



Manual do Aluno  
**CIDADANIA E  
DESENVOLVIMENTO  
SOCIAL**

10.º ano de escolaridade



**IPAD**  
Instituto Português  
de Apoio ao Desenvolvimento



**FUNDAÇÃO  
CALOUSTE  
GULBENKIAN**



universidade  
de aveiro



Projeto - *Reestruturação Curricular do Ensino Secundário Geral em Timor-Leste*

Cooperação entre o Instituto Português de Apoio ao Desenvolvimento, a Fundação Calouste Gulbenkian, a Universidade de Aveiro e o Ministério da Educação de Timor-Leste  
Financiamento do Fundo da Língua Portuguesa

Título  
Cidadania e Desenvolvimento Social - Manual do Aluno

Ano de escolaridade  
10.º Ano

Autores  
Henrique Testa Vicente  
Andreia Ruela  
Marta Faria Patrão  
Sofia Rodrigues

Coordenador de disciplina  
Henrique Testa Vicente

Consultor científico  
Liliana Sousa

Colaboração das equipas técnicas timorenses da disciplina  
xxxxxxx  
xxxxxxx  
xxxxxxx

Ilustração  
Celso Assunção

Design e Paginação  
Esfera Crítica Unipessoal, Lda.  
Ana Petim

Impressão e Acabamento  
Centro de Impressão do Ministério da Educação e Cultura

ISBN  
978-989-8547-12-5

Tiragem  
1.000 exemplares

1ª Edição

Conceção e elaboração  
Universidade de Aveiro

Coordenação geral do Projeto  
Isabel P. Martins  
Ângelo Ferreira

Ministério da Educação e Cultura de Timor-Leste

2018

Os sítios da Internet referidos ao longo deste livro encontram-se ativos à data de publicação. Considerando a existência de alguma volatilidade na Internet, o seu conteúdo e acessibilidade poderão sofrer eventuais alterações.

## Apresentação

A disciplina de “Cidadania e Desenvolvimento Social”, que integra o currículo do Ensino Secundário Geral da República Democrática de Timor-Leste, compreende uma sequência de três níveis, correspondentes aos anos de escolaridade do ciclo de estudos (Figura 1.).

**Figura 1.** Esquema do programa de Cidadania e Desenvolvimento Social para o ciclo de estudos



Para cada ano de escolaridade foram desenvolvidos recursos didáticos específicos, ancorados na perspetiva atual sobre a educação para a cidadania e estruturados com vista a uma abordagem inovadora do processo de ensino e aprendizagem nesta área. Este Manual é composto por cinco capítulos, um para cada unidade temática. As unidades temáticas dividem-se em subtemas (Quadro 1.).

**Quadro 1.** Estrutura e organização das unidades temáticas para o 10.º Ano

10.º Ano Nível Individual: Ser Cidadão	
Relação do indivíduo consigo e com os outros	
Unidade Temática	Subtema
<b>1. Direitos, Deveres e Responsabilidade</b>	Introdução à Cidadania
	Direitos Humanos
	Sociedade Democrática
<b>2. Desenvolvimento Pessoal e Identidade</b>	Contextos do Desenvolvimento
	Desenvolvimento Pessoal
	Indivíduo como Cidadão
<b>3. Ética, Valores e Conduta Social</b>	Ética e Moral na Sociedade Civil
	Dilemas e Condutas Morais na Sociedade Civil
	Desafios Éticos nas Sociedades Contemporâneas
<b>4. Comunicação e Relacionamento Interpessoal</b>	Processo de Comunicação
	Estilos de Comunicação
	Comunicação e Gestão de Conflitos
<b>5. Criatividade e Mudança</b>	Criatividade e Formas de Expressão
	Dinâmica da Mudança
	Criatividade e Resolução de Problemas
	Identidade
	Criatividade
	Responsabilidade

Cada unidade está dividida em duas componentes: teórica e prática. A participação responsável na sociedade contemporânea exige um cidadão informado, que tenha ao seu dispor conhecimentos que fundamentem a sua ação quotidiana e promovam a compreensão básica de questões de cidadania. Esta informação encontra-se na componente teórica sob a forma de um roteiro de matérias. Mas a participação cívica exige igualmente competências e capacidades que devem ser desenvolvidas através do “aprender fazendo” e do “aprender de e com os outros”. A componente prática proporciona oportunidades para realizares atividades, tarefas e exercícios e aprofundares as tuas competências de cidadania.

Este Manual tem objetivos muito precisos:

- 1) permitir o desenvolvimento e a aquisição de conhecimento;
- 2) promover o desenvolvimento de atitudes e valores que favoreçam uma ação social esclarecida e responsável;
- 3) encorajar a participação ativa, na sala de aula e fora dela, para que adotes uma postura pró-ativa e contribuas construtivamente para a comunidade escolar e o meio circundante.

## Guia de Utilização

Ao longo deste Manual, em cada unidade, poderás encontrar os seguintes elementos:



**Separador:** contempla uma introdução que sintetiza os conteúdos e os principais objetivos da unidade temática, para além de um índice das matérias.

**Componente Teórica:** constituída por textos didáticos, documentos, imagens, pequenas atividades e sugestões de aprofundamento, referentes aos conteúdos de cada unidade. Nas barras laterais poderás encontrar os seguintes símbolos:



**Sabias que...:** informação complementar e enriquecedora.



**Citação:** passagem relevante de um autor ou personalidade.



**Proposta de Atividade:** sugestão de uma pequena atividade prática ou referência a uma atividade incluída na componente prática.



**Para Pesquisar:** sugestão de pesquisa, investigação e/ou trabalho de campo.

**Componente Prática:** constituída por atividades e exercícios, correspondentes à unidade temática. São sugeridas tarefas a realizar com o acompanhamento do professor, que visam o enriquecimento e desenvolvimento das tuas competências de cidadania.

**Glossário:** no final de cada unidade encontrarás um glossário com a definição de alguns conceitos abordados ao longo do texto.

## 1

### Direitos, Deveres e Responsabilidade

10	<b>1.1. Introdução à Cidadania</b>
10	1.1.1. Raízes Históricas da Cidadania
11	1.1.2. Conceitos de Cidadania e Cidadão
12	1.1.3. Cidadania na Contemporaneidade
16	<b>1.2. Direitos Humanos</b>
16	1.2.1. Introdução aos Direitos Humanos
21	1.2.2. Organizações Internacionais de Defesa dos Direitos Humanos
26	1.2.3. Instrumentos Internacionais de Promoção e Proteção dos Direitos Humanos
28	1.2.4. Violações dos Direitos Humanos
30	<b>1.3. Sociedade Democrática</b>
30	1.3.1. Comunidade de Cidadãos e Participação na Vida Política
30	1.3.2. Formas de Governação
34	1.3.3. Constituição da República Democrática de Timor-Leste

## 2

### Desenvolvimento Pessoal e Identidade

48	<b>2.1. Contextos do Desenvolvimento</b>
48	2.1.1. Processo de Desenvolvimento
49	2.1.2. Direito ao Desenvolvimento
50	2.1.3. Contextos de Desenvolvimento
51	<b>2.2. Desenvolvimento Pessoal</b>
51	2.2.1. Domínios do Desenvolvimento
52	2.2.2. Desenvolvimento Emocional
54	2.2.3. Desenvolvimento Cognitivo
56	2.2.4. Desenvolvimento Moral
59	2.2.5. Desenvolvimento Psicossocial
63	<b>2.3. Indivíduo como Cidadão</b>
63	2.3.1. Identidade Pessoal, Social, Cultural e Religiosa
67	2.3.2. Cidadania: Uma Dimensão da Identidade
68	2.3.3. Identidade Nacional

# 3

## Ética, Valores e Comportamento Social

- 84 **3.1. Ética e Moral na Sociedade Civil**
- 84 3.1.1. Ética e Moral
- 85 3.1.2. Ética e Política
- 86 3.1.3. Moral Cívica
- 87 **3.2. Dilemas e Condutas Morais na Sociedade Civil**
- 87 3.2.1. Caráter Intencional e Valorativo da Ação Humana
- 88 3.2.2. Moralidade e Juízo Moral
- 91 3.2.3. Ética e Comportamento Cívico
- 96 **3.3. Desafios Éticos nas Sociedades Contemporâneas**
- 96 3.3.1. Ética Aplicada e Transformações Sociais e Tecnológicas
- 96 3.3.2. Novas Reflexões Éticas
- 98 3.3.3. Ética e Tolerância

# 4

## Comunicação e Relacionamento Interpessoal

- 108 **4.1. Processo de Comunicação**
- 108 4.1.1. Conceito de Comunicação
- 109 4.1.2. Processo de Comunicação
- 111 4.1.3. Formas de Comunicação
- 111 4.1.4. Níveis de Comunicação
- 113 **4.2. Estilos de Comunicação**
- 113 4.2.1. Estilos de Comunicação
- 114 4.2.2. Comunicação Assertiva
- 116 4.2.3. Empatia e Escuta Ativa
- 117 4.2.4. Debate e Argumentação
- 118 4.2.5. Negociação e Mediação
- 119 **4.3. Comunicação e Gestão de Conflitos**
- 119 4.3.1. Noção de Conflito
- 120 4.3.2. Tipos de Conflito
- 121 4.3.3. Formas de Gestão de Conflitos
- 122 4.3.4. Estilos de Gestão de Conflitos

# 5

## Criatividade e Mudança

<b>138</b>	<b>5.1. Criatividade e Formas de Expressão</b>
138	5.1.1. Conceito de Criatividade
141	5.1.2. Fatores Envolvidos no Desenvolvimento da Criatividade
142	5.1.3. Influência da Cultura no Desenvolvimento da Criatividade
142	5.1.4. Criatividade e Inteligência
143	5.1.5. Criatividade e Motivação
144	5.1.6. Criatividade e Formas de Expressão Humana
<b>146</b>	<b>5.2. Dinâmica da Mudança</b>
146	5.2.1. Conceitos de Mudança e Transição
148	5.2.2. Modelo Transteórico de Mudança Comportamental
150	5.2.3. Mudança e Resistência
151	5.2.4. Mudança Social
<b>154</b>	<b>5.3. Criatividade e Resolução de Problemas</b>
155	5.3.1. Mudança e Criatividade
155	5.3.2. Resolução de Problemas
155	5.3.3. Resolução Criativa de Problemas
158	5.3.4. Pensamento Divergente e Pensamento Convergente
158	5.3.5. O Método dos 6 Passos
160	5.3.6. Técnicas de Resolução Criativa de Problemas

## I N T R O D U Ç Ã O

Atualmente quase todas as pessoas do mundo são cidadãos legais de um país. Mas a cidadania é um conceito multifacetado, complexo e com uma longa história. Os conceitos de cidadania e de cidadão apenas ganham significado quando associados às necessidades de uma sociedade e de um sistema político. A cidadania democrática, tal como a perspetivamos no presente, está intimamente relacionada com o reconhecimento dos direitos humanos fundamentais e com os sistemas democráticos, assumindo a necessidade de participação de todos os indivíduos com direitos e deveres na sociedade.

