denominada Psicologia Positiva, que surge no final do século XX e une aspectos avaliados por ambos os grupos teóricos citados anteriormente. O autor argumenta que a psicologia passou tempo demais focando apenas no lado negativo e nas patologias do ser humano, o que proporcionou um conhecimento profundo dos transtornos mentais, mas deixou de lado estudos que explorassem a felicidade, emoções positivas, forças e virtudes humanas, concluindo ser necessário o desenvolvimento de estudos que contrabalancem essa discrepância, direcionando, então, suas pesquisas para os aspectos positivos da vida (SELIGMAN, 2002).

No início de seus estudos Seligman e sua equipe elaboraram um manual com vinte e quatro adjetivos, denominados de forças de caráter. Sua intenção era a de fazer algo oposto ao Manual de Diagnóstico e Estatística de Desordens Mentais (DSM), reunindo não transtornos, mas virtudes humanas. Os critérios que levaram a escolha dessas vinte e quatro forças foram: que elas fossem valorizadas nas maiorias das culturas, fossem valorizadas pelo que são, e não como meios para atingir outros fins, e que fossem maleáveis. Ao final, foram definidos seis grupos com quatro forças cada, sendo eles: sabedoria e conhecimento; coragem; amor e humanidade; justiça; moderação; espiritualidade e transcendência. Nesse primeiro momento, a psicologia positiva teve como tema central de sua teoria o estudo da felicidade, sendo esta formada pelos aspectos: emoção positiva, engajamento e sentido (SELIGMAN, 2002).

Seligman, porém, reformula sua teoria ao perceber, segundo ele, que fatores como a conotação da palavra felicidade no meio social, a demasiada importância dada à satisfação com a vida, além da incompletude nos elementos avaliados pelo que são, fariam com que sua teoria enfocasse o tema de forma errônea, passando, então, a considerar o constructo de bem-estar como tema focal de sua abordagem. A composição de tal constructo dá-se pelos elementos: emoção positiva, engajamento, sentido, realização e relacionamentos positivos. Em inglês, as iniciais desses elementos formam a sigla PERMA, que dá nome ao modelo usado na teoria. Os critérios para a escolha desses elementos são: que contribua para a formação do bem-estar; que muitas pessoas o busquem por ele próprio e não para obter outro elemento; e que ele seja definido e mensurado independentemente de outros elementos (SELIGMAN, 2011).A compreensão de tais itens é essencial para a análise proposta no artigo, por isso cada um é abordado brevemente a seguir.

Emoção positiva: deixa a vida mais agradável; emoções como o êxtase, a satisfação, a alegria, a esperança etc., ao contrário de emoções negativas, como ódio e raiva, a pessoa não se sente mal por vivenciá-las. Há várias formas de experimentar uma emoção positiva, tais como recebendo um elogio após

alguma tarefa, tendo conversas agradáveis com família e amigos, professando a fé etc. (SELIGMAN, 2011).

Engajamento: está relacionado com o conceito de “estado de fluxo”, proposto pelo psicólogo Mihaly Csikszentmihalyi, que pode ser resumido como um profundo estado de concentração numa atividade prazerosa, de tal forma que não se nota o passar do tempo ou os acontecimentos ao redor. Nos estudos com pessoas que experienciaram este estado, alguns componentes foram unânimes; são eles: a tarefa realizada os desafiava e exigia habilidades; havia concentração e clareza dos objetos envolvidos; o retorno era imediato; o envolvimento era natural e intenso; e havia senso de controle da atividade, falta de consciência do “eu” e a sensação de que o tempo parou. Vivenciar este estado de fluxo traria uma elevação dos níveis temporários de felicidade e de sensação de bem-estar, sendo proposto, então, que as pessoas busquem experienciá-los no dia a dia em suas tarefas, utilizando suas forças de caráter como base para alcançar este engajamento (SELIGMAN, 2002).

Sentido: definido como “pertencer e servir a algo que se acredita ser maior do que o eu” (SELIGMAN, 2011, p.24). A palavra sentido aqui não se refere à percepção ou a uma fala coerente, mas a um propósito ou crença em algo superior, que nos faria persistir em alguma atividade por acreditar que aquilo é parte de um propósito de vida. Como exemplo, podemos citar uma pessoa que dedica boa parte de sua vida a uma causa social, entendendo que algo maior que ela a impulsiona para tal, não sendo simplesmente uma escolha consciente, mas algo que é intrínseco a sua personalidade (SELIGMAN, 2011).

