

Das consequências psicológicas do Terramoto de 1755 em Lisboa a uma abordagem psico-histórica positiva e integradora

A positive and integrative psycho-historical approach based on the psychological consequences of the Lisbon earthquake of 1755

Luis Miguel Neto, Helena Águeda Marujo

Resumo

A tese fundamental definida neste artigo diz respeito às consequências do terramoto de 1755 em Lisboa sobre o ‘carácter nacional’ português. Os ‘característicos’ e intrínsecos pessimismo, tristeza e apatia mostrados pelos portugueses terão assim, por hipótese, um fundamento histórico definido. Este tema é perspectivado em função do material empírico de natureza histórica e dos resultados regularmente reportados sobre o bem estar subjetivo e felicidade dos portugueses em estudos e investigações pontuais, bases de dados, e em estudos de reflexão filosófica, jornalística ou novelística. O modelo que torna inteligíveis e comparáveis materiais da história sociológica e psicológica, o ‘Inquérito Reflexivo’, é derivado do Coordinated Management of Meaning. Algumas das conclusões e estratégias decorrentes da literatura da Psicologia Positiva e do estudo do bem-estar, particularmente do modelo de Ryff, são listadas como fundamentação de uma dimensão crítica e corretiva da “falsa consciência” ainda viva em Portugal, porém velha de 300 anos.

Palavras-chave

Psico-história; Bem-estar Psicológico; Padrões repetitivos; Psicologia positiva; carácter nacional.

Abstract

The main thesis of this chapter concerns the consequences of the Lisbon's 1755 earthquake on the national Portuguese character. This moment in History helps to make sense to the sadness, pessimism and apathy generally attributed to the Portuguese national character. In order to obtain a scientific and critical view on the subject diverse types of empirical material are taken in consideration, besides history narratives and accounts, namely data from

Luis Miguel Neto

Universidade Técnica de Lisboa

Professor do Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas da Universidade de Lisboa. Doutor em Educação, especialidade de Terapia familiar, pela Universidade de Massachusetts, USA. Membro do Board of Directors da International Positive Psychology Association. Membro da Comissão Científica da Associação Portuguesa de Estudos e Intervenção em Psicologia Positiva.

lneto@iscsp.ulisboa.pt

Helena Águeda Marujo

Universidade de Lisboa

Professora do Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas da Universidade de Lisboa. Doutora em Psicologia pela Universidade de Lisboa. Membro do Board of Directors da International Positive Psychology Association. Representante Português na Rede Ibero-Americana de Psicologia Positiva. Membro da Comissão Científica da Associação Portuguesa de Estudos e Intervenção em Psicologia Positiva.

hmarujo@iscsp.utl.pt

subjective well being research, philosophical inquiries and journalism pieces, as well as novels and romances about the issue. The Coordinated Management of Meaning model, a base for Christine Oliver's 'Reflexive Inquiry', made it possible to compare empirical material of different nature. Some conclusions and strategies are taken from well-being models and Positive Psychology, in particular Carol Ryff's model, in order to intervene and rethink the 300 years old, but still very lively, Portuguese "false consciousness".

Keywords

Psycho-history; Subjective Well-being; Repetitive patterns; Positive Psychology; national character.

- Que doutrina horrível! , digo para mim, guardando o jornal no bolso, e recorro Alcácer-Quibir e o rei D. Sebastião, o terramoto desta cidade de Lisboa, D. Pedro V, o Hamlet português e o seu mestre Herculano, cujo soberbo túmulo contemplei esta mesma tarde nos Jerónimos e, por último, torna a surgir diante de mim o enigmático e triste sorriso de Eça de Queiroz.

Entretanto vai e vem a gente desta cidade cosmopolita; parece contente, ri, gesticula, corre para os seus negócios ou para as suas distrações. E um observador satisfeito poderia dizer ao vê-los:

" Este é um povo como todos os outros; aqui não acontece nada."

E, não obstante, o povo desta terra, Portugal, é um povo triste.

Sim, é um povo triste. E daqui resulta o encanto que tem para alguns, apesar da evidente trivialidade das suas manifestações exteriores.

[...]

Portugal é um povo de suicidas, talvez um povo suicida.

(UNAMUNO, 2006, pp. 72-73)

Introdução

A investigação científica recente nas áreas dos estudos da felicidade e bem estar tem vindo a evidenciar de forma bastante inequívoca, sobretudo quando se confrontam resultados internacionais, que Portugal é um país de pessoas ‘tristes’, quando comparado com nações numa situação política, histórica cultural e geográfica equivalente (cfr. Instituto da Felicidade Portugal; *World Happiness Database*; *Happiness World Report*; *Gallup International*; *New Economics Foundation/Happy Planet Index*; *World e European Values Survey*, *Better Life Index* da OCDE, etc.). De entre os diferentes indicadores gerais de felicidade sobressai aquele reportado pelo *World Happiness Database* que, integrando diferentes estudos sobre o tema, indica um valor de 6 numa escala de 0 a 10 para os cidadãos portugueses desde os anos de 1980 (VEENHOVEN, 2012a), ou salienta valores substancialmente mais baixos para Portugal quando em comparação com o Brasil (num dos últimos relatórios emerge um valor médio de felicidade de 5.7 em Portugal, e de 7.5 no Brasil) (VEENHOVEN, 2012b). Este dado mostra que não será o aspecto formal da língua em si a responsável pela diferença, como refere o próprio Veenhoven (2012b), indiciando antes, a nosso ver, gramáticas profundas associadas a processos de construção social, culturais e históricos.

Corrobora também os resultados referidos toda uma longa linha de reflexão e análise do carácter português elaborada, tanto por pensadores nacionais, como estrangeiros. Contemporaneamente, incluem-se no primeiro caso *O Labirinto da Saudade: Psicanálise Mítica do Destino Português*, de Eduardo Lourenço, com uma perspetiva de fatalismo histórico (1992), *Portugal e o Medo de Existir* de José Gil (1992), analisando a mentalidade nacional, e de Miguel de Unamuno na emblemática obra *Por Tierras de Portugal* (escrito em 1911, e com inúmeras reedições espanholas, como a de 2006), em que descreve a sombria aura dos poetas, escritores e artistas nacionais, com a sua profunda tristeza desamparada. Com efeito, já no século XIX a elite dos intelectuais portugueses possuía uma consciência sofrida da realidade e identidade nacionais. O grupo que integrou Antero de

Quental, Manuel Laranjeira e outros, muitos dos quais se suicidaram, foi auto designado como ‘Vencidos da Vida’.

O carácter nacional português é também objecto de alguma ficção novelística em obras como *Stuart Fraser* de Hélia Correia, *Os mensageiros secundários* de Clara Pinto Correia e, mais recentemente, o *Índice Médio de Felicidade* de David Machado. Toda esta literatura, que pode ser considerada, sem dificuldade, um género literário, ou nos escritos do nacional-pessimismo, tem a sua origem, primeiro num poema publicado anonimamente em Paris em Dezembro de 1755 e que, depois, se transformou num texto incontornável para entender o pensamento ocidental coincidente com a modernidade, isto é, os últimos 300 anos. Referimo-nos ao *Cândido*, o *Otimista*, de Voltaire.