Nesta unidade serão abordadas: definições de cidadania e suas raízes históricas, pois é importante conhecer o passado para compreender o presente e perspetivar o futuro; princípios e evolução dos direitos humanos e as organizações que os defendem e promovem; diferentes formas de governação e a sua relação com o exercício de cidadania e respeito pelos direitos humanos. Também propomos atividades práticas que auxiliem a compreensão e promovam o debate na turma sobre cidadania, direitos humanos e democracia.



# 1. Direitos, Deveres e Responsabilidade

## **10 1.1. Introdução à Cidadania**

10 1.1.1. Raízes Históricas da Cidadania

11 1.1.2. Conceitos de Cidadania e Cidadão

12 1.1.3. Cidadania na Contemporaneidade

## **16 1.2. Direitos Humanos**

16 1.2.1. Introdução aos Direitos Humanos

21 1.2.2. Organizações Internacionais de Defesa dos Direitos Humanos

26 1.2.3. Instrumentos Internacionais de Promoção e Proteção dos  
Direitos Humanos

28 1.2.4. Violações dos Direitos Humanos

## **30 1.3. Sociedade Democrática**

30 1.3.1. Comunidade de Cidadãos e Participação na Vida Política

30 1.3.2. Formas de Governação

34 1.3.3. Constituição da República Democrática de Timor-Leste

## Unidade Temática 1 | Direitos, Deveres e Responsabilidade

### 1.1. Introdução à Cidadania

Na atualidade, o conceito de “cidadania” é alvo de múltiplos debates, não havendo um consenso sobre o seu significado. Cada vez mais se reconhece que conceitos como “cidadão” ou “cidadania” não são estáveis. Admitindo esta “instabilidade” conceptual, observamos que o conceito de cidadania foi evoluindo com o progresso das sociedades e com o papel dos indivíduos na sua construção. De seguida iremos recapitular historicamente o desenvolvimento do conceito de cidadania, pois esta reflexão contribui para reconhecer questões ainda hoje em discussão.

#### 1.1.1. Raízes Históricas da Cidadania

##### Das Cidades-Estado Gregas à República Romana

Nas Cidades-Estado Gregas, que surgiram a partir dos séculos VII-VI a.C., ser cidadão significava ter a possibilidade e capacidade de participar na vida pública, governo da cidade e administração da justiça. Contudo, nem todas as pessoas tinham o estatuto de cidadão (com direitos cívicos e políticos). Por exemplo, estrangeiros, escravos e mulheres estavam excluídos da titularidade e direitos de cidadania. A ideia de “virtude cívica” era de grande relevância para aqueles com o privilégio de ser cidadãos. Esta tradição legou-nos a noção que o cidadão é detentor de direitos, mas também assume deveres perante a comunidade.

Quando Roma conquistou a Grécia no século IV a.C., absorveu os valores políticos e morais da civilização grega. A sociedade romana era, também, caracterizada por grandes desigualdades sociais e de direitos. Na hierarquia social da Antiga Roma havia: Patrícios (nobres e ricos, descendentes dos fundadores da cidade, com direitos políticos, civis, judiciais e religiosos); Clientes (descendentes dos povos vencidos, que cultivavam os terrenos dos Patrícios); Plebeus (foram viver para Roma, forçados ou voluntariamente, e não tinham direitos); e Escravos (cujas vidas dependiam dos seus donos e eram tratados como “coisas”). Os plebeus lutaram arduamente pela igualdade de direitos com os patrícios, exigindo leis escritas que eliminassem a arbitrariedade do juiz na garantia da liberdade e assegurassem a igualdade de todos perante a lei. Esta luta foi recompensada com a aprovação pelo senado e pelo povo de códigos de leis. Apesar destas evoluções, a sociedade romana não era democrática, pois o poder estava concentrado na classe aristocrática. Para além das conquistas jurídicas, Roma legou-nos a importância do debate, eleições e partidos políticos.

##### Da Idade Média à Idade Moderna

A queda do Império Romano do Ocidente em 476 d.C. acarretou a fragmentação da autoridade política e o enfraquecimento do poder do Estado, levando à formação de pequenos reinos, principados e repúblicas. Neste contexto emerge o feudalismo, um sistema político, económico e social em que os reis e os nobres concediam a outros nobres grandes extensões de terras e propriedades em troca de compromissos de fidelidade e prestação de serviços de carácter militar. Estes grandes proprietários, ou senhores feudais, concediam aos camponeses pequenas parcelas de terreno para estes cultivarem, em troca de um compromisso de fidelidade, tributos em dinheiro, géneros e trabalho. Na sociedade feudal, o estatuto do indivíduo concretizava-se no vínculo, perpétuo e de subordinação, do súbdito perante o soberano. Em troca, o súbdito beneficiava da proteção do seu senhor.

No final da Idade Média surgiram movimentos de reação contra o absolutismo monárquico e as desigualdades que este acarretava. Exigia-se a substituição dos contratos individuais de fidelidade por cartas e declarações coletivas que garantissem os direitos e liberdades. Destes movimentos de reação contra o absolutismo

monárquico, desencadeados pela Restauração Inglesa (1688), Revolução Americana (1774) e Revolução Francesa (1789), nasceu a conceção moderna de cidadania. O conceito de cidadania deixou de se centrar na relação de subordinação, submissão e dominação perante um soberano, para se centrar no vínculo jurídico do indivíduo a uma nação, com a nacionalidade.

### 1.1.2. Conceitos de Cidadania e Cidadão

O conceito de “cidadania” continua em debate, contudo o conceito de “cidadania legal” é claro: traduz o vínculo jurídico que liga um indivíduo a um Estado, implicando direitos e deveres do cidadão perante o poder político do Estado. Neste sentido, a cidadania é o estatuto de pertença de um indivíduo a uma comunidade politicamente organizada. A associação da cidadania com identidade nacional e patriotismo nasce desta perspetiva. O estatuto de cidadania depende das leis de cada Estado, por isso existem diferenças entre países. Ser cidadão num Estado democrático, que sustenta a solidariedade e igualdade de oportunidades e aplica o direito na regulação das relações humanas, é diferente de ser cidadão em Estados não democráticos ou antidemocráticos onde uma minoria é detentora da maioria dos privilégios, onde existem e se mantêm desigualdades marcadas.

*Quando descí à cidade de Díli – à cidade desce-se sempre, ainda que se tenha feito a travessia por mar –, foi-me recomendado bastas vezes para não me esquecer nunca do local do meu nascimento. Tinha-me repartido por várias terras. Quando me perguntavam donde eu era, dizia sempre que era de Ataúro. Só me foi dito mais tarde que a terra de cada um é o local onde nasceu. Assim, eu deveria dizer Cailaco. Quando me apresentei no arquivo de identificação, mesmo antes de me perguntarem, já eu abrira a boca para dizer que era de Cailaco, não sem que, depois, acrescentasse concelho de Bobonaro e como que para pedir alguma atenuante para aquela terra recôndita, esconderijo e altar de rebeldes, acrescentei:*

*– Província de Timor!*

*– Ah, Bobonaro?! Terra de kuda-uluns! – dizia o funcionário mestiço, com a pele atacada de ena-mutim, irónico.*

*Agarrou com toda a força na ponta do meu dedo indicador, como se o quisesse partir, molhando-o numa almofada de tinta preta para depois esfregar por sobre uma cartolina, fazendo um borrão negro, que eu supunha ser o retrato da minha pele ou a fotografia da minha alma gentia. Tinha-me esforçado e feito o meu raciocínio com uma sequência lógica, de modo a acentuar a última frase onde cabia todo o meu patriotismo recheado durante os anos de escolaridade. Mesmo assim fui remetido para a parte mais nativa da minha origem:*



#### Citação

No seguinte excerto de “Crónica de Uma Travessia”, o escritor timorense Luís Cardoso narra um episódio da sua juventude, ocorrida no tempo colonial português, em que se dirige ao arquivo de identificação em Díli para fazer o “bilhete” que lhe conferiria a cidadania portuguesa. Sem esse documento de identificação e pertença a uma comunidade politicamente organizada, Luís Cardoso dizia ser vítima do preconceito e discriminação.



Vista de Díli e ilha de Ataúro

– Vocês não enganam ninguém! – fez um compasso afinando a pontaria. – Comem o que montam! – disparou o filósofo escriturário.

*Olhou para a minha fotografia onde os meus olhos assustados reluziam como um laku e puxou pela minha orelha indicando-me a porta da rua. Saí com a promessa de que me faltava apenas pouco tempo, o tempo suficiente para a Lua fazer a mudança de fase, as cobras, de pele, e eu, do meu estatuto. Doravante, munido daquele bilhete, poderia exibir a minha condição de cidadão responsável e não seria mais objecto de troça de qualquer outro funcionário, impingindo-me menoridade por eu ser oriundo de gente do interior e pertencente a um grupo étnico cujos hábitos e costumes os tornaram conhecidos como devoradores de cabeças de cavalo, dizendo-se que relinchavam na hora do sono e nos momentos de êxtase e de raiva.*

Fonte: Cardoso (2010)

Para além da “cidadania legal”, podem ser elencados três componentes da cidadania, que em conjunto traduzem aquilo que se entende por “cidadania ativa” e se associam aos direitos conquistados ao longo do tempo:

1) **Cidadania Civil**: decorrente do reconhecimento de direitos civis (por exemplo, liberdade de pensamento e de expressão, proteção de discriminação), enfatiza a reciprocidade entre direitos e deveres e o respeito pela soberania da lei por parte do cidadão;

2) **Cidadania Política**: decorrente do reconhecimento de direitos políticos (por exemplo, participação na sociedade civil e na política), enfatiza a importância do cidadão assumir um papel ativo, interveniente e responsável na sociedade democrática em que vive;

3) **Cidadania Social**: decorrente do reconhecimento de direitos sociais (por exemplo, educação e saúde), enfatiza o direito do cidadão ao desenvolvimento e à aquisição de um nível de vida adequado. A segurança, o bem-estar e a qualidade de vida dos cidadãos fazem parte das responsabilidades do Estado, mas também devem ser providenciados pela sociedade civil.