Realização: o que as pessoas buscam fazer por ela mesma, e não pelo que receberão em troca; em outras palavras, é fazer aquilo de que se gosta, independentemente do resultado. Seligman usa o exemplo de pessoas que jogam bridge somente pelo prazer de praticar; e ressalta que aquelas que jogam unicamente pelo prazer do jogo sentem emoções positivas ao final das partidas, independente de seus resultados, enquanto aqueles que jogam em busca da vitória sentem-se frustrados e experienciam emoções negativas ao perderem.

Relacionamentos positivos: os seres humanos são seres sociais e os bons momentos de que as pessoas mais frequentemente se recordam são sempre permeados por outras pessoas. Estes relacionamentos são capazes de gerar emoções positivas, como alegria, gratidão e satisfação, e contribuir, juntamente com os outros elementos, para o aumento do bem-estar e, conseqüentemente, do florescimento (SELIGMAN, 2011).

Cada um desses cinco itens é responsável pelo florescer – ou florescimento –, que Seligman (2011) propõe como o objetivo amplo e atual da psicologia positiva. Florescer envolve alcançar níveis mais altos

de bem-estar através da elevação dos níveis individuais de cada elemento. Dessa forma, a Psicologia Positiva propõe a combinação dos cinco itens dispostos no modelo PERMA, aplicados a uma vida que os inclua de forma autêntica, e não mecanizada, para o alcance de felicidade.

Os impactos da masculinidade tóxica no bem-estar do Homem contemporâneo

Seguindo cada um dos itens do modelo PERMA, analisamos de que forma a masculinidade tóxica impacta o homem contemporâneo na experiência de bem-estar e florescimento.

Partindo do contexto histórico apresentado, é possível notar que o homem sempre recebeu estímulos para conter suas emoções e, por vezes, expressar emoções negativas, e poucos foram os momentos em que as *emoções positivas* fizeram parte de sua educação sobre como ser homem. Os traços construídos de competitividade, agressividade e liderança certamente fazem com que ele experimente satisfação e alegria quando alcança uma vitória a qual almejava ou quando sua masculinidade é reafirmada. No entanto, acredita-se que em boa parte desses momentos a alegria e a satisfação vivenciadas por ele se deu à custa do sofrimento de alguém.

A emoção positiva seria, então, experimentada por esse homem, sobretudo, em momentos onde ele pôde se reafirmar como macho dominador, não sendo, porém, estes os únicos momentos nos quais ele a experimenta, mas supostamente os que mais acontecem. Ainda que o homem consiga sentir emoções positivas mantendo uma postura masculina tóxica, é provável que os que vivenciam masculinidades saudáveis consigam ter doses mais altas de emoções positivas do que ele, não por predisposição biológica, mas pela liberdade em expressar suas emoções, ainda que isto não seja percebido pelos homens ao se avaliarem.

O *engajamento*, em um primeiro momento, parece não ser tão afetado negativamente pela toxidade dessas masculinidades quanto as emoções positivas. Por serem estimulados à competitividade e à objetividade, estes homens podem vivenciar o processo de mergulhar em uma atividade prazerosa com mais afinco do que outros; no entanto, a necessidade de desenvolver determinadas forças de caráter, como a coragem e bravura, e subjugar forças como a apreciação da beleza e a bondade, pode levar estes sujeitos a se distanciarem da autenticidade de suas personalidades, fazendo com que suas principais forças não sejam colocadas à disposição da realização de tarefas que poderiam ser mais prazerosas em seu dia a dia.

Com as mudanças ocorridas nos papéis sociais ao longo das últimas décadas do século XX e início do

XXI, o *sentido*, terceiro constructo do sistema PERMA, sofreu grande impacto não só para os homens que ainda se prendem a personalidades rígidas como, também, no geral. O sentido maior da vida de muitos homens se perdeu quando a figura de único provedor da família se desfez a partir da saída das mulheres para o mercado de trabalho, gerando uma crise da masculinidade que está posta no homem contemporâneo. Tal crise os leva a polarização entre a busca e a aceitação de novos sentidos e possibilidades de existência que abarquem características antes não permitidas e eles ou a vivência de um sofrimento psíquico expresso, principalmente, através da alta taxa mundial de feminicídios, onde a figura masculina se torna opressora da feminina, sem se dar conta que é, antes de tudo, oprimido por sua própria personalidade e construção social.