Mais recentemente, acresce à recolha científica de dados sobre a felicidade e bem estar dos portugueses, e à reflexão filosófica ou ensaística, o interesse jornalístico sobre o assunto, catapultado pela abordagem do tema da felicidade nos media internacionais. Particularmente recorrente a este título, situa-se a referência à adopção pelo Butão da felicidade dos cidadãos como um dever do estado e consequente uso da ‘Felicidade Interna Bruta’ (FIB) como complemento do PIB (Burns, 2013). Outras abordagens jornalísticas ou meio jornalísticas, incluindo a *Geografia da Felicidade* (*The Geography of Bliss*, de Eric Weiner), criaram também um estilo e género de natureza, diríamos, especulativa, usando o sentido literal do termo, no qual as recorrentes questões que se colocam são:

“Mas quem somos nós, afinal? Qual a nossa natureza e carácter? Qual a viabilidade do futuro coletivo?”

Contudo, quer os ensaios e análises referidos, quer materiais empíricos como inquéritos e entrevistas, apontam para respostas a estas perguntas que evidenciam muita variabilidade.

Estudos científicos mais pormenorizados, incluindo a observação crítica das circunstâncias nacionais recentes, e a consideração dos dados de investigação respeitantes a Portugal oriundos de estudos internacionais como os já atrás referidos, acessíveis em bases de dados sobre felicidade sobre bem-estar ou valores sociais, apontam para uma realidade que ultrapassa as conclusões dos ‘estudos’ pontuais e circunstanciais, jornalísticos, ensaísticos ou de apressadas sondagens.

Este alargamento da extensão dos materiais empíricos recolhidos, condição *sine qua non* de uma abordagem científica de facto, e não apenas de aparência, perante a reflexão sobre eles efectuada induzem necessariamente à consideração sobre a ligação orgânica entre pessimismo e otimismo dos portugueses, ou, como referido nalguma literatura de investigação nacional, ao ‘otimismo paradoxal’ (LOPES, 2008).

Iremos considerar a abordagem deste ‘otimismo paradoxal’ como um traço organizador da personalidade colectiva portuguesa, e como constituinte fundamental do ‘carácter nacional’ cuja matriz decorre diretamente, pensamos, apesar do tempo decorrido, do Terramoto de Lisboa de 1755.

Para isso, iremos conjugar a utilização de um derivado do modelo de gestão coordenada do sentido (PEARCE; CRONEN, 1980), o inquérito reflexivo de Christine Oliver (OLIVER *et al.*, 2003; OLIVER, 2005), este último tendo em conta, particularmente, o esquema analítico ‘*strange loop*’, ou padrão repetitivo paradoxal indesejável. Este procedimento analítico permitir-nos-á funcionar como uma espécie de ‘Pedra da Roseta’, o célebre achado arqueológico que permitiu a tradução entre os hieróglifos do antigo

Egito e o grego clássico possibilitando, assim uma compreensão e inteligibilidade de uma realidade histórica ignorada até ao século XIX.

De forma análoga iremos considerar materiais empíricos de natureza histórica, particularmente os oriundos da obra de Edward Paice (2008), *The Wrath of God*, com a reflexão filosófica de Susan Neiman (2002) em particular na sua tese em *Evil in Modern Thought*, sobre a importância de uma história alternativa do pensamento ocidental com base na consideração do Mal natural e humano como categorias filosóficas. Por último, abordaremos os materiais já referidos, de estudos nacionais e internacionais, sobre bem-estar e felicidade da jovem disciplina denominada Psicologia Positiva, bem como estratégias reeducativas que a ele se podem fazer reportar.

No âmbito da Psicologia Positiva, e decorrente da explicitação da relação orgânica entre pessimismo e otimismo no ‘carácter nacional português’, propõe-se a consideração de um conceito filosófico pré-socrático ausente daquela literatura, mas que julgamos essencial associar às conhecidas ‘dimensões paradigmáticas’ da Psicologia Positiva, a *eudaimonia* e o *hedonismo*. Trata-se do conceito de *oikeiosis*, propondo-se aqui a sua associação às seis dimensões do modelo de Carol Ryff (RYFF, 1989; RYFF; KEYS, 1995), como fundamentos de uma “reeducação” do referido carácter nacional, de uma forma criativa, crítica e fundamentada.

O estudo do ‘carácter nacional’ português e o ‘otimismo paradoxal’ como decorrentes do terramoto de 1755

Já Immanuel Kant (1961 [2003], p. 12) aborda o tema do carácter nacional quando, a propósito da sua reflexão sobre os sentimentos subtis do Belo e do Sublime, destaca características nacionais específicas em algumas nações e culturas do século XVIII:

Os italianos possuem um forte sentimento do Belo misturado com algo de Sublime. Os franceses possuem em particular um sentimento do Belo mas com o acrescento do alegre Sublime. O sentimento dos alemães consiste numa mistura quase exatamente igual de Belo e Sublime, dado que são muito preocupados com as aparências exteriores. O sentimento de nobre Sublime é característico dos ingleses cujas ações são guiadas por princípios e não por impulsos. Com os cruéis autos da fé e cruentas conquistas os espanhóis possuem um sentimento de Sublime do terrível. Os holandeses não possuem gostos diferenciados uma vez que só se ocupam com o que é útil. Os árabes são como os espanhóis, e os japoneses são os ingleses do oriente. A Índia e a China mostram amor pelo sublime grotesco. Os africanos não possuem sentimentos subtis. Os norte americanos, porém, possuem um sentimento do sublime, na medida em que são dados à aventura, honra, verdade, orgulho, bravura e valor.

Nesta tipologia proposta por Kant, com aquilo que é próprio de uma análise filosófica do século XVIII, não se explicita a nação portuguesa, apesar da data de publicação da obra 1764 ser apenas 9 anos posterior ao terramoto de Lisboa, o qual provocou em Kant e em toda a Europa pensante, uma mudança de paradigma. Essa mudança foi o distanciamento da tese de Leibniz de vivermos no ‘melhor dos mundos possíveis’ (*apud* FRANKLIN, 2003), em direção à consideração jocosa e irónica de Voltaire (1756, 1759) sobre o otimismo incluída no *Cândido*. Inclusivamente, o jovem Kant publicou 3 ensaios sobre o terramoto de 1755, que se vieram a constituir como os ensaios fundadores da geologia e sismologia alemãs. Talvez a miseração com a situação catastrófica portuguesa tenha levado a esta

omissão. Ainda assim, este autor não deixa de apontar o carácter cruel dos procedimentos dos sentenciados nos autos de fé e a ferocidade própria dos dois países ibéricos durante a época colonial relativamente às populações locais. Nos países Ibéricos a história das descobertas e conquistas terá feito eclipsar a dimensão do Belo, dando lugar a uma dimensão de Terror e terrível: o sentimento prevalecente perante o mar imprevisível, a 'terra ignota', as gentes desconhecidas, marcando o carácter destas nações. O subtil sentimento do sublime como sentimento mais elevado aparece, segundo Kant e para os cidadãos da Ibéria, como intrinsecamente associado ao terrível.

Às observações de Kant e sua decorrente proposta de tipologia acima referida, haveria que acrescentar a Teoria dos Sentimentos Morais de um outro autor fundamental do mesmo século, Adam Smith. Smith foi uma figura central do iluminismo escocês e a sua obra é tomada habitualmente como ponto de partida da Economia como abordagem científica. Embora, ao invés de Kant, não conste que o terramoto de Lisboa de 1755 tenha influenciado Smith, destaca-se a sua consideração dos sentimentos de '*fellow-feeling*', habitualmente traduzido como simpatia, ou empatia (cfr. L. Bruni no texto inicial deste número temático, em referência à obra de Smith *Theory of Moral Sentiments*, 1976).