### 1.1.3. Cidadania na Contemporaneidade

Na atualidade, a cidadania democrática envolve duas dimensões: 1) representativa, de vínculo estatal entre governados e governantes (eleitos para representar os interesses dos governados); 2) participativa, ligada à expectativa de participação dos cidadãos na vida pública, através da expressão livre de opiniões, organizações não-governamentais, outras instituições da sociedade civil, e/ou atividade partidária. Estas duas dimensões conferem mais responsabilidades aos cidadãos, que deverão assumir um papel ativo na sociedade. Nesta aceção, o termo “cidadão” envolve a ideia de “estatuto” (de cidadão) e “papel” (como cidadão).

### O Alargamento do Modelo de Cidadania

Os problemas que a sociedade atual enfrenta reclamam um alargamento e aprofundamento do modelo de cidadania. Atualmente, para além da pertença nacional, reconhece-se aos indivíduos novas pertenças regionais e internacionais (por exemplo, ver as diversas Organizações Internacionais a que pertencem os diferentes

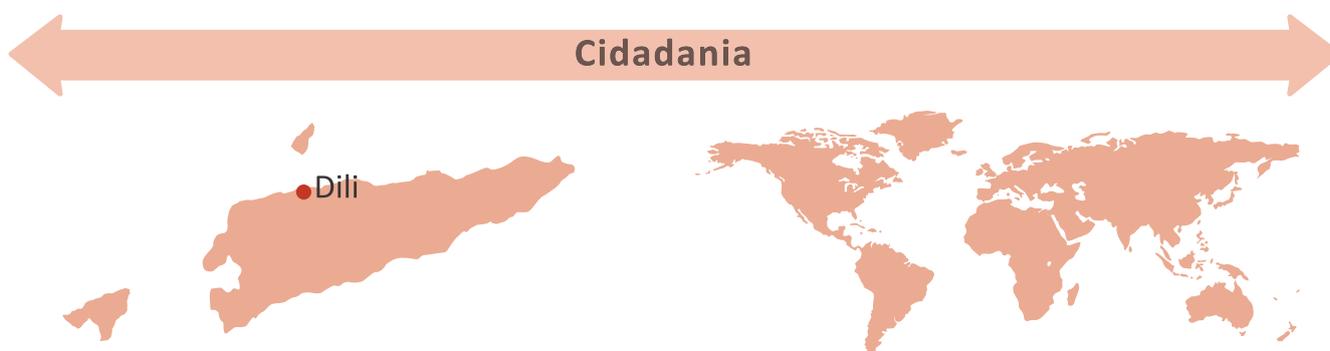
países da Comunidade de Países de Língua Portuguesa); além disso, emergem problemas relevantes para toda a Humanidade, como as questões ambientais. Tal não significa que a ideia do cidadão ligado ao Estado-Nação ou da cidadania associada à identidade e ao território nacional, já não seja pertinente. Trata-se de reconhecer que o cidadão existe para além dos limites do Estado-Nação, emergindo o conceito de “comunidade global”, em que se incluem os contextos locais, nacionais, regionais e internacionais em que o cidadão se insere.

O alargamento do conceito de cidadania pode ser entendido com referência a quatro aspetos do conceito: a identidade que atribui, os valores que assume, o compromisso que implica e os requisitos sociais.

**Quadro 1.1.** Interpretação restrita e alargada do conceito de Cidadania

Interpretação restrita	Conceitos	Interpretação alargada
A identidade conferida pela cidadania é vista em termos meramente formais, legais e jurídicos. <b>Um cidadão tem um certo estatuto civil com direitos associados, se pertence a um Estado</b> , ou seja, a uma comunidade politicamente organizada.	← <b>Identidade</b> →	<b>O cidadão deve ter consciência de si mesmo como membro de uma comunidade com cultura democrática</b> , implicando responsabilidades, com direitos e obrigações, um sentido do bem comum e liberdade.
Os valores são assumidos através de <b>responsabilidades, principalmente locais e imediatas</b> . É o cidadão quem age no sentido de ajudar os seus vizinhos através da atividade voluntária.	← <b>Valores</b> →	Os valores cívicos originam <b>responsabilidades que devem ser investidas em causas de alcance universal</b> ; os problemas globais suscitam tanto ou mais empenhamento que os locais.
<b>Participação na vida pública reduzida a compromissos mínimos</b> que o cidadão tem de assumir, como os de ordem fiscal e eleição dos seus representantes.	← <b>Compromisso Político</b> →	<b>Abordagem mais participativa na democracia</b> e empenhamento mais pró-ativo na vida pública, nomeadamente através de iniciativas cívicas.
O estatuto de cidadania atribui <b>igualdade formal de direitos e obrigações</b> a cada cidadão pertencente a uma nacionalidade e/ou a uma comunidade supraestatal.	← <b>Requisitos sociais</b> →	A cidadania exige a <b>diminuição progressiva das desvantagens sociais e nacionais</b> , para facilitar a coesão social e o acesso ao usufruto pleno da igualdade de direitos.

Fonte: adaptado de Pureza (2001)





### Proposta de Atividade

*Na minha família, que papel desempenho e como participo? Na minha escola, que papel desempenho e como participo? Na minha comunidade, que papel desempenho e como participo? Em que outros locais participo? Que papel desempenho nesses locais?*

*(Atividade 1.1.)*

Já não é suficiente limitar o conceito de “cidadania”, e o seu exercício, ao ato de ir votar, exigir direitos ao Estado, ou cumprir as leis (embora estes aspetos continuem a ser importantes). A cidadania deve implicar um conjunto de ações que a pessoa desenvolve e que têm impacto na comunidade local, nacional, regional e internacional. Para que estas ações sejam implementadas são necessários espaços públicos ou de participação.

### Espaços de Cidadania e Participação

O exercício de cidadania significa pertencer e participar em espaços organizados, onde existem regras. Uma pessoa pode pertencer a diversos tipos de espaços organizados e participar de formas diferentes. Existem organizações estatais (por exemplo, um hospital) e organizações privadas (por exemplo, um clube desportivo); organizações informais (por exemplo, uma família) e organizações formais (por exemplo, uma escola); organizações locais, nacionais e internacionais. Nos mais variados espaços em que participa, a pessoa detém um estatuto e desempenha um papel.

Um “espaço de cidadania” é uma forma inovadora de viver a democracia, constituindo um espaço de participação para procurar divulgar ou concretizar os princípios da moderna cidadania democrática. São projetos que geralmente envolvem diferentes intervenientes e são controlados pelos próprios participantes. Um espaço de cidadania envolve uma série de atividades que são desenvolvidas numa determinada área geográfica, seja uma localidade, um país ou uma região, com vista à promoção dos valores democráticos (por exemplo, o respeito pelos direitos humanos). Nestes espaços procuram-se e exploram-se diferentes formas de participação, colocando a inovação ao serviço da mudança social. Dentro dos espaços de cidadania prevalecem valores e processos democráticos, que os próprios procuram promover e consolidar.

### Direitos e Deveres

A participação cívica e responsável, nos múltiplos espaços de que fazemos parte, implica o conhecimento e a fruição dos direitos, garantias e liberdades, consagrados pelas regras desses espaços (por exemplo, no espaço da cidadania nacional, os direitos consagrados na Constituição). Mas também envolve o reconhecimento e cumprimento de deveres e responsabilidades. Ou seja, os deveres constituem a outra face dos direitos. Por exemplo, a Constituição da República Democrática de Timor-Leste (RDTL) reconhece a todos os cidadãos timorenses o direito a cuidados de saúde. Para tal são necessárias, entre outras coisas, instalações adequadas, médicos, enfermeiros, farmácias e medicamentos, que o Estado deverá providenciar na medida das suas possibilidades. Contudo, da pessoa que tem direitos também são esperados alguns deveres. No caso da saúde, tal significa que o indivíduo tenha comportamentos que promovam a sua saúde e a dos que o rodeiam.



### Sabias que...

*O “garantismo” é um comportamento ético e político que centra o discurso político na reivindicação de direitos e garantias. Nesta perspetiva, o cidadão é exclusivamente crítico e reivindicativo, encarando o Estado como único responsável por assegurar deveres, obrigações e garantias. A relação entre o Estado e o cidadão passa a ter um único sentido: os direitos estão do lado do cidadão; os deveres estão do lado do Estado.*

Hoje em dia, para além dos direitos e deveres do cidadão ao nível local e nacional, acresce uma responsabilização global e a participação nas causas comuns à Humanidade. Alguns exemplos são: a defesa e promoção dos direitos humanos, a preservação do meio ambiente ou o compromisso com o desenvolvimento sustentável. Por isso, para além das questões da cidadania nacional, fala-se hoje de cidadania global, indicando o reconhecimento de pertenças transnacionais (todos fazemos parte do mesmo mundo e habitamos o mesmo planeta) e a participação ativa em prol do bem comum da humanidade.

*“Falamos de direitos, só de direitos. É evidente que eles devem ser conhecidos e respeitados. As declarações e as convenções que os afirmam foram o resultado de uma luta, de um esforço de séculos e custaram o sacrifício e por vezes até a própria vida a alguns até serem, definitivamente, consagrados na Declaração Universal dos Direitos Humanos, que há meio século foi dada a conhecer ao mundo, ainda com graves feridas abertas pela Segunda Guerra Mundial. E esquecemo-nos – o que é grave – de apontar os deveres correspondentes a esses direitos, tão importantes como eles, indispensáveis à convivência cívica, à prática responsável da cidadania”*

Maria Barroso Soares (2001), sócia fundadora e presidente da Pro Dignitate - Fundação de Direitos Humanos

*“A autonomia de cada pessoa e de cada instituição levou à convicção de que o sistema político é o lugar onde se cruzam dois subsistemas: o subsistema dos direitos e o subsistema dos deveres. (...) Os deveres inseparáveis dos direitos podem decorrer do simples bom senso: o direito à vida implica o dever de respeitar a vida; o direito à liberdade exige o dever de respeitar a liberdade do outro; o direito à segurança implica o dever de criar condições para que cada ser humano possa ter a garantia de viver em segurança humana; o direito a escolher os dirigentes políticos traz consigo a responsabilidade de participar e de pedir contas aos eleitos; o direito ao trabalho e a uma remuneração justa implica o dever de realizar o trabalho com toda a capacidade; o direito à liberdade de pensamento, consciência e religião implica o respeito pelas convicções dos outros; o direito à educação implica a responsabilidade de aprender o mais que for possível e de partilhar o saber com outros; o direito a beneficiar da abundância da natureza traz consigo a responsabilidade de cuidar dela”*

Maria de Lourdes Pintassilgo (2003), Primeira-Ministra de Portugal (1979-1980)

Fonte: Ribeiro (2008)



### Proposta de Atividade

*Lê atentamente os seguintes textos, e elabora a tua reflexão pessoal sobre a relação entre direitos e deveres focando o fenómeno do “garantismo”.*

## O Bem Comum

Outro conceito relevante para a cidadania contemporânea é o de “bem comum”. Enquanto aluno, seria desejável que usufruísse das melhores condições de ensino, das melhores escolas, salas de aulas e livros. Tal seria desejável, para os restantes colegas de turma, para os professores, para as restantes turmas e escolas. O bem comum consiste no bem próprio de uma comunidade (no exemplo, a turma ou a escola), que as pessoas devem promover e respeitar e de que participam.