A *realização* pode ser vivenciada de forma autêntica em qualquer atividade, desde que ela seja executada pela experiência da realização em si, e não por algo que ela proporcione, sendo, assim, passível de ser experienciada por estes homens; porém, é possível perceber que diversas ações executadas pelos homens visam alcançar alguma vantagem como resultada investida ou, simplesmente, servem para reafirmação dessas masculinidades. O relacionamento sexual, por exemplo, pode ser uma atividade que propicia a realização; no entanto, algumas vezes, o homem não se permite se desvincular da necessidade de satisfação individual, ou de reafirmação impositiva de sua masculinidade, para dar prazer a sua parceira, associando a relação sexual, quase que exclusivamente, ao ato de penetração, excluindo outras possibilidades de obtenção de emoções positivas para além da prática sexual genital (ARAÚJO, 2005).

Quinto e último constructo do sistema PERMA, os *relacionamentos positivos* são evidentemente bastante afetados pela masculinidade tóxica. Seligman (2011) defende que os seres humanos precisam viver em sociedade e que bons relacionamentos, sejam eles de amizade, familiares ou conjugais ajudam na elevação do bem-estar. Nos séculos passados, quando o homem dominava a sociedade e a identidade masculina era rígida, seria comum que posturas carinhosas ou flexíveis não fossem muito esperadas ou cultivadas entre eles; hoje, porém, essas características são cobradas diariamente dos homens, seja na relação conjugal, familiar, profissional etc. O antigo homem, ríspido e autoritário, já não agrada mais aqueles que convivem com ele, exigindo destes sujeitos uma postura mais amigável e receptiva, além de uma maior sensibilidade e participação em ambientes antes não bem aceitos para eles.

Pode-se citar a paternidade contemporânea como um grande exemplo onde o homem, arraigado aos antigos valores de masculinidade, sofre um grande impacto em seus relacionamentos positivos. Segundo Corneau

(1991), a ausência afetiva e o aumento do número de famílias monoparentais, que levou também a ausência física da figura paterna, trouxe à tona uma geração de homens fragilizados, que ao buscarem no pai uma figura de identificação, ora se decepcionavam com um pai ríspido, que gerava neles repulsa, ora se deparavam com a ausência total deste pai, impossibilitando sua identificação e gerando, por vezes, conflitos posteriores em diversas áreas, como a sexualidade, a aprendizagem, a fraqueza de temperamento etc.

Em consequência, o pai contemporâneo sente maior necessidade de envolver-se com seus filhos, buscando maior contato físico e afetivo (SUTTER; BUCHER-MALUSCHKE, 2008), mesmo que tal postura ainda seja vista, por grande parte da sociedade, como algo avesso a figura masculina. Prender-se a antiga identidade tóxica levaria estes homens, então, a deixarem de vivenciar esta nova possibilidade de relacionamentos afetivos com seus filhos, além de continuarem a contribuir para a geração de filhos fragilizados psicologicamente.

Considerações finais

Nota-se que, apesar de todas as mudanças sociais contemporâneas, das discussões midiáticas e das leis punitivas ao comportamento tóxico masculino, muitos homens ainda adotam o modelo hegemônico de identidade masculina que os aprisiona em uma subjetividade previamente construída. Eles não só levam sofrimento psíquico para aqueles que os cercam, como também sofrem e tem perdas significativas em seu bem-estar.

Os estudos em psicologia positiva se preocupam em descrever o que as pessoas fazem para obter bem-estar, e não prescrever regras de conduta. Assim, as investigações em torno do assunto têm sido desenvolvidas a partir, não da simples substituição de “comportamentos desajustados” por “comportamentos esperados” para a obtenção de bem-estar, mas sim analisando cada caso em suas peculiaridades e incluindo formas autênticas de se estar no mundo para a obtenção do florescimento, usando como principais ferramentas as falas de problematização.

Acreditamos que a problemática do machismo deve ser discutida por homens que se percebem como atores neste cenário, visto que muitos ainda não atentaram para o mal que fazem a sociedade e a eles mesmos. Com as conquistas do feminismo, as mulheres se tornam a cada dia mais empoderadas e autossuficientes, enquanto muitos homens ainda insistem em manter-se em um lugar que já não deveriam ocupar mais, aumentando os índices de violência e deixando de viver uma vida prazerosa.