Embora oriundos de tradições de pensamento distintas, quer parecer-nos que, para bem entender o carácter nacional português e o seu 'otimismo paradoxal', haverá que considerar a predisposição para encontrar a beleza e o sublime - diríamos, espiritual - intrinsecamente associados ao terrível, como referido por Kant, em simultâneo com uma tendência permanente ou mesmo pulsão, relacionada com o *fellow-feeling*, a tal simpatia-empatia que Adam Smith (1976) caracterizava como traço humano genérico e fundamental.

O conceito de carácter nacional encontra também fundamentação na Antropologia contemporânea. Neste âmbito haverá que salientar o trabalho de Gregory Bateson e Margareth Mead (*apud* BATESON, 1972) sobre o tema das particularidades do 'carácter nacional' dos habitantes do Bali, Indonésia. Num conjunto de observações publicado em 1930 no livro *Naven*, os autores especificaram a emergência do *Balinese Character*, a personalidade local, como decorrente da interação mãe-criança, usando pela primeira vez na Antropologia materiais empíricos de tipo fílmico (BATESON, 1972). Estas conclusões abrem também a porta para a consideração de uma abordagem sistémica e multifactorial do tema do carácter nacional.

Para a presente análise do carácter nacional português importa reter o mecanismo de transmissão intergeracional para que aponta a hipótese de Bateson e Mead (BATESON, 1972). A interação mãe-criança, que subtilmente restringe a expressividade emocional do bebé, torna-se normativa na organização social local e, conseqüentemente, perpetua-se ao longo do tempo. Esta hipótese tem interesse de consideração no caso português já que, para além da regulação da função expressiva do comportamento individual, coloca a questão do processo de manutenção de comportamentos ao longo de várias gerações.

Por isso, aqui consideramos que os efeitos do terramoto, ocorridos há mais de 250 anos, permanecem presentes no comportamento dos portugueses contemporâneos. Esta ideia encontra um fundamento paralelo na opinião de um dos 'pais fundadores' da terapia familiar sistémica, o psiquiatra e psicanalista norte americano Murray Bowen (1978) que dizia que para se compreender integralmente um caso de esquizofrenia na atualidade deveríamos conhecer a família da pessoa até chegar aos seus antepassados, viajantes no May Flower. A ideia de que 3 séculos não é afinal muito tempo quando se trata de considerar a identidade profunda de uma pessoa - ou nação - volta assim, de novo, a ser apreciada nas ciências sociais e humanas.

Acresce aqui considerar que, para além da dificuldade em definir e integrar os componentes da noção de ‘carácter nacional’, dado o seu nível de abstracção (BATESON, 1972), nos deparamos ainda com a evolução que as designações dos sentimentos e emoções sofreram nos últimos 3 séculos. Por exemplo, não é inequívoca a tradução do ‘*fellow-feeling*’ referido por Adam Smith, ou do Sublime e do Belo, referidos por Kant, como atrás se viu. Esta constatação segue de perto a teoria da “extinção das emoções” de um dos fundadores do construcionismo social, Rom Harré, particularmente no seu livro de 1984.

Quanto à importância, em si mesma, da circunstância histórica do terramoto de Lisboa de 1755, para além dos já referidos impactos pessoais em Kant e Voltaire que ficaram registados para a posteridade, haverá que referir algumas contribuições atuais com vista ao esclarecimento da magnitude, não apenas física do terramoto – calculada como 9 na escala de Richter –, mas também das suas consequências morais e simbólicas.

Em primeiro lugar, detemo-nos na revisão histórica implicada e já mencionada, a investigação de Susan Neiman (2002), tal como publicada no livro *Evil in Modern Thought, An Alternative History of Philosophy*. A tese de Neiman defende que o dia 1 de Novembro de 1755 marca pelas suas repercussões, de facto, não só o século XVIII mas que, indiretamente, inaugura a modernidade, ao levar à desconstrução da ideia de um universo, que desde Galileu já não tinha a Terra no seu centro mas que, agora, tem também de deixar de poder confiar em Deus.

De entre as consequências indeléveis do terramoto de 1755, destaca-se o combate entre duas posições e discursos: por um lado, o religioso e eclesial, que via no terramoto uma justa punição divina contra a crise moral do império colonial português, particularmente na sua ‘dissoluta’ capital, Lisboa, por outro lado, o discurso agnóstico que conferia ao terramoto uma natureza meramente natural e física, personificado política e pessoalmente pelo Marquês de Pombal, um diplomata educado na ideologia do progresso do século das luzes emergente nessa altura no centro da Europa. Este ‘debate’ terá consequências pragmáticas e políticas importantíssimas, já que, das duas posições, decorriam visões completamente antagónicas para a reconstrução da capital: ou, primeiro, corrigir os comportamentos ‘pecaminosos’, condição de apaziguamento da ‘ira divina’, ou, em alternativa, ‘enterrar os mortos e cuidar dos vivos’, célebre dito do Marquês de Pombal.

Este antagonismo de posições de resolução simples, quando visto há distancia de quase três séculos, complexificou-se na medida em que à posição religiosa, correspondia também uma maior abertura e pacificação no trato com as populações locais de África e, particularmente, do Brasil.

Para o triunfante Pombal as colónias passaram, ainda mais, a ser vistas como uma fonte de receitas para a reconstrução e modernização do país, e as suas populações meros instrumentos dessa política de despotismo esclarecido. Ou seja, em Portugal, o século das Luzes, do Progresso e da Ciência ficará para sempre associado ao sangue e morte no país e nos territórios que à data estavam sob a sua soberania.

A temática dos efeitos do terramoto é também objeto de estudo histórico efectuado por Edward Paice (2008) com o título *Wrath of God, The Great Lisbon Earthquake of 1755*. A obra toma sobretudo em consideração as descrições efectuadas pelos comerciantes e diplomatas ingleses, mas também holandeses e franceses que residiam em Lisboa na data de ocorrência do terramoto.

Hipóteses sobre as sequelas psíquicas do Terramoto de 1755 no carácter nacional português utilizando o modelo do *'strange loop/padrão repetitivo paradoxal indesejável'* de C. Oliver

Destacamos conceptualmente como elemento de análise desta temática um modelo derivado do modelo de Gestão Coordenada do Sentido (*Coordinated Management of Meaning*, ou CMM, de Cronem e Pearce (CRONEN; PEARCE; HARRIS, 1979) ele próprio com origens teóricas no interacionismo simbólico de George Herbert Mead. Característica comum ao modelo original e ao seu derivado, o *strange loop model* (ou em tradução aproximada, *padrão repetitivo paradoxal indesejável*), está a hipótese de que a atribuição de sentidos decorre de uma integração de emoções, comportamentos e atitudes emergentes num contexto de interação e relação entre as pessoas, na e da vida social real. A consideração dos paradoxos comunicacionais e o 'fechamento' dos atores de um dado sistema numa sequência de padrões de comportamentos não desejados resulta, assim, como uma consequência bem para além da vontade das pessoas integrantes do sistema.

Vamos utilizar um modelo de C. Oliver (2005), o Inquérito Reflexivo, incluindo a consideração do esquema de análise *'strange loop'*, como estrutura conceptual fundamental para entender as sequelas do terramoto de 1755 no carácter nacional português e a decorrente identidade coletiva atual.

Uma das primeiras constatações úteis na adoção deste modelo-esquema de análise resulta do pressuposto sobre a 'invisibilidade' entre a relação das duas fases constituintes do padrão – envolvendo sentimentos, atribuição de sentidos, possibilidades de decisão e, inevitavelmente, comportamentos.