Existem vários tipos de bens comuns:

- **Bens comuns particulares**, envolvem a satisfação das necessidades individuais (como alimentação e habitação).
- **Bens comuns de ordem**, incluem as instituições que coordenam a satisfação dos desejos individuais, garantindo aos indivíduos determinados bens particulares (por exemplo, os sistemas de educação, que garantem conhecimento, e os sistemas de saúde, que garantem cuidados de saúde).
- **Bens comuns de valor**, relacionados com valores partilhados numa comunidade com influência na ação humana; incluem liberdade, solidariedade, justiça e igualdade. Estão associados aos direitos humanos fundamentais, que serão abordados no próximo subtema.

## 1.2. Direitos Humanos

### 1.2.1. Introdução aos Direitos Humanos

Os direitos de uma pessoa são as suas reivindicações legítimas. Os direitos humanos são direitos inerentes a todas as pessoas, independentemente das suas características. A sua reivindicação baseia-se em valores éticos, sustentados no reconhecimento de que certos aspetos da vida não podem ser violados, pois são fundamentais para a existência humana.



Estante “Direitos e Liberdades” da Biblioteca do Parlamento Nacional de Timor-Leste



Faixa comemorativa do Dia Internacional dos Direitos Humanos em Díli (10 de dezembro)

## Princípios dos Direitos Humanos

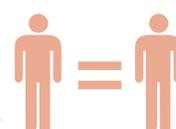
### Princípio da Dignidade

Os direitos humanos definem os padrões básicos e elementares para uma pessoa poder viver com dignidade. Esta dignidade é sustentada no direito à vida, integridade física e mental, e na proibição da pena de morte, tortura, maus-tratos e escravidão, entre outros. A dignidade é um valor particular aplicável a todos os seres humanos. Assenta num princípio ético que exige o respeito de cada pessoa como ser único e elemento integrante da Humanidade.



### Princípio da Igualdade

O princípio da igualdade pressupõe a igualdade de todos perante a sociedade, instituições, benefícios e obrigações. Compreende a igualdade formal (todos são iguais perante a lei) e a igualdade substantiva (de condições efetivas de exercício de direitos e deveres, de oportunidades, na sujeição às mesmas normas de conduta, no assumir de responsabilidades). Decorre da unidade do género humano, negando qualquer discriminação, por exemplo, de natureza étnica, religiosa ou política.



### Princípio da Universalidade

Os direitos humanos são universais e inalienáveis. A universalidade significa que se aplicam a todos os seres humanos. A igualdade em matéria de direitos humanos não significa que as pessoas tenham de ser todas iguais, mas significa que todos os seres humanos, de todos os povos e nações, são destinatários das normas contidas nos direitos humanos. Assim, os direitos humanos são inalienáveis, inerentes ao ser humano, não podendo ser retirados. Contudo, alguns direitos podem ser suspensos ou restringidos em situações particulares; por exemplo, quando alguém comete um crime a sua liberdade pode ser retirada.



### Princípio da Liberdade

O princípio da liberdade reconhece que o ser humano é dotado de vontade individual, pelo que ser forçado a fazer algo contra a vontade coloca em causa a sua integridade. A liberdade é um conceito plural e relativizado. É plural porque se refere a diversas liberdades de pensamento, opinião, expressão e informação; de consciência, crença e religião; liberdade de circulação, estabelecimento e escolha do local para viver; de reunião e associação; de casamento e constituição de família; de aprendizagem e escolha de profissão; de intervenção na esfera pública, de escolha dos governantes, e de participação nos processos de tomada de decisão, e de controlo no exercício do poder. É relativizado pois a liberdade de um indivíduo tem de ser experienciada considerando a liberdade dos outros.



### Princípio da Solidariedade e Responsabilidade

O princípio da solidariedade está subjacente aos direitos, cuja aplicação e cumprimento exigem participação, contributo ou prestação solidária. Por exemplo, o direito ao ambiente saudável exige o contributo e solidariedade de todos. Os direitos humanos implicam o assumir de responsabilidades ao nível governamental e individual. Os Estados devem assumir obrigações e deveres relativamente ao respeito, proteção e cumprimento dos direitos humanos:



- O dever de respeito implica que os Estados se devem abster de interferir ou suprimir o usufruto dos direitos humanos pelos seus cidadãos.
- O dever de proteção implica que os Estados devem defender os indivíduos contra as violações dos direitos humanos.
- O dever de cumprimento significa que os Estados devem assumir uma postura ativa e concretizar ações para a prossecução do usufruto dos direitos humanos.

Ao nível individual, este princípio significa que temos o direito a usufruir dos nossos direitos humanos e temos o dever de respeitar os direitos humanos dos outros.

### Princípio da Autoridade

Para conferir um significado preciso aos direitos humanos é necessário definir quatro condições:

- a) Um titular que possa beneficiar desses direitos;
- b) Um objeto que dê conteúdo ao direito;
- c) Uma possibilidade do titular reivindicar os seus direitos perante uma instância;
- d) Uma sanção aplicável a quem desrespeita esses direitos ou obstrui o seu usufruto.



Assim, é necessário existir uma sociedade politicamente organizada, com autoridade para examinar as reclamações dos titulares dos direitos e para definir e aplicar as sanções adequadas. Aqui importa distinguir autoridade e autoritarismo. Uma autoridade legitimada democraticamente é essencial para garantir a aplicação efetiva dos direitos humanos. O autoritarismo é uma obstrução ao exercício efetivo desses direitos.

Por último, os direitos humanos são interdependentes e indivisíveis, significando que os diferentes direitos humanos estão interligados, não podendo ser encarados de forma isolada. Geralmente, a melhoria num determinado direito facilita a melhoria dos outros direitos, e a privação de um direito afeta negativamente os restantes.

### Os Direitos Humanos ao Longo da História

Os valores e os princípios que deram origem e fundamentaram os direitos humanos, tais como os conhecemos atualmente, não são uma “invenção do ocidente”, nem uma “invenção do século XX”. A ideia de que todas as pessoas têm direitos e deveres inatos tem raízes em muitas culturas e tradições antigas. A luta pela defesa da igualdade, liberdade e dignidade de todos os seres humanos e o reconhecimento e institucionalização dos direitos humanos fundamentais, trilharam um longo caminho pela história.

### A Antiguidade Clássica

Determinar com precisão o momento histórico em que se tomou consciência dos direitos humanos é difícil. O Código de Hammurabi, que emerge na Babilónia, aproximadamente em 1790 a.C., constitui um marco histórico, pois é uma das primeiras compilações de leis, que fixava as regras da vida quotidiana e definia punições para os infratores. O Decálogo ou Lei Mosaica, composto pelos 10 Mandamentos gravados em duas Tábuas, e o Livro dos Mortos egípcio, também constituem marcos, ambos de inspiração divina, na regulamentação da vida social.

Na Antiguidade Grega, em Atenas, a estratificação social definia a existência de cidadãos (dotados de direitos civis e políticos) e não cidadãos (como mulheres, escravos e estrangeiros, excluídos desses direitos). Na Grécia Antiga existiam grandes desigualdades sociais, porém foi o palco da emergência de uma corrente de pensamento – o estoicismo – que advogava que toda a pessoa, antes de ser cidadão, é ser humano, prosseguindo o ideal de igualdade e dignidade humana.

Roma herdou muitos traços da civilização clássica grega. No contexto da civilização romana, importa referir as Leis das XII Tábuas (base do direito romano) e a jurisprudência de Cícero, que distinguia “direito natural” (justo por natureza) e direito positivo (justo por lei ou convenção). Em 212 d.C., o imperador Caracala publicou um dos mais importantes documentos na caminhada para o reconhecimento da igualdade de direitos e deveres civis para todos os elementos de uma sociedade. A Constituição Antonina, também apelidada de Édito de Caracala, veio estender a todo o Império a igualdade civil, o direito de cidadania romana, até aí restringida aos habitantes da península italiana. O cristianismo viria a acrescentar um elemento novo – “o amor ao próximo” – e salientar a universalidade do ser humano. A perseguição aos cristãos durou aproximadamente três séculos, até que, no ano 313 d.C., o Imperador Constantino estabelece, através do Édito de Milão, a liberdade religiosa.

### A Época Medieval e a Idade Moderna

A Magna Carta de 1215, destaca-se como antecedente histórico dos direitos humanos, pois estabelecia um conjunto de direitos e liberdades, limitava o poder do soberano sobre os indivíduos, e salvaguardava a liberdade pessoal perante o abuso de poder. Nela pode ler-se que “nenhum homem livre pode ser detido, sujeito a prisão, privado dos seus bens, exilado, ou alvo de outra forma de violência, senão com base num julgamento assente no respeito pela Lei do Reino”. A Magna Carta lança os fundamentos do Estado de direito, pois o comportamento das instituições judiciais passava a depender do respeito pela Lei do Reino, protegendo os cidadãos de eventuais abusos por parte dos detentores do poder. A transição da Idade Média para a Idade Moderna ficou marcada pelos progressos da racionalidade renascentista que permitiram importantes reflexões para o desenvolvimento dos direitos humanos. Em 1628, o Parlamento inglês aprovou e apresentou ao Rei D. Carlos I, a Petição de Direitos (*Petition of Right*), que modificou e reforçou a Magna Carta, reafirmando a necessidade de um Estado de direito, impondo limites aos poderes da Coroa e protestando contra as prisões arbitrárias. Em 1689, o Parlamento inglês impôs ao Príncipe Guilherme de Orange a Lei dos Direitos do Cidadão (*Bill of Rights*) que apontava as eleições livres como forma de escolher os membros da instituição parlamentar. Os direitos consagrados nestes documentos viriam, anos mais tarde, a influenciar a Revolução Americana e a Revolução Francesa.



O Código de Hammurabi



Imperador Constantino



Cícero

## A Revolução Americana e a Revolução Francesa

A Declaração de Independência dos Estados Unidos da América surgiu a 4 de julho de 1776. Neste documento pode ler-se: “Consideramos estas Verdades como evidentes por si mesmas, que todos os Homens são criaturas iguais, dotados pelo Criador com certos Direitos inalienáveis, como a Vida, a Liberdade e a Busca da Felicidade – Os Governos são estabelecidos entre os Homens para assegurar esses Direitos e os seus justos Poderes derivam do Consentimento dos Governados”.