Conclui-se, por fim, quanto a necessidade de

realização de pesquisas, como, por exemplo, a fim de se ouvir desses sujeitos quais são as suas próprias percepções acerca do assunto ou para verificar as discrepâncias entre as suas falas e os dados observados, tendo em vista uma avaliação a ser feita a partir de uma tomada de consciência, por parte desses homens, da problemática que os rodeia. Além disso, sugere-se estudos que avaliem o campo feminino a respeito da mesma problemática, dado que também as mulheres, inseridas nesse mesmo contexto social, que as constrói de forma idealizada, podem ter perdas significativas em seu bem-estar da mesma forma que os homens.

Notas

1. Izquierdo (apud CARLOTO, 2001, p.201) se refere ao gênero como uma construção cultural, relativa a um modelo de comportamento que se impõe às pessoas em função do seu sexo.

Referências

ARAÚJO, Maria Luíza Macedo de. Por que elas fingem o prazer? **Revista Brasileira de Sexualidade Humana**, v. 16, n. 1, p. 67-72, 2005.

BADINTER, Elisabeth. **XY**: sobre a identidade masculina. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1993.

BOURDIEU, Pierre; KUHNER, Maria Helena. **A dominação masculina**. 11. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2012.

BRASIL. Lei Nº 11.340 de 7 de agosto de 2006. Lei Maria da Penha. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**, Brasília, DF, 7 dez. 2006.

CARLOTO, Cássia Maria. O conceito de gênero e sua importância para a análise das relações sociais. **Serv. Soc. Rev.**, Londrina, v. 3, n. 2, p. 201-213, jan./jun. 2001.

CORNEAU, Guy. **Pai ausente filho carente**: o que aconteceu com os homens? São Paulo: Brasiliense, 1991.

CUNHA, Paula Cristina Ribeiro da Rocha de Moraes. Da crítica feminista e a escritafeminina. **Revista Criação & Crítica**, n. 8, p. 1-11, 15 abr. 2012.

GIACOMONI, Claudia Hofheinz. Bem-estar subjetivo: em busca da qualidade de vida. **Temas psicol.**, Ribeirão Preto, v. 12, n. 1, p. 43-50, jun., 2004.

IBDFAM. Instituto Brasileiro de Direito de Família. Assessoria de Comunicação. Grupos reflexivos e o trabalho de reabilitação com autores de violência doméstica. Belo Horizonte, mar. 2018. Disponível em: <http://www.ibdfam.org.br/noticias/6564/Grupos+reflexivos+e+o+trabalho+de+reabilita%C3%A7%C3%A3o+com+autores+de+viol%C3%Aancia+dom%C3%A9stica>. Acesso em: 07 mai. 2019.

LAQUEUR, Thomas. Inventando o sexo: corpo e gênero dos gregos a Freud. Rio de Janeiro: Relume Dumará, 2001.

LOURO, Guacira Lopes. Gênero, sexualidade e educação: uma perspectiva pós-estruturalista. 6. ed. Petrópolis: Vozes, 2003.

NOLASCO, Sócrates. **O mito da masculinidade**. 2. ed. Rio de Janeiro: Rocco, 1993.

RÁDIO GLOBO. **Os números do feminicídio do mundo**: seis mulheres morrem a cada hora vítimas do crime cometido por conhecidos. Rádio Globo. Rio de Janeiro, 29 nov. 2018. Disponível em: <http://radioglobo.globo.com/media/audio/229601/os-numeros-do-femicidio-no-mundo-seis-mulheres-m.htm>. Acesso em: 24 jan. 2019.

SANTOS, Simone Cabral Marinho dos. O modelo predominante de masculinidade em questão. **Rev. Pol. Públ.**, São Luís, v. 14, n. 1, p.59-65,

jan./jun., 2010.

SELIGMAN, Martin P. **Felicidade autêntica**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2002. (Edição Digital).

SELIGMAN, Martin P. **Florescer**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011. (Edição Digital).

SILVA, Sergio Gomes da. A crise da masculinidade: uma crítica à identidade de gênero e à literatura masculinista. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília, v. 26, n. 1, p. 118-131, mar., 2006.

SUTTER, Christina; BUCHER-MALUSCHKE, Júlia Sursis Nobre Ferro. Pais que cuidam dos filhos: a vivência masculina da paternidade participativa. **Psico**. Rio Grande do Sul, v. 39, n. 1, p. 74-82, jan/mar. 2008.

WASELFSZ, Julio Jacobo. **Mapa da violência 2006**: homicídios por arma de fogo no Brasil. Flacso Brasil. Brasil: s. l, 2016. Disponível em: https://www.mapadaviolencia.org.br/pdf2016/Mapa2016_armas_web.pdf. Acesso em: 24 jan. 2019.