Este 'enviesamento sistémico' resulta numa inevitável parcialização e necessária incompletude de percepção do funcionamento das características de um sistema quando se faz parte dele, e é característico de qualquer sistema humano. Ou seja, ainda que estejamos conscientes das causas próximas e materiais dos acontecimentos vividos, das emoções e dos discursos emergentes nessas situações, a percepção da dinâmica sequencial dos sentidos atribuídos nunca é completa, de um ponto de vista sistémico, para os atores desse sistema. Apenas uma fase do padrão sistémico é acessível à consciência desses mesmos atores (cf. Figura 1, Padrão Repetitivo Paradoxal Indesejado, no seu núcleo central obscurecedor da ligação entre as fases 'otimista-positiva' e 'pessimista-negativa' do funcionamento do sistema).

ESQUEMA ANALÍTICO CICLO RECURSIVO PARADOXAL (PEARCE, 2001; PEARCE; CRONEN, 1980; OLIVER ET AL. 2003; OLIVER, 2005):
GÊNESE E MANUTENÇÃO DO 'OTIMISMO PARADOXAL' (LOPES, 2008)



Figura 1

Daí a aparente 'irracionalidade' e carácter paradoxal no funcionamento dos atores do sistema, quando observados na perspectiva de uma 3ª pessoa, ou elemento exterior. A série de padrões repetitivos indesejados pelos participantes de algum modo se evidencia no 'paradoxo do neurótico', tema caro à literatura psicodinâmica, mas agora perspectivado numa ótica sistémica. A 'compulsão' à repetição e a 'irracionalidade' são comuns às duas distintas perspectivas de análise.

Funcionalmente, a sequência de elementos integrados de análise começa com a consideração de um contexto caracterizado pela pressão, ou seja, a vivência fenomenologicamente sentida de uma situação de crise. O discurso é quase inevitavelmente pessimista, as escolhas estão diminuídas, assim como a possibilidade de comportamentos abertos e criativos. Contudo, este 'fechamento', ou diminuição de possibilidades de comportamento e ação irá – paradoxalmente – contribuir para um alívio da pressão sentida naquele contexto. Nesta segunda fase de funcionamento sistémico é habitualmente evocado um discurso otimista, do qual decorrem mais escolhas e comportamentos criativos, empreendedores e abertos. A sua amplificação e multiplicação redundam, de novo, num aumento de pressão sentida, completando-se, assim, o ciclo recursivo.

A questão fundamental a assinalar na utilização deste modelo de análise é que apesar do vínculo entre otimismo e pessimismo ser intrínseco e orgânico, ele nunca aparece na consciência dos atores do sistema. Esta circunstância poderá constituir-se como uma grande ajuda na compreensão do reportado 'otimismo paradoxal' português (LOPES, 2008) e da variabilidade dos valores de bem estar subjetivo reportados nas conclusões de aplicação de medidas empíricas da literatura da Psicologia Positiva no contexto nacional.

Uma outra conclusão incluída no modelo de C. Oliver (2005) diz respeito à existência de 4 padrões repetitivos paradoxais indesejados (*strange loops*) resultantes da origem desses comportamentos ser fundamentada em sentimentos meramente reativos e não reflectidos. O modelo prevê que a tomada de decisão baseada em sentimentos reflexos conduzirá inexoravelmente a padrões de comportamento redundante. (Cfr. Fig. 2 Padrões Repetitivos Paradoxais Indesejáveis: Pseudo harmonioso, Pseudo-encantado, Perda da Harmonia e Perda do Encantamento –

Positioning, emoções sentidos e natureza dos comportamentos redundantes).

SUMÁRIO DOS PADRÕES HARMONIOSOS E REDUNDANTES
(a partir DE C. OLIVER, 2005, p. 120)

Padrão	Posicionamento / positioning/ agency	Emoções	Sentidos emergente e discursos	Comportamentos fechado e redundantes
Pseudo harmonioso	Vontade de abandonar mas conectando-se	Ansiedade sobre o conflito	otimismo	Evitar o conflito
Pseudo 'enfeitado'	idem	Ansiedade sobre o fracasso	Pessimismo	Evitar o sucesso
Perda da harmonia	Vontade de atacar mas desistindo	Ansiedade sobre a perda	Idealização	Resistencia à mudança
Perda	idem	Ansiedade sobre a responsabilidade	Culpabilizaçã o	Encontrar bodes expiatórios

Figura 2

A hipótese teórica central descrita neste artigo é que estes 4 padrões redundantes apresentam características que se adequam à descrição de pelo menos três dos traços do carácter português reportados em diversas das literaturas atrás referidas, por exemplo em Voltaire, Kant, Lourenço, Gil, Unamuno, *inter alia*.

Estes padrões paradoxais e redundantes podem agrupar-se sob as designações seguintes (cf. Figuras 3, 4 e 5):

- Apego idealizado ao passado, vulgo 'sebastianismo';
- Cultivo da não responsabilidade pessoal e criação de 'bodes expiatórios';

Busca obsessiva da harmonia e não afirmação da identidade, ou seja, não assertividade (ou melhor, *inassertividade* portuguesa, passe o neologismo: "não me afirmo, logo existo").