Em 1789, os Franceses derrubaram a monarquia e estabeleceram a primeira República Francesa. As palavras de ordem da Revolução Francesa eram liberdade, igualdade e fraternidade. No seguimento destes eventos, a Assembleia Nacional Francesa aprovou a Declaração dos Homens e do Cidadão, afirmando no preâmbulo que: “a ignorância, o esquecimento ou o desprezo dos direitos do homem são as únicas causas dos malefícios públicos e da corrupção dos governantes”. O artigo 2.º estabelece que “o objetivo de toda a associação política é a conservação dos direitos naturais e imprescritíveis do homem; estes direitos são a liberdade, a propriedade, a segurança e a resistência à opressão”.

Durante os séculos XIX e XX, começaram a surgir os primeiros tratados relacionados com os direitos humanos. Na Conferência de Bruxelas de 1890 é assinado um ato antiescravatura entre vários países; e a 22 de agosto de 1864, é assinada a Convenção de Genebra, que estabelece as regras internacionais de ajuda para os soldados feridos ou doentes em cenário de guerra.

## O Século XX

Durante o século XX, a ideia de proteção dos direitos dos seres humanos em relação aos poderes dos governos e às pessoas em posições de poder, começou a ser globalmente aceite. No final da I Guerra Mundial (1914-1918), reconheceu-se a importância de criar organizações internacionais para preservar a paz política e social. Neste contexto nasce a Sociedade das Nações, precursora das Organização das Nações Unidas (ONU), que aprova em 1930 uma Declaração sobre os Direitos do Homem. Contudo, após a II Guerra Mundial (1939-1945) constatou-se que os direitos humanos tinham sido, mais uma vez, tragicamente desprezados. É assim que, depois de assinada a Carta das Nações Unidas em São Francisco em 26 de junho de 1945, a Assembleia Geral das Nações Unidas aprova em 10 de dezembro de 1948, a Declaração Universal dos Direitos Humanos.

## Evolução dos Direitos Humanos

A Declaração Universal dos Direitos Humanos e outros tratados internacionais contemplam uma grande variedade de direitos. Neste ponto, será abordada a ordem pela qual os direitos humanos foram desenvolvidos e reconhecidos pela comunidade internacional. Por norma, os direitos humanos classificam-se por gerações. Podem ser identificadas três gerações.



*Declaração de Independência dos Estados Unidos da América*



*Liberdade, Igualdade e Fraternidade*

**Direitos de Primeira Geração (Direitos Civis e Políticos):** surgem durante os séculos XVII e XVIII associados à ideia de liberdade pessoal e proteção do indivíduo perante eventuais abusos do poder. Os direitos civis referem-se à integridade moral e física dos indivíduos e à sua consciência moral e religiosa. Os direitos legais são relativos às situações em que o indivíduo lida com o sistema político e legal. Os direitos políticos concernem a participação pública na comunidade e sociedade. A distinção entre categorias nem sempre é linear, pois existem direitos que podem ser enquadrados em mais de uma categoria. Por exemplo, o direito de expressão é um direito civil e político, pois é essencial para a liberdade do indivíduo e para a participação política ou pública.

**Direitos de Segunda Geração (Direitos Económicos, Sociais e Culturais):** obtêm reconhecimento internacional com a industrialização e emergência das classes trabalhadoras, e com a tomada de consciência que uma vida com dignidade depende de fatores para além dos contemplados nos direitos civis e políticos. Exemplos de direitos sociais são o direito à segurança social, cuidados de saúde e formação de família. Exemplos de direitos económicos são o direito ao trabalho, consumo e propriedade privada. Exemplos de direitos culturais são o direito a participar na vida cultural e à educação.

**Direitos de Terceira Geração (Direitos Coletivos):** emergem na contemporaneidade perante as alterações tecnológicas e algumas ameaças, como os desastres ecológicos. Foi sugerido que esta categoria de direitos era necessária para assegurar que as sociedades, particularmente dos países em desenvolvimento, alcançavam a primeira e segunda geração de direitos. Exemplos desta categoria de direitos são o direito ao desenvolvimento sustentável, assistência humanitária, partilha da herança comum da humanidade e paz.

### 1.2.2. Organizações Internacionais de Defesa dos Direitos Humanos

Existem muitas organizações, espalhadas pelo globo, cujos objetivos se centram na salvaguarda dos direitos humanos e na prevenção e combate a eventuais violações. As **Organizações Internacionais (OI)** têm desenvolvido numerosos projetos na promoção dos direitos humanos e podem ser distinguidas em dois grupos:

1) **Organizações Intergovernamentais (OIG):** associações de Estados, criadas por tratados num quadro de cooperação e interdependência entre Estados, atuando com autonomia em relação aos Estados para defender interesses comuns.

#### Sabias que...

*A ideia de criar as Nações Unidas, para substituir a Sociedade das Nações, surge ainda durante a II Guerra Mundial, na Conferência de Moscovo de outubro de 1943, sendo reafirmada na Conferência de Teerão, em dezembro do mesmo ano. As Nações Unidas, emergiram da aliança das nações dos Aliados contra as nações do Eixo, mas acabaram por se estender a todas as nações do globo, tornando-se uma organização mundial.*

#### Sabias que...

*A ONU proclamou em 1994 a Década para a Educação dos Direitos Humanos (1995-2004).*

#### Citação

*“Os Direitos Humanos são aquilo que ninguém nos pode roubar.”*

*René Cassin (Prémio Nobel da Paz em 1968 pelo trabalho realizado na elaboração da Declaração Universal dos Direitos Humanos)*

### **! Sabias que...**

*A Carta Magna de Liberdades, Direitos, Deveres e Garantias do Povo de Timor-Leste, aprovada na Convenção Nacional Timorense na Diáspora, em 25 de Abril de 1998, faz referência às origens da ONU. Nela pode ler-se:*

*“A segunda grande guerra, com o seu cortejo de violações dos direitos mais elementares e naturais da humanidade traduzido em mortes de milhões de pessoas, com o seu sabor amargo de holocausto e de destruição, produziu uma consciência universal em prol da paz e harmonia internacionais. Como produto de toda esta tomada de consciência nasceu a Organização das Nações Unidas erigida sobre os alicerces do respeito pelos direitos dos Povos e das Nações à autodeterminação e independência, da necessidade de defesa de uma sólida harmonia internacional, condenando o recurso à agressão e à guerra, e promovendo a solução pacífica dos conflitos”.*



*Símbolo da ONU*

### **! Sabias que...**

*O logótipo da Organização das Nações Unidas é constituído por um mapa da Terra, que relembra que somos todos parte do mesmo mundo, rodeado por ramos de oliveira, que simbolizam a paz.*

### **! Sabias que...**

*A Carta das Nações Unidas é um tratado internacional que enuncia os direitos e deveres dos membros da comunidade internacional.*

2) **Organizações Não-Governamentais (ONG):** associações de indivíduos pertencentes a qualquer país, desvinculadas dos interesses diretos do Estado e dotadas de competências especializadas. Constituem personalidade jurídica com direitos e deveres segundo o Direito Internacional. Têm como objetivo a defesa e promoção de interesses supranacionais em setores da vida pública, tais como, ambiente, património e direitos humanos.

### **Organizações Intergovernamentais**

O mundo atual é caracterizado pela crescente interdependência entre Estados. Uma comunidade internacional baseada na interdependência cria mais oportunidades de diálogo e cooperação entre países, mas também se torna vulnerável, pois uma perturbação num país pode ter efeitos graves noutros países. As organizações intergovernamentais nasceram para dar resposta às necessidades de interdependência entre os Estados e às vulnerabilidades que daí podem advir.

### **Organização das Nações Unidas**

A **Organização das Nações Unidas** é uma instituição internacional formada atualmente por 192 Estados soberanos, nascida oficialmente a 24 de outubro de 1945, data em que a Carta das Nações Unidas foi ratificada pela maioria dos 51 Estados-membros fundadores. Neste documento define-se o objetivo fundamental das Nações Unidas: “salvar as gerações vindouras do terror da guerra” e “reafirmar a fé nos Direitos Humanos fundamentais, na dignidade e no valor da pessoa humana e nos direitos iguais dos homens e das mulheres”.

A Organização das Nações Unidas é constituída por seis órgãos principais: 1) Assembleia Geral, 2) Conselho de Segurança, 3) Conselho Económico e Social, 4) Conselho de Tutela (que suspendeu atividades em novembro de 1994), 5) Tribunal Internacional de Justiça e 6) Secretariado. Todos estão, situados na sede da ONU, em Nova Iorque, com exceção do Tribunal que fica em Haia, na Holanda. Todos estes órgãos consagram parte da sua atividade à promoção e proteção dos direitos humanos, de acordo com as disposições específicas estabelecidas na Carta da ONU.

### Objetivos da Organização das Nações Unidas:

- 1) Manter a paz e a segurança internacionais;
- 2) Desenvolver relações amistosas entre as nações;
- 3) Fomentar a cooperação internacional para resolver os problemas mundiais de caráter económico, social, cultural e humanitário, promovendo o respeito pelos direitos humanos e as liberdades fundamentais;
- 4) Constituir um centro destinado a harmonizar a ação dos povos para a realização desses objetivos comuns.

### A ONU em Timor-Leste

A intervenção da Organização das Nações Unidas em Timor-Leste contemplou várias etapas. A 11 de junho de 1999, o Conselho de Segurança das Nações Unidas criou a **Missão das Nações Unidas em Timor-Leste** (UNAMET), através da Resolução 1246, para auxiliar a concretizar um referendo em que os timorenses decidiriam o futuro do território. Após a realização da Consulta Popular de 30 de agosto de 1999, na qual o povo de Timor-Leste optou pela independência, a 25 de outubro de 1999, foi estabelecida a **Administração Transitória das Nações Unidas em Timor-Leste** (UNTAET), com o objetivo de administrar o país e exercer autoridade legislativa e executiva durante o período de transição, até à independência a 20 de Maio de 2002. Nesse dia, a UNTAET foi sucedida pela **Missão de Apoio das Nações Unidas em Timor-Leste** (UNMISSET), cujos objetivos eram: facultar assistência às estruturas administrativas com vista à viabilidade e estabilidade política de Timor-Leste, providenciar uma força de segurança interna, contribuir para o desenvolvimento e capacitação de forças de segurança autónomas e contribuir para a manutenção da segurança interna e externa de Timor-Leste. Estas missões de paz foram sucedidas por uma missão política, o **Gabinete das Nações Unidas em Timor-Leste** (UNOTIL), que iniciou atividade a 20 de maio de 2005, para apoiar as instituições do Estado, incluindo a Polícia Nacional de Timor-Leste (PNTL), de forma a fortalecer a democracia e respeito pelos direitos humanos. Esta missão política tinha o seu fim previsto para maio de 2006. Contudo, uma série de eventos que culminaram na crise política, humanitária e de segurança de abril/maio de 2006, levaram o Conselho de Segurança a prolongar o mandato da UNOTIL até 20 de agosto de 2006, e a criar a **Missão Integrada das Nações Unidas em Timor-Leste** (UNMIT) a 25 de agosto de 2006, cujo término foi previsto para 2012.



A sede das Nações Unidas em Nova Iorque

### ! Sabias que...

A sede das Nações Unidas fica em Nova Iorque, nos Estados Unidos da América, mas o terreno onde os edifícios estão implantados é território internacional.



As Nações Unidas em Timor-Leste

## Para Pesquisar

Para além dos seis órgãos principais estabelecidos pela Carta das Nações Unidas, existem outros organismos, agências, programas e fundos especializados com ligação à ONU, que trabalham em áreas muito diversas. São exemplos a UNESCO (Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura) e a OMS (Organização Mundial de Saúde). Efetua uma pesquisa no sítio eletrónico das Nações Unidas e enumera algumas dessas organizações, referindo os seus principais objetivos e importância para os povos.



UNESCO



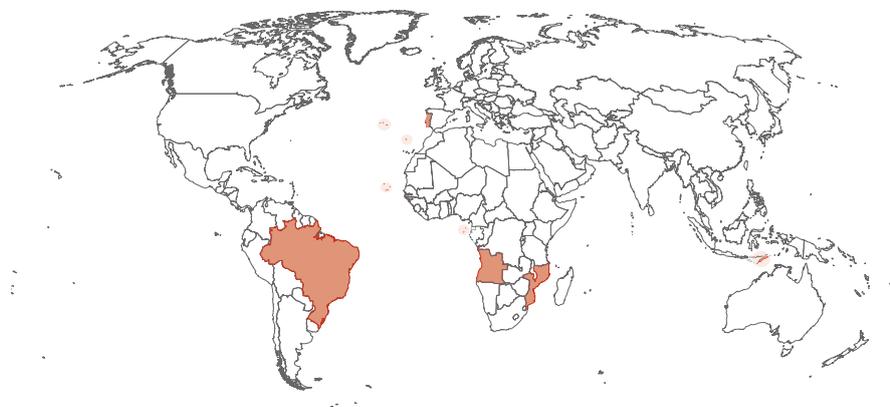
OMS



Bandeira da CPLP

## Comunidade dos Países de Língua Portuguesa

A Comunidade dos Países de Língua Portuguesa (CPLP) foi criada a 17 de julho de 1996 em Lisboa, com a presença dos Chefes de Estado e de Governo de Angola, Brasil, Cabo-Verde, Guiné-Bissau, Moçambique, Portugal e São Tomé e Príncipe. Com a conquista da independência, a 20 de maio de 2002, Timor-Leste tornou-se o oitavo Estado-membro da CPLP. A Declaração Constitutiva enuncia uma série de princípios como os “valores perenes da Paz, da Democracia e do Estado de Direito, dos Direitos Humanos, do Desenvolvimento e da Justiça Social”. Os Estatutos da CPLP reafirmam estes princípios e acrescentam outros: a) Igualdade soberana dos Estados membros; b) Não-ingerência nos assuntos internos de cada Estado; c) Respeito pela sua identidade nacional; d) Reciprocidade de tratamento; e) Primado da paz, da democracia, do estado de direito, dos direitos humanos e da justiça social; f) Respeito pela sua integridade territorial; g) Promoção do desenvolvimento; h) Promoção da cooperação mutuamente vantajosa. Os Estatutos apresentam os seguintes objetivos gerais: 1) concertação político-diplomática entre Estados membros, nomeadamente para o reforço da presença no cenário internacional; 2) cooperação em todos os domínios, inclusive educação, saúde, ciência e tecnologia, defesa, agricultura, administração pública, comunicações, justiça, segurança pública, cultura, desporto e comunicação social; 3) materialização de projetos de promoção e difusão da língua portuguesa.



“A área do globo terrestre ocupada pelos oito Estados-membros da CPLP é muito vasta. São 10 742 000 km<sup>2</sup> de terras, 7,2 por cento da terra do planeta (148 939 063 km<sup>2</sup>), espalhadas por quatro Continentes – Europa, América, África, Ásia. Situado maioritariamente no hemisfério sul, este espaço descontínuo abrange realidades tão diversas como a do Brasil, quinto país do mundo pela superfície, como o minúsculo arquipélago de São Tomé e Príncipe, o Estado mais pequeno, em área, de África. O clima, a fauna e a flora são variados, correspondentes à diversidade das latitudes em que se situam os vários países membros. Com exceção de Portugal, de clima temperado com variantes oceânica e mediterrânea, a maior parte da CPLP situa-se na zona tropical subequatorial. Os índices de pluviosidade determinam grandes diferenças de paisagens naturais, às vezes dentro de um só país, como acontece no Brasil – das estepes semi-áridas do Nordeste à selva amazónica – e em Angola – da floresta do Mayombe ao deserto de Namibe e às savanas inundáveis do Zambeze, por exemplo.”

Fonte: sítio oficial da CPLP na internet ([www.cplp.org](http://www.cplp.org))

Os vários Estados-membros que compõem a CPLP pertencem a outras organizações intergovernamentais:



Angola: Organização das Nações Unidas (ONU), União Latina, Comunidade Económica dos Estados da África Ocidental (CEEAO), União Africana (UA), Zona de Paz e Cooperação do Atlântico Sul (ZPCAS), Comunidade para o Desenvolvimento da África Austral (SADC), Movimento dos Países Não Alinhados (MNA)



Brasil: Organização das Nações Unidas (ONU), União Latina, Mercado Comum do Sul (Mercosul), Grupo do Rio (Mecanismo Permanente de Consulta e Concertação Política da América Latina e do Caribe), Zona de Paz e Cooperação do Atlântico Sul (ZPCAS), União de Nações Sul-Americanas (UNASUL), Organização dos Estados Ibero-americanos (OEI)



Cabo-Verde: Organização das Nações Unidas (ONU), União Latina, Comunidade Económica dos Estados da África Ocidental (CEEAO), Zona de Paz e Cooperação do Atlântico Sul (ZPCAS), Movimento dos Países Não Alinhados (MNA)



Guiné-Bissau: Organização das Nações Unidas (ONU), União Latina, Comunidade Económica dos Estados da África Ocidental (CEEAO), União Africana (UA), Zona de Paz e Cooperação do Atlântico Sul (ZPCAS), Movimento dos Países Não Alinhados (MNA)



Moçambique: Organização das Nações Unidas (ONU), União Latina, União Africana (UA), Commonwealth, Comunidade para o Desenvolvimento da África Austral (SADC), Movimento dos Países Não Alinhados (MNA)



Portugal: Organização das Nações Unidas (ONU), União Latina, União Europeia (EU), Organização do Tratado do Atlântico Norte (OTAN), Organização dos Estados Ibero-americanos (OEI)



São Tomé e Príncipe: Organização das Nações Unidas (ONU), União Latina, União Africana (UA), Zona de Paz e Cooperação do Atlântico Sul (ZPCAS), Movimento dos Países Não Alinhados (MNA)



Timor-Leste: Organização das Nações Unidas (ONU), União Latina, Movimento dos Países Não Alinhados (MNA)

### Associação de Nações do Sudeste Asiático

A Associação de Nações do Sudeste Asiático (ASEAN) é uma organização intergovernamental fundada a 8 de agosto de 1967 em Banguecoque, na Tailândia, com a assinatura da Declaração ASEAN (também conhecida como Declaração de Banguecoque) por parte dos seguintes membros fundadores: Indonésia, Malásia, Filipinas, Singapura e Tailândia. A adesão do Brunei ocorreu a 7 de janeiro de 1984, seguindo-se o Vietname a 28 de julho de 1995, o Laos e Myanmar a 23 de julho de 1997 e, por último, o Cambodja a 30 de abril de 1999. A República Democrática de Timor-Leste apresentou formalmente a sua candidatura em março de 2011.

A **Comissão Intergovernamental sobre Direitos Humanos da ASEAN** (AICHR) foi criada em setembro de 2009. Este organismo tem por objetivo a defesa e proteção dos direitos humanos e liberdades fundamentais dos povos membros da ASEAN, fomentar a cooperação dos Estados membros em matéria de direitos humanos, e promover a estabilidade e harmonia na região do sudeste asiático.



Simbolo da ASEAN

#### Para Pesquisar

Abordámos três organizações intergovernamentais com ligações estreitas a Timor-Leste: ONU, CPLP e ASEAN. Pesquisa informações sobre outras organizações intergovernamentais e procura responder às seguintes questões: a) “Como surgiram?”; b) “Quais os Estados fundadores e aqueles que aderiram posteriormente?”; c) “Quais os seus objetivos e normas de funcionamento?”; d) “Que relacionamentos mantêm com outras organizações intergovernamentais?”; e) “Que preocupações e trabalhos desenvolveram em prole dos direitos humanos?”

Sugestão: procura abordar as organizações intergovernamentais a que os diferentes países da CPLP pertencem.

## Organizações Não-Governamentais

As organizações não-governamentais podem ser distinguidas consoante o âmbito de atuação e influência geográfica: local, nacional ou internacional. As organizações não-governamentais são sempre instituições da sociedade civil, sem fins lucrativos, que visam modificar determinados aspetos da sociedade, complementando a atuação dos Estados. No contexto destas organizações, existem aquelas cujo enfoque é a promoção e proteção dos direitos humanos. É o caso, por exemplo, do Instituto Internacional dos Direitos Humanos. Muitas outras ONGs mereceriam referência, mas citaremos apenas três outros exemplos.



Cruz Vermelha



Amnistia Internacional



Human Rights Watch

A **Cruz Vermelha Internacional** foi fundada por Henri Dunant em 1863. Destina-se a auxiliar os feridos e vítimas da guerra, sendo as suas ações reconhecidas ao nível global. É secundada pelo Crescente Vermelho, nos países muçulmanos.

A **Amnistia Internacional** é uma organização não-governamental de defesa dos direitos humanos, fundada em 1961 em Londres. Constitui-se como um comunidade internacional de pessoas que participam ativamente em campanhas a favor do reconhecimento dos direitos humanos à escala global. Tem por objetivo conduzir investigações e mobilizar ações que previnam ou ponham termo a violações dos direitos humanos. Foi galardoada com o Prémio Nobel da Paz em 1977.