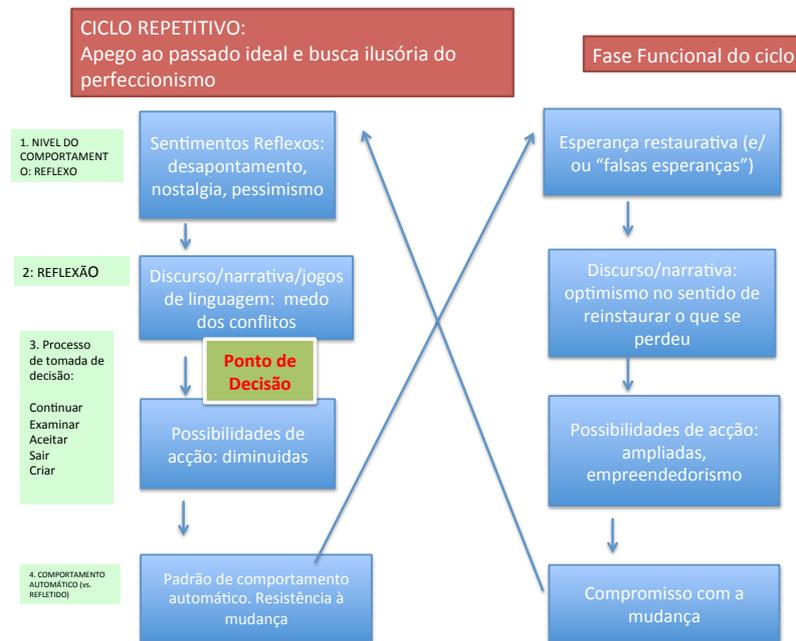


Figura 3

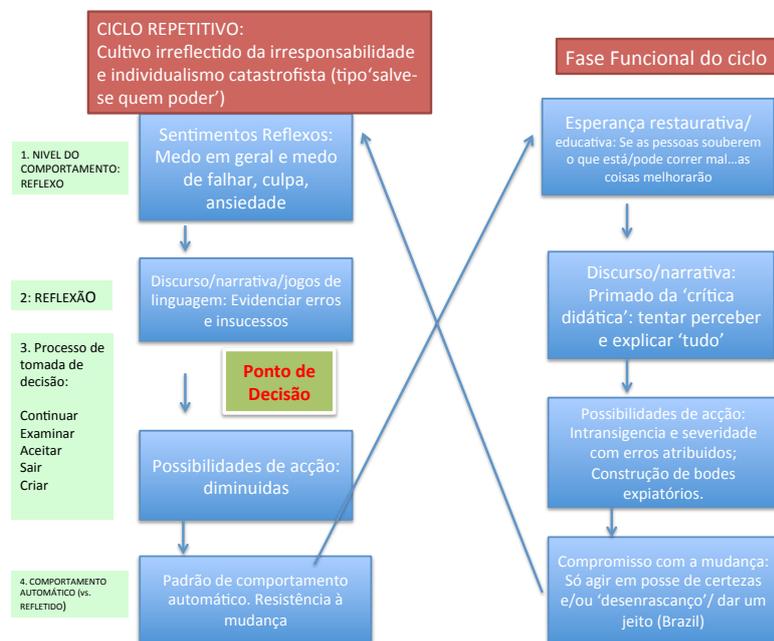


Figura 4

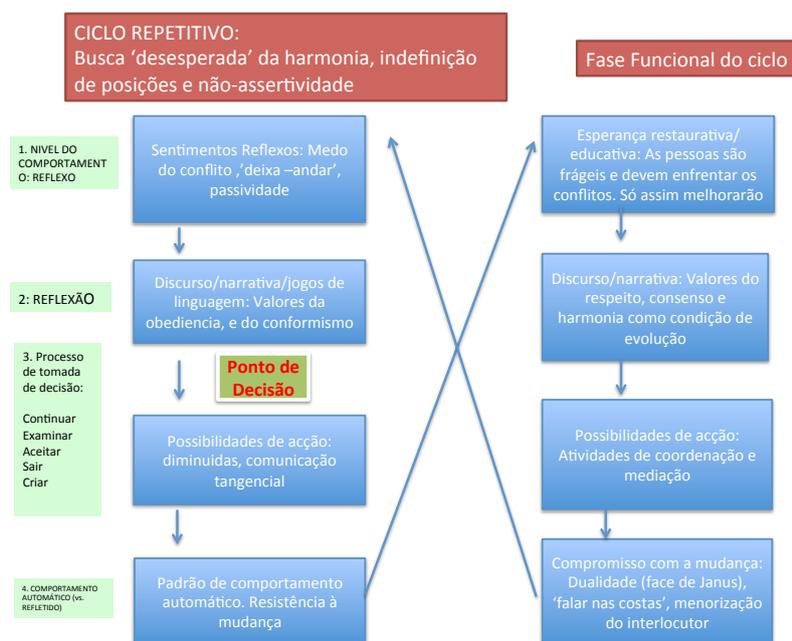


Figura 5

O elemento chave na prossecução desta análise é, inevitavelmente, a consideração dos acontecimentos históricos mais significativos desde a ocorrência do terramoto e os padrões de 'solução' (de natureza criativa ou redundante) adotados. Convém a este título recordar de início que um dos principais pressupostos da metodologia sistémica é que a mera existência de um sistema justifica, denota e conota a sua funcionalidade. Não fora esse o caso, o sistema humano considerado (grupo, equipa, família, comunidade, nação) já teria deixado de existir. O outro pressuposto axiomático da abordagem sistémica na sua matriz mais positiva é, na formulação do 'grupo de Milão' (SELVINI *et al.*, 1978), 'o que é disfuncional num nível de análise é (torna-se) funcional num nível superior' (de abstração). Por isso julgamos conveniente uma análise minimamente detalhada das circunstâncias e episódios históricos definidores da constituição do carácter nacional português e da sua decorrente identidade coletiva. Ou seja, conseguirmos identificar e compreender em que nível de análise se tornam funcionais as perturbações de carácter colectivas fenomenologicamente apreendidas e identificadas na vida quotidiana.

Para avançarmos com a análise da dinâmica e constituintes funcionais do carácter nacional português vamos, do ponto de vista conceptual, socorrer-nos da já referida obra de Susan Neiman (2002). Nesta obra, três acontecimentos históricos definem e delimitam, por hipótese, os conceitos de 'mal natural' e do 'mal produzido pela humanidade'. Na primeira destas configurações, a correspondente ao mal natural e por contraposição ao *Teodiceia* de Leibniz (*apud* FRANKLIN, 2003) relativa à possibilidade da humanidade viver no 'melhor dos mundo possíveis', Neiman (2002) coloca precisamente o terramoto de Lisboa como o evento que fez o pensamento reflexivo inflectir num sentido antagónico ao otimismo filosófico até então paradigmático.

É importante reter da contribuição de Neiman a ideia de que, na verdade, a catástrofe natural que se abateu sobre Lisboa em 1 de Novembro de 1755, dia de Todos os Santos, feriado religioso, e no qual pereceram um número não completamente determinado de pessoas, que pode no entanto ter chegado às 60.000, teve um impacto que transformou o pensamento próprio do século XVIII, como o que decorreu daí.

Particularmente importante é a obra de Voltaire, com o título, *Cândido o Otimista* (1759 [2000]). O nome próprio “Cândido” passou a partir da sua publicação a ter em Portugal um sentido de adjetivo similar a ingénuo, não sofisticado, iletrado. Tal foi o impacto da referida obra que circulou e provocou ávidas leituras na Europa de oitocentos.

Convirá notar que na primeira formulação a obra tomou a forma de poema, escrito e publicado anonimamente em Paris, cerca de um mês depois da ocorrência do terramoto. Já no século XX uma interrogação de Theodor W. Adorno (*apud* IBARLUCÍA, 1999) que se tornou célebre por caracterizar o indizível do terror nazi, afirmando primeiro, e defendendo depois, que seria bárbaro escrever poesia depois de Auschwitz, de algum modo reflete ainda o poema de Voltaire, debruçado sobre o ‘sem sentido’ de alimentar ou defender um ponto de vista filosófico de um otimismo fundamentado numa visão religiosa da existência.

A este título, e não sem ironia, Samuel Johnson (1759 [1819]) publica no mesmo ano da referida obra de Voltaire um volume intitulado *Rasselas*, a história de um Abissínio que corre mundo para concluir que a infelicidade grassa em toda a parte e que viver sem grandes metafísicas na sua terra natal é o melhor meio de atingir a felicidade. Tal como Cândido, o otimista, *Rasselas* define-se como um violento ataque à *Teodiceia* de Leibniz e, por extensão, à religião, igreja e *Weltanshaung* até à data do terramoto. A ironia está em que o livro de Johnson constitui apenas uma referência bibliográfica de somenos importância, ao contrário da expansão de consciência consequente ao *Cândido*, uma porta aberta para a modernidade (PAICE, 2008).