A **Human Rights Watch** é uma organização não-governamental sediada em Nova Iorque, nos Estados Unidos da América, e fundada em 1978 (sob o nome Helsinki Watch), dedicada à defesa e proteção dos direitos humanos. As atividades desenvolvidas incluem a investigação sistemática e regular de violações dos direitos humanos, conduzida nos locais onde ocorrem, e a elaboração de relatórios com os resultados das investigações.

### ! Sabias que...

Em Timor-Leste, o Fórum ONG Timor-Leste (FONGTIL) é uma organização que agrega várias ONGs nacionais e internacionais com presença no território. O FONGTIL foi criado em 1998 por catorze organizações não-governamentais e tem como objetivos: a capacitação e autonomização dos timorenses, a defesa dos interesses dos timorenses e a proteção e fortalecimento das ONGs a operar em Timor-Leste. Atualmente são membros do FONGTIL 530 ONGs nacionais e 123 ONGs internacionais.

### 1.2.3. Instrumentos Internacionais de Promoção e Proteção dos Direitos Humanos

Depois de assinada a Carta das Nações Unidas, a ONU permaneceu empenhada em manter a paz e a segurança internacional, afigurando-se fundamental elaborar e aprovar um documento que estabelecesse os princípios e regras inerentes aos direitos de todos os seres humanos. A Declaração Universal dos Direitos Humanos (DUDH), aprovada pela Assembleia Geral das Nações Unidas a 10 de dezembro de 1948, constituiu um marco histórico de máxima importância, pois consagrava os direitos humanos num diploma para toda a comunidade internacional. O caráter universal deste documento significava que os direitos nele

descritos deveriam ser respeitados a nível global, independentemente das diversidades culturais. Contudo, a DUDH é um documento declaratório, que não obriga os Estados à sua aplicação, nem a agir em conformidade com as suas disposições. Por essa razão, a ONU promoveu a elaboração de leis internacionais que vinculassem os Estados e os comprometessem, solicitando este trabalho à Comissão dos Direitos do Homem. Esta comissão elaborou dois pactos internacionais, adotados pela Assembleia Geral em 16 de dezembro de 1966, mas cuja entrada em vigor apenas ocorreu uma década mais tarde, devido à lentidão dos Estados-membros em ratificá-los.

**1) Pacto Internacional sobre os Direitos Económicos, Sociais e Culturais (PIDESC):** entrou em vigor em 3 de janeiro de 1976 e aborda um conjunto de direitos que devem ser aplicados progressivamente, reconhecendo que alguns são difíceis de atingir a curto prazo (por exemplo devido a falta de recursos) e que os Estados devem providenciá-los na medida das suas possibilidades. Entre estes direitos contam-se o trabalho, segurança social, proteção da família, educação, participação na vida cultural, padrões de vida adequados e saúde.

**2) Pacto Internacional sobre os Direitos Civis e Políticos (PIDCP):** entrou em vigor em 26 de março de 1976 e aborda os direitos civis e políticos, como o direito à autodeterminação, liberdade de deslocação, de religião, consciência, religião, igualdade perante a lei, associação e participação política, e a proibição da tortura, tratamentos e castigos cruéis, escravatura, privação arbitrária da vida. Enquanto o PIDESC admite exceções, o PIDCP apenas concede que alguns direitos nele consagrados sejam suspensos quando está em causa a segurança nacional. Mesmo nesses casos, existem direitos, tais como o direito à vida e à liberdade de expressão, que não podem ser suspensos.

Para garantir a aplicação destes pactos foram criados dois comités que recebem e examinam as queixas que lhes são endereçadas: o Comité dos Direitos Civis e Políticos (1977) e o Comité dos Direitos Económicos, Sociais e Culturais (1987).

A Declaração Universal dos Direitos Humanos inspirou o surgimento de outros diplomas internacionais de direitos, como por exemplo: Convenção Internacional sobre a Eliminação de todas as Formas de Discriminação Racial (1965), Convenção sobre a Eliminação de todas as Formas de Discriminação da Mulher (1979), Convenção contra a Tortura e outras Penas ou Tratamentos Cruéis, Desumanos ou Degradantes (1984), ou Convenção Internacional dos Direitos da Criança (1989). A fiscalização está a cargo de instituições criadas para o efeito, como o Comité para a Eliminação da Discriminação Racial.

### Sabias que...

*Os instrumentos internacionais de defesa dos direitos humanos promovidos pelo sistema das Nações Unidas coexistem com instrumentos, instâncias e mecanismos ao nível regional ou continental de proteção dos direitos humanos. Por exemplo, ao nível europeu foi aprovada a Convenção Europeia dos Direitos do Homem e instituído um Tribunal Europeu dos Direitos do Homem. A Organização dos Estados Americanos instituiu a Comissão Interamericana de Direitos Humanos, aprovou a Convenção Americana sobre Direitos Humanos e criou o Tribunal Interamericano dos Direitos Humanos. A Carta Africana dos Direitos do Homem e dos Povos, desenvolvida pela Organização da Unidade Africana (atual União Africana) assinada em 1981, apresenta algumas particularidades que abordamos:*

- 1) A Carta Africana aborda tanto direitos sociais, económicos e culturais como direitos políticos e civis, contrariamente às convenções europeia e americana;*
- 2) A Carta Africana vai além dos direitos individuais para abordar os direitos coletivos (direitos de terceira geração);*
- 3) A Carta Africana reconhece que os indivíduos não têm apenas direitos, mas também deveres perante as suas famílias, sociedades, Estados e comunidade internacional.*



Bandeira da União Africana

#### 1.2.4. Violações dos Direitos Humanos

As violações dos direitos humanos ocorrem quando algum ator social, por exemplo, um Estado, uma organização ou um indivíduo, desrespeita os direitos consagrados na Declaração Universal dos Direitos Humanos ou noutros tratados ou leis internacionais referenciáveis a direitos humanos fundamentais. As violações dos direitos humanos podem afetar um número limitado de indivíduos ou ocorrer em larga escala. Também podem ser classificadas de acordo com a gravidade e com o padrão de ocorrência, podendo constituir atos isolados ou violações de caráter sistemático e reiterado.

As crianças, pela vulnerabilidade associada à idade, são por vezes alvo de exploração laboral, abuso sexual e outros atentados. A violência contra as mulheres também tem merecido atenção pela dimensão do fenómeno ao nível global. Ao longo da história, foram numerosas as perseguições políticas e religiosas, a discriminação étnica e linguística, e os genocídios. A prática de genocídio contra os judeus na II Guerra Mundial, motivou as Nações Unidas a aprovar em 1948 a Convenção Internacional sobre a Prevenção do Crime de Genocídio. Contudo, apesar de todos os esforços da comunidade internacional, desde 1945, já deflagraram numerosos conflitos em diferentes partes do globo que culminaram na morte de milhões de pessoas.

Para promover o respeito pelos direitos humanos, prevenir violações e punir crimes de guerra e crimes praticados contra a humanidade, a ONU criou o Alto Comissariado das Nações Unidas para os Direitos Humanos (ACNUDH), Tribunais Internacionais Específicos e o Tribunal Penal Internacional.



#### Proposta de Atividade

*Os direitos humanos são respeitados no mundo? Lê a Declaração Universal dos Direitos Humanos e, com os teus colegas de turma, pesquisa relatos de violações desses direitos nos meios de comunicação social.*

*(Atividade 1.4.)*

O **Alto Comissariado das Nações Unidas para os Direitos Humanos**, criado em 1993 pela Assembleia Geral das Nações Unidas, visa coordenar o programa da ONU na promoção e defesa dos direitos humanos universais. As suas intervenções envolvem quatro dimensões:

- 1) Cooperação com organizações públicas e privadas para garantir o respeito pelos direitos humanos;
- 2) Prevenção de violações dos direitos e intervenção em situações de emergência;
- 3) Promoção dos direitos humanos com vista a fomentar a paz;

4) Coordenação do progresso dos direitos humanos e assegurar a sua projecção junto dos Estados e da opinião pública.

Os **Tribunais Penais Específicos** surgiram em função de condições particulares, para julgar crimes de guerra, crimes contra a humanidade e crimes de prática de genocídio. Em 1993 foi criado o Tribunal Penal para a Jugoslávia, com o objetivo de julgar os crimes cometidos na Ex-Jugoslávia desde 1991, e em 1995 foi criado o Tribunal Penal para o Ruanda, para julgar os crimes cometidos durante os conflitos de 1994.

O **Tribunal Penal Internacional** nasceu em 1998, após aprovação na Conferência de Roma. Este organismo foi dotado de poderes para julgar e punir os crimes mais graves contra a humanidade, atuando segundo o princípio da responsabilidade individual, aplicado de forma idêntica a todas as pessoas que façam parte das hierarquias governativas e militares. Este tribunal funciona como complemento aos tribunais nacionais, só atuando quando estes últimos se desresponsabilizam de julgar e condenar os autores dos seguintes crimes: 1) genocídio; 2) crimes contra a humanidade; 3) crimes de guerra; 4) crime de agressão.

A **Comissão de Acolhimento, Verdade e Reconciliação (CAVR)** foi criada em 2001 e funcionou de 2002 até 2005. Era uma comissão independente, estatutariamente dirigida por sete comissários timorenses e mandatada para: assumir a procura da verdade em relação à violação de direitos humanos no período de 1974 – 1999, facilitar a reconciliação comunitária para os crimes menos graves, fazer relatórios do trabalho, apresentar conclusões e fazer recomendações. As 2800 páginas do relatório intitulado “Chega!” foram apresentadas ao Presidente, Parlamento e Governo de Timor-Leste em outubro de 2005.

A seguir à dissolução da CAVR em 2005, foi criado o **Secretariado Técnico Pós-CAVR** para completar os projetos inacabados. Tal como a CAVR, o Secretariado funciona na mesma prisão histórica situada em Díli e tem quatro objetivos: a) disseminar o relatório da CAVR e outros produtos; b) completar o programa de edição da CAVR; c) cuidar dos arquivos da CAVR; d) manter o património da Comarca. O Secretariado não tem mandato para pesquisa ou reconciliação.