Retomando a temática que esteve na origem desta reviravolta no pensamento filosófico ocidental e, com vista à prometida análise do carácter nacional português, importa agora, com base em Neiman (2002), propor uma definição de episódio traumático coletivo:

- é um episódio com saliência histórica de natureza perturbadora, transversal à sociedade e vivenciado direta ou indiretamente pela maioria da população nacional. Inclui o ‘mal natural’ e o ‘mal provocado pelo homem sobre si mesmo’ (*homo lupi homo*), como exemplificado pelas três cidades do mal: Lisboa (mal natural), Auschwitz e Nagasaki (mal provocado pelo homem);

O sentido do carácter nacional tem sido enquadrado neste artigo dentro de uma visão psico-histórica e narrativa (GERGEN, 2009), já que acreditamos que uma consciência sobre as vivências e subjetividades individuais e nacionais deve ser feita perante o contexto dos episódios objectivos do coletivo. Se o terramoto de 1755, pelas razões acima descritas, parecer ter emergido como um momento da história Portuguesa com especial impacto nas narrativas sobre identidade nacional, estamos em crer que o facto da nossa história ter abarcado, nos anos que se seguiram desde aí, um conjunto lato de outros episódios coletivos traumáticos, teve influência na fundamentação do carácter nacional atual, e nas autoavaliações desanimadas e desanimadoras que os estudos sobre felicidade e bem-estar têm demonstrado nos portugueses – aquilo a que chamamos o Quociente de Resiliência Coletiva. Detemo-nos por isso para listar, em linha cronológica, os episódios históricos vividos na sociedade portuguesa desde o terramoto, passíveis de serem integrados na definição acima especificada de episódio traumático colectivo, e que podem ter-se constituído como facilitadores ou razões de manutenção do referido carácter (Linha Cronológica de Episódios Traumáticos Coletivos em Portugal desde 1755):

Assim, destacam-se os seguintes episódios históricos traumáticos:

1. Terramoto de Lisboa de 1 de Novembro de 1755 (total de 1 episódio, mas com várias réplicas temporalmente distintas);

2. Guerras e Invasões por nações estrangeiras: 3 invasões pelos exércitos de Napoleão (1807 e seguintes); guerra civil de liberais versus absolutistas (1829-1834); I guerra mundial (1914-1918, participação direta); guerra civil de Espanha (1936-1939); e II guerra mundial (participação indireta, racionamento, fome, refugiados); guerras coloniais em quatro frentes: Índia (Goa, Damão e Diu) e África (Angola, Moçambique e Guiné) (total de 7 ou 11 episódios dependendo da noção geográfica versus política das guerras coloniais de África durante o século XX).
3. Revoltas, revoluções mudanças de regime: 'Maria da Fonte' (1846); Regicídio (assassinato de D. Carlos, 1910) e implantação da República; revolta militar Gomes da Costa (1926) e implantação do 'estado novo'; Revolução dos Cravos de 1974; (total de 4 ou 5 episódios, dependendo de considerar os acontecimentos de 1910 como entidades distintas ou não);
4. Desagregação da soberania nacional, Independências e 'anexação': Brasil (1822); Ultimato inglês (1890); Índia (Goa, Damão e Diu) África (Angola, Moçambique e Guiné); Macau (em soberania chinesa); Timor (anexado pela Indonésia); (Total de 4 episódios, não contando os diferentes 'teatros de operação' de guerra colonial portuguesa em África).
5. Crises económicas e surtos migratórios: Surto da filoxere (finais século XIX, colapso da produção de vinho); 6ª feira negra de 1929; surto migratório anos 60; crise petróleo 1973; crise económica 2008 (total de 5 episódios).

Num cálculo global, por defeito, teríamos (1+7+4+4+5), ou seja, 21 episódios traumáticos em 258 anos, levando ao que poderia ser considerado como o *Quociente de Resiliência Coletiva* (rácio de episódio traumático coletivo por anos em análise), em que teríamos (258/21= 12.6), ou seja um ciclo de 12 anos e meio entre episódios históricos traumáticos nos últimos 2 séculos e meio. Que impactos coletivos e subjetivos terá este Quociente trazido para a nossa forma de *ser* nacional? Ainda que a este número, mesmo que muito sugestivo, consideremos dever ser dada uma importância meramente indicativa, será mais substancial a análise do tipo de soluções, de natureza criativa ou redundante, que foi tentada pelos portugueses perante cada um dos episódios, análise essa a fazer em detalhe no futuro, que não aqui, de acordo com o modelo analítico e descritivo de Oliver atrás sugerido. Para nos pormos a caminho nessa reflexão, e por extensão da definição de episódio traumático coletivo de Neiman (2002), propomos para já uma definição de solução e recuperação pós-traumática coletiva:

- “Iniciativas coletivas da sociedade civil, ou da elite política de uma sociedade que, envolvendo a população em geral, procurem restabelecer a normalidade da vida social e individual, tal como definida pela maioria dessa mesma população, permitindo-lhe a transcendência dessas circunstâncias e um claro crescimento individual e coletivo”.

Para iniciar a referida busca compreensiva de soluções, e encontrar um possível modelo que enquadre e contextualize a forma dessas soluções encontradas no passado, em paralelo com uma visão pragmática de futuro, consideramos algumas das conclusões da literatura da Psicologia Positiva, passíveis de trazerem luz sobre o descrito 'carácter nacional' português e as formas de o transcender.

Tornar a psicologia positiva uma instância da consciência crítica e corretiva do carácter nacional português

Definimos um quadro-síntese pretendendo integrar um modelo oriundo da literatura da psicologia positiva, o modelo do Bem-estar psicológico de Carol Ryff (RYFF, 1989; RYFF; KEYS, 1995) com as características dos padrões alternativos de solução às situações traumáticas coletivas, a que chamamos padrões de consciência crítica, que se interligam com três conceitos integradores daquela literatura: hedonismo, *eudaimonia* e, por nova proposta agora expressa, a *oikeiosis*.

Numa breve nota histórica e definidora, este último resulta de uma tradição filosófica estoica, ou seja pré-socrática, e possui um sentido passível de ser traduzido por auto-apropriação. Isto é, significa a capacidade de cada ser humano se tornar senhor de si e do seu destino. Daqui decorre a autoaceitação que, por sua vez, possui um sentido diferente e mesmo antagónico à ‘autoestima’ correntemente definida na literatura da Psicologia. A *oikeiosis* é mais próxima do auto-amor. Por outro lado, contrapõe-se em tensão dialética à *allogtriosis*, ou seja, uma falsa consciência de si, ou autoalienação, e integra os círculos pessoais, de grupo de pertença e de ética social (PETERS, 1967). Julgamos que a definição e posterior operacionalização do conceito de *oikeiosis* é de interesse máximo no estado de evolução da psicologia positiva teórica atual, onde a ‘tensão essencial’ se tem vindo exclusivamente a concentrar na dicotomia *hedonismo* (e.g. busca do prazer) versus *eudaimonia* (e.g. busca do sentido e progresso), mas também de valor para a análise em causa neste artigo, de uma narrativa sobre identidade ou carácter nacional.

As 6 dimensões do modelo de Carol Ryff (1989), dada a sua natureza integradora e englobante, e em analogia com a referida ‘Pedra da Roseta’, servem-nos de eixo de articulação com conceitos e práticas correntes na Psicologia positiva, como se pode ver no quadro seguinte (Figura 6).

Dimensões conceptuais integrativas	Tipo de padrão reflectido (OLIVER, 2005)/padrões de consciência crítica	Dimensões do modelo de C. RYFF (RYFF & KEYS; 1989)	Limites conceptuais e práticos
Hedonismo	Permanecer no padrão usufruindo	Estabelecimento de relações de qualidade	Mudança menor e idiossincrática
	Sair do sistema mas repetindo a experiência	Autonomia de pensamento e ação	Repetição de mesmo padrão noutra contexto relacional
Eudaimonia	Criar um novo padrão	Capacidade de gerir a complexidade e de integração nos objectivos e valores pessoais	Busca de sentido pode ser transitória

	Manter um padrão criativo contínuo	Crescimento e desenvolvimento como pessoa	Aceitar a incerteza e o caos permanente e próprios do 'rio da vida'
Oikeiosis	Aceitar o padrão conscientemente	Autoaceitação	Complacência
	Continuar o padrão mas com consciência crítica	Capacidade de encontrar sentido e propósito na vida	Nenhuma mudança objetiva, na perspectiva de uma pessoa exterior

Figura 6

A análise deste quadro permite-nos ver que há um conjunto de opções possíveis que nos levam a manter os padrões ou que permitem abrir possibilidades em direção a soluções e mudança, e que as dimensões integrativas permitirão entender o posicionamento e o ponto de mudança. Esta matriz pode assim servir de estrutura para planificar e promover ações publicas e grupais, que sirvam de alavanca para o um carácter nacional futuro mais refletido e co-construído.

Ações pragmáticas positivas e integradoras

Listamos agora, para finalizar com um tom pragmático e útil, algumas das estratégias formativas e educativas que temos vindo a utilizar na ultima década com vista ao restabelecimento de um 'carácter nacional português' fundamentadamente crítico, aberto e conseqüente, suportadas nos padrões de consciência crítica referidos e na promoção subsequente do bem-estar psicológico. As propostas aqui elencadas, suportadas em práticas que têm vindo a ser avaliadas, atuam nas relações e ao nível da consciência dos valores e das mudanças nas gramáticas profundas, através do ato de fala (MARUJO; NETO 2007, 2008, 2010, 2011a, 2011b, 2013; MARUJO; NETO; PERLOIRO, 1999; NETO; MARUJO, 2013, 2011, 2001; MARUJO; NETO; CAETANO; RIVERO, 2007):

1. Identificar o sentido de continuidade e permanência dos ciclos da evolução dos sistemas humanos, integrantes de pontos fulcrais de tomada de decisão (cf. Figura 1). Intencionalmente levar à consciência de que é possível e desejável inovar em qualquer contexto ao mesmo tempo que se integra essa inovação na matriz ou *core* da identidade e carácter de cada pessoa, grupo, comunidade ou nação. A vida não tem de ser um carrossel de redundâncias circulares incluindo numa montanha russa (pontos 'altos' e pontos 'baixos') sobre os quais não se tem controlo;
2. Caminhar do sentimento de falta de controlo da vida e de impotência, em direção à consciência da autoeficácia reflexiva, mesmo em contextos adversos, com crises esmagadoras ou redundâncias sentidas e percebidas. Tornar o próprio como agente de mudança em alternativa à procura de um elemento providencial exterior – mito *sebastiânico* - ou à criação de um 'bode expiatório'. Levar à percepção da falsa consciência sobre noções de destino e fragilidade no poder de construção da realidade. Estimular cada pessoa e grupo a sentir-se capaz de provocar

transformações, antes de mais em si mesmo(s), e também face às relações e contextos em que participa e se inclui;

3. Atender cada vez menos ao passado de uma forma não refletida e alienada, transformando essa consciência crítica numa melhor capacidade de gestão de expectativas de futuro. O exemplo em termos de sistemas familiares é dado pela prática da 'reconstrução familiar', metodologia com origem em Virginia Satir (SATIR; BITTER; KRESTENSEN, 1988) e William e Mary Nerin (1986).
4. Mudar a linguagem e a "gramática da vida coletiva", tornando-a mais apreciadora e valorizadora, em detrimento da ruminação e do 'problem-talk'. Num nível estritamente técnico, um dos 'convites' de atividade proposta em ações de formação, aulas ou intervenções organizacionais consiste na construção de um breve 'dicionário de português-positivês'. Com este pretende-se, a partir da utilização não refletida de termos como 'destino', 'problema', 'crise', expandir sobre eles uma nova consciência e outros sentidos e significados. Este 'mergulho nas palavras' e expansão dos seus sentidos em polissemias que possibilitam mais escolhas comportamentais refletidas, tem vindo a revelar-se como um poderoso instrumento de mudança individual e coletiva.
5. Sublinhar o valor do poder pessoal, por oposição aos padrões de vitimização, queixume e demissão de responsabilidades daí decorrentes. Numa conceptualização e terminologia oriundas do inquérito apreciativo (COOPERRIDER; WHITNEY, 2005), levar à consideração da possibilidade de 'abraçar e celebrar' a complexidade envolvente e constituinte dos sistemas humanos.

Palavras finais

A perspetiva individual e intrapsíquica tem feito parte do olhar tradicional da psicologia sobre a experiência humana. Tem sido na pessoa e na mente individual que se tem entendido o *locus* da origem, compreensão, ou gestão das narrativas psicológicas (GERGEN, 2009). A proposta aqui realizada suportou-se numa visão simultaneamente histórica e coletiva dessas narrativas, e portanto numa assunção do ser humano como um *relational being* (GERGEN, 2009). Defende uma inteligibilidade das matizes, atavismos e idiosincrasias portuguesas com base em episódios traumáticos coletivos, que deram origem a padrões repetitivos paradoxais indesejáveis, e a soluções possíveis, mas sobretudo sugere um sentido dinâmico e interdependente do negativo e do positivo da experiência humana conjunta e na construção das histórias sobre a história e o próprio carácter.

Interessados em tornar conscientes e refletidos esses padrões, e em perceber formas de solução construtiva, aqui apresentámos uma ponte com o estudo dos fenómenos psicológicos positivos, como faz a psicologia positiva. Em particular fizemo-lo através da psico-história e de dois modelos que consideramos úteis - um modelo de bem-estar psicológico, e um de inquérito reflexivo e de coordenação do sentido feita através da comunicação -para justificar ações civis que possam levar à construção de padrões harmoniosos, e à transcendência dos episódios traumáticos e de incerteza, em particular através da reconstrução do discurso e das narrativas. Assim o defendemos porque acreditamos que a história e a vida cultural não podem ser subestimadas no estudo do melhor da experiência humana, e da compreensão da felicidade das nações, e porque esperamos que alguns paradoxos dos atuais estudos internacionais e nacionais que abarcam o positivo, quando realizados com base numa visão hedónica - felicidade, bem-estar subjetivo, optimismo - possam vir a ser explicados por

perspetivas mais latas que também integrem a autoaceitação e a construção de sentido e de progressão perante o que é traumático, em especial atendendo a padrões culturais e históricos. Talvez as intervenções práticas e publicas, feitas ao nível reflexivo, e promotoras dessa consciência critica, possam melhorar a qualidade do discurso público, e preparar-nos como coletivo para ultrapassar os as crises e os males, humanos ou naturais, quando incontornáveis e incontornáveis.

Sobre o artigo

Recebido: 30/10/2013

Aceito: 15/12/2013

Referências bibliográficas

- BATESON, G. **Steps to an Ecology of Mind**. New York: Ballantine Books, 1972.
- BOWEN, M. **Family Therapy in Clinical Practice**, Northvale, NJ: Jason Aronson Inc., 1978.
- BRUNI, L. Relational goods: a new tool for an old issue. **Estudos Contemporâneos da Subjetividade – ECOS**, Número Temático sobre Psicologia Positiva e Felicidade Publica, no prelo.
- BURNS, G. Gross National happiness: A case example of a Himalayan Kingdom's attempt to build a positive nation. In: MARUJO, H.A.; NETO, L. M. (Orgs.). **Positive Nations and Communities: Collective, Qualitative and Cultural Sensitive Processes in Positive Psychology**. Dordrecht: Springer, 2013, p.173-191.
- COCKS, G.; CROSBY, T. **Psychohistory. Readings in the Method of Psychology, Psychoanalysis and History**. Nova Iorque: Vail-Ballou, 1987.
- COOPERRIDER, D. L.; WHITNEY, D. **Appreciative inquiry: A positive Revolution in change**. San Francisco, CA: Berrett-Koehler Publishers, Inc, 2005.
- CRONEN, V. E.; PEARCE, W. B.; HARRIS, L. M. The logic of the coordinated management of meaning: A rules-based approach to the first course in interpersonal communication. **Communication Education**, Vol. 28(1), p. 22-38, 1979.
- FRANKLIN, J. Leibniz's solution to the problem of evil. **Think** 5, p. 97-101, 2003.
- GERGEN, K. **Relational Being: Beyond Self and Community**. Oxford: Oxford University Press, 2009.
- Gil, J. **Portugal Hoje: O Medo de Existir**. Lisboa: Relógio d'Água, 2004.
- HARRÉ, R. **Personal being: a theory for individual psychology**. Cambridge: Harvard University Press, 1984.
- IBARLUCIA, R. Simiente de lobo: Celan, Adorno y la poesía después de Auschwitz. **Trans/Form/Ação**, Marília, v. 21-22, n. 1, p. 131-150, 1999.
- JOHNSON, S. **Rasselas** (1759). London: H. McLean, 1819.
- KANT, I. **Observations on the Feeling of the Beautiful and Sublime** (1961). Trans. JOHN T. Goldthwait. University of California Press, 2003.

LOPES, M.P. **Good Vibrations: Three Studies on Optimism, Social Networks, and Resource-attraction Capability, 2008, 246f.** PhD Thesis (Doutor em Filosofia e Psicologia Aplicada, especialização em Psicologia Organizacional) – Programa de Doutoramento em Psicologia Organizacional, Universidade Nova de Lisboa, Lisboa, Portugal: 2008.

LOURENÇO, E. **O labirinto da saudade: Psicanálise mítica do destino Português.** Lisboa: Edições D. Quixote, 1992.

MARUJO, H. A.; NETO, L. M. Emergência e desenvolvimento da psicologia positiva: depois da experiência subjetiva, para quando a mudança social? **Estudos Contemporâneos da Subjetividade – ECOS**, Número Temático sobre Psicologia Positiva e Felicidade Pública, no prelo.

MARUJO, H. A.; NETO, L. M. (Orgs.) **Positive Nations and Communities: Collective, Qualitative and Cultural Sensitive Processes in Positive Psychology.** Dordrecht: Springer, 2013.

MARUJO, H.; NETO, L. M. **Álbuns de Família: De Viva Voz. Manual de Possibilidades para construção do futuro.** Ponta Delgada, Açores: Instituto de Acção Social, 2007.

MARUJO, H.; NETO, L. M. Investigação Transformativa e Apreciativa em Psicologia Positiva: um elogio à subjetividade na contemporaneidade. **Revista Estudos Contemporâneos da Subjetividade**, 1(1), p. 5-21, 2011a.

MARUJO, H.; NETO, L. M. Psicologia Positiva Comunitária. In: LOPES, M. P.; PALMA, P. J.; RIBEIRO, R. B.; PINA E CUNHA, M. **Psicologia Aplicada.** Lisboa: Editora RH, 2011b, p. 472-486.

MARUJO, H.; NETO, L. M. Psicologia Comunitária Positiva: Um exemplo de integração paradigmática com populações de pobreza. **Análise Psicológica**, 3 (XXVIII), p. 517-525, 2010.

MARUJO, H.; NETO, L. M. Programa VIP: hacia una Psicología Positiva aplicada. In: VÁZQUEZ, C.; HERVÁS, G. (Orgs.). **Psicología Positiva Aplicada.** Bilbao: Desclée de Brower, 2008, p.312-336.

MARUJO, H.; NETO, L. M.; CAETANO, A.; RIVERO, C. Revolução Positiva: Psicologia Positiva e Práticas Apreciativas em contextos organizacionais. **Comportamento Organizacional e Gestão**, 13 (1), p. 115-136, 2007.

NEIMAN, S. **Evil in Modern Thought: An Alternative History of Philosophy.** Nova Jersia: Princeton University Press, 2002.

NERIN, W. F. **Family reconstruction: long day's journey into light.** New York: Norton, 1986.

NETO, L. M.; MARUJO, H. A. Positive Community Psychology and Positive Community Development: Research and Intervention as Transfomative-Appreciative Actions. In: MARUJO, H. A.; NETO, L. M. (Orgs.). **Positive Nations and Communities: Collective, Qualitative and Cultural Sensitive Processes in Positive Psychology.** Dordrecht: Springer, 2013, p.209-230.

NETO, L. M.; MARUJO, H. A. Psicologia Positiva. In: LOPES, M. P.; PALMA, P. J.; RIBEIRO, R. B.; PINA E CUNHA, M. **Psicologia Aplicada.** Lisboa: Editora RH, 2011, p. 431-450.

NETO, L. M.; MARUJO, H. A.; PERLOIRO, M. F. **Educar para o Otimismo.** Lisboa: Editorial Presença, 1999.

NETO, L. M.; MARUJO, H. **Otimismo e Inteligência Emocional.** Lisboa: Editorial Presença, 2001.

OLIVER, C. **Reflexive Inquiry: A Framework for Consultancy Praticce.** Londres: Karnac Books, 2005.

- OLIVER, C.; HERASYMOWYCH, M.; SENKO H. **Complexity, Relationships and Strange Loops: Reflexive Practice Guide**. MHA Institute Inc., Calgary, Canada, 2003.
- PAICE, E. **Wrath of God: The Great Lisbon Earthquake**. Londres: Quercus, 2008.
- PEARCE, W. B. **CMM: Reports from users**. Redwood City, CA: Pearce Associates, 2001.
- PEARCE, W. B.; CRONEN, V. **Communication, action, and meaning: The creation of social realities**. New York: Praeger, 1980.
- PETERS, F. **Greek Philosophical Terms: A Historical Lexicon**. New York University Press, 1967.
- RYFF, C. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. **Journal of Personality and Social Psychology**, 57, p. 1069-1081, 1989.
- RYFF, C.,; KEYES, C. The structure of psychological well-being revisited. **Journal of Personality and Social Psychology**, 69, p. 719-727, 1995.
- SATIR, V.; BITTER, J. R.; KRESTENSEN, K. K. Family reconstruction: The family within—a group experience. **The Journal for Specialists in Group Work**, 13(4), p. 200-208, 1988.
- SELVINI PALAZZOLI, M.; CECCHIN, G.; BOSCOLO, L.; PRATA, G. **Paradox and Counterparadox**. London: Jason Aronson, 1978.
- UNAMUNO M. **Por tierras de Portugal y de España**. Madrid: Alianza, 2006.
- VEENHOVEN, R. Cross-national differences in happiness: Cultural measurement bias or effect of culture? **International Journal of Wellbeing**, 2(4), p. 333-353, 2012a.
- VEENHOVEN, R. **World database of happiness: Continuous register of scientific research on subjective appreciation of life**. Erasmus University Rotterdam: Netherlands, 2012b.
- VOLTAIRE. **Cândido** (1759). Lisboa: biblioteca Visão, 2000.
- VOLTAIRE. Poema sobre o Desastre de Lisboa (1756). In: GRAÇA MOURA, V. O. **Poema Sobre o Desastre de Lisboa de Voltaire**. Edição/reimpressão. Lisboa: Aletheia: 2013.