### Proposta de Atividade

*Pesquisa o relatório “Chega!” e explora as violações dos direitos humanos ocorridas em Timor Leste durante o período 1974-1999. O mandato conferia à CAVR a função de investigar violações dos direitos humanos, mas também de promover a reconciliação comunitária, prestar apoio às vítimas, entre outras. Explora as diferentes funções para que foi mandatada e quais os seus resultados. Quais foram as recomendações da comissão para prevenir futuras violações dos direitos humanos?*



*A antiga prisão de Balide (Comarca), reabilitada pela CAVR em 2001 para funcionar como a sua sede nacional. Após a dissolução da CAVR em 2005, o Secretariado Técnico Pós-CAVR foi incumbido da gestão e manutenção do lugar, onde estão os arquivos, biblioteca, exposições e espaços públicos de reuniões. Na prisão de Balide funcionam ainda duas organizações independentes: projeto da Associação dos Ex-Prisioneiros Políticos (ASSEPOL) “Memória Viva”; e os serviços de apoio à Comissão Verdade e Amizade (CVA).*

### 1.3. Sociedade Democrática

Todos estamos integrados e pertencemos a múltiplas e diferentes comunidades. Contudo, existem diferentes tipos de comunidade, que variam consoante a organização e as metas que se propõem atingir. Neste momento, importa refletir sobre: existe uma relação entre o tipo de sociedade e o regime político nela vigente e os direitos humanos? Para responder a esta questão, serão abordados os motivos pelos quais os indivíduos necessitam de se associar em comunidades politicamente organizadas e comparados os regimes democráticos com os regimes antidemocráticos. Para sustentar a relação entre um regime político e a promoção/defesa dos direitos humanos, serão abordados os direitos e deveres consagrados na Constituição de um Estado caracterizado pela natureza democrática do seu regime político: a República Democrática de Timor-Leste.

#### 1.3.1. Comunidade de Cidadãos e Participação na Vida Política

Uma “comunidade política” é caracterizada pela instituição e exercício de um poder, e emerge com o propósito de concretizar finalidades e objetivos que os indivíduos isoladamente não conseguiriam alcançar. Contudo, o poder político e aqueles que o exercem são influenciados por ideologias orientadoras que determinam as suas ações, os interesses que promovem e os objetivos que assumem. A comunidade política transforma-se numa “comunidade de cidadãos” quando o poder político nela contido e os indivíduos que o exercem procuram atingir um bem comum, respeitando os direitos, liberdades e garantias dos indivíduos. Por sua vez, a comunidade de cidadãos torna-se uma “comunidade de cidadãos democrática”, quando todos os membros têm a oportunidade e a capacidade de participar na vida pública e nos assuntos de interesse público.

Para compreender o exercício de cidadania, importa destringir algumas esferas de atividade humana, nomeadamente, vida privada, sociedade civil e política. A vida privada é a esfera de atividade em que as pessoas procuram satisfazer interesses individuais. A sociedade civil envolve a esfera de relações e instituições com origem privada (independente do Estado) que prosseguem interesses comunitários. A política é a esfera de atividade em que os representantes do povo ou governantes prosseguem os interesses e ideais de uma comunidade, tomando decisões que a afetam. No cruzamento de todas estas esferas surgem, por vezes, interesses em conflito ou divergentes. A pluralidade de interesses poderia comprometer as aspirações da comunidade. Mas a existência de uma comunidade política democrática permite estabelecer compromissos e chegar a acordos em prol dos interesses comuns. Assim, permite à sociedade alcançar objetivos que os indivíduos isoladamente não conseguiriam.

#### 1.3.2. Formas de Governação

Uma “ideologia política” traduz-se por uma conceção do mundo e da vida que orienta e influencia o exercício de poder numa sociedade politicamente organizada; um “regime político” consiste na forma de aquisição e exercício de poder do Estado. Atualmente, é comum diferenciar os regimes políticos consoante a possibilidade de participação dos indivíduos na tomada de decisões ou na eleição de representantes encarregues de tomar decisões. Nesse sentido, iremos distinguir os regimes democráticos dos antidemocráticos.

#### Regimes Democráticos

Um regime democrático é aquele em que a população participa, direta ou indiretamente, na tomada de decisões e na escolha dos seus governantes. A democracia é um sistema de produção de regras, pensado pelo povo e para o povo obedecer. A palavra democracia deriva das palavras gregas “*demos*” (povo) e “*kratos*” (poder), por isso muitas vezes é definida como “regras do povo”.

## Valores Democráticos

A instituição dos atuais regimes democráticos insere-se numa conjuntura política de afirmação dos princípios da dignidade, liberdade, igualdade e solidariedade, que são a base dos direitos e liberdades fundamentais do ser humano. As premissas básicas da democracia são: os seres humanos nascem iguais e dotados dos mesmos direitos; o Estado é constituído pelos cidadãos com a única finalidade de assegurar esses direitos; a autoridade exercida pelos governantes é uma autoridade consentida pelos governados e estes têm o direito de mudar o governo se este se desviar da prossecução do bem comum. Ou seja, para além do princípio da igualdade, a democracia contempla o princípio da autonomia individual, pois o indivíduo detém algum controlo sobre o processo legislativo que irá definir as regras pelas quais se terá de reger.

Por vezes, a pluralidade de valores que caracteriza a democracia conduz ao surgimento de conflitos de prioridades, como por exemplo: “são mais importantes os direitos das maiorias ou das minorias?” ou “é mais importante defender a liberdade ou a segurança?” Contudo, um regime democrático acolhe e valoriza o conflito entre valores políticos, característico de uma sociedade pluralista, como a melhor forma de lidar com os problemas e encontrar soluções no sentido do bem comum.

## Tipos de Democracia

Não existe apenas uma única forma de democracia ou alguma que possa ser usada como “modelo de democracia”. Entre as nações democráticas no mundo, não existem dois sistemas iguais. Contudo, cada democracia pode reivindicar a sua natureza democrática se reunir as condições de igualdade e autonomia. As democracias podem ser classificadas consoante o papel dos cidadãos na tomada de decisões e na escolha dos governantes: 1) democracia representativa e 2) democracia direta.

**Democracia representativa:** é um sistema em que o povo elege os seus representantes, que passam a ter mandato eleitoral para decidirem sobre a vida política, social e económica do país. Os cidadãos eleitos não se representam a si próprios, representam as pessoas que os elegeram com base no seu programa eleitoral. Por isso, os representantes têm o dever de cumprir aquilo que defenderam e prometeram durante as campanhas eleitorais, mas também de se manterem em contacto com os problemas e dificuldades das populações que os elegeram.

## Proposta de Atividade

*Quando a democracia é ameaçada é legítimo restringir os direitos individuais? Será que num regime democrático todas as opiniões devem ser permitidas, mesmo aquelas que promovem ameaças aos direitos humanos, como o racismo e a xenofobia?*

*(Atividade 1.7.)*

## Citação

*John Oswald, personagem esquecida pela maioria dos historiadores, nasceu entre 1755 e 1760 em Edimburgo, na Escócia. Depois de percorrer o mundo, instala-se em Paris durante a Revolução Francesa que encara, não como um assunto local ou nacional, mas como “uma revolução da Europa, do género humano, do homem inteiro”. O pensamento de John Oswald apresenta duas características essenciais: crença na democracia direta e convicção de que não pode haver igualdade política sem haver igualdade económica e social. No texto “O Governo do Povo” apresenta as mais duras críticas ao sistema representativo:*

*“Não seríamos capazes de desempenhar por outros as funções mais baixas da existência animal: estará então em nosso poder exercer por outros as funções mais nobres da existência intelectual? Mas o facto é que, entretanto, embora também nos seja impossível pensar por outros, amar por outros, beber e comer por outros, o hábito de delegar noutros a tarefa de pensar por nós fez-nos insensivelmente desaprender por completo de pensar: e isto responde maravilhosamente bem à intenção caritativa daqueles senhores que querem poupar-nos o esforço de pensar por nós próprios. – E eis o grande segredo da representação!”*

## ! Sabias que...

Artigo 66.º (Referendo) da Constituição da RDTL

1. Os cidadãos recenseados no território nacional podem ser chamados a pronunciar-se em referendo sobre questões de relevante interesse nacional.
2. O referendo é convocado pelo Presidente da República, por proposta de um terço e deliberação aprovada por uma maioria de dois terços dos Deputados ou por proposta fundamentada do Governo.
3. Não podem ser sujeitas a referendo as matérias da competência exclusiva do Parlamento Nacional, do Governo e dos Tribunais definidas constitucionalmente.
4. O referendo só tem efeito vinculativo quando o número de votantes for superior a metade dos eleitores inscritos no recenseamento.
5. O processo de referendo é definido por lei.

## ! Sabias que...

*Democracia paritária: sistema de organização social e política em que os diferentes grupos que compõem a sociedade têm um igual número de representantes no governo e outros órgãos de poder. É utilizada para designar um sistema em que existe igual número de mulheres e de homens nos órgãos de poder, sendo uma ideia recente muito debatida que representa uma possível via para garantir a igualdade de oportunidades entre homens e mulheres.*

**Democracia direta:** consiste num sistema de governo ou ato político em que as decisões são tomadas pela escolha coletiva dos cidadãos e não através de intermediários que foram escolhidos pelos cidadãos como seus representantes. Um referendo é um ato político em que os cidadãos eleitores são chamados a votar para decidir sobre uma questão concreta.

Timor-Leste, tal como as restantes democracias contemporâneas, é uma democracia representativa, por isso o referendo apenas se aplica em casos muito importantes ou muito difíceis, em que os deputados não podem ou não devem decidir por cada um dos cidadãos.

## Vantagens e Desvantagens da Democracia

Nos finais do século XX e princípios do século XXI assistiu-se a uma crescente preocupação com o estado da democracia e dos sistemas democráticos. Esta estava relacionada com os baixos níveis de participação dos cidadãos nas eleições, que poderiam colocar em risco a viabilidade da democracia. Apesar desta aparente falta de interesse e envolvimento dos cidadãos, outras formas de participação têm aumentado, como os grupos de pressão e as iniciativas da sociedade civil. Existem ainda dois problemas, ligados à representatividade democrática, relacionados com as minorias:

- 1) Os **interesses das minorias não são representados através do sistema eleitoral**, particularmente quando o número de eleitores de uma minoria não é suficiente para eleger um representante que defenda os seus interesses.
- 2) Mesmo quando os votantes são suficientes para eleger representantes da minoria para os órgãos legislativos, continuarão a ser uma **minoria que dificilmente consegue reunir os votos para derrotar os representantes da maioria**.

Por estes motivos, nos regimes democráticos a “**regra da maioria**” pode conduzir a uma “**ditadura da maioria**”, em que as fações maioritárias de uma sociedade oprimem ou impõem os seus interesses às minoritárias. A “**vontade do povo**” não pode ser utilizada como justificação para decidir sempre em favor da maioria e em detrimento da minoria. Os interesses básicos das maiorias e das minorias devem ser respeitados e salvaguardados através da adesão aos princípios dos direitos humanos e reforçados por mecanismos legais eficazes, como a imposição constitucional de limites aos poderes parlamentares. Se a “ditadura da maioria” é um cenário possível nos sistemas democráticos, também a “ditadura da minoria” deve merecer atenção, em particular quando a defesa de determinados grupos de interesse coloca em causa os interesses do sistema no seu todo e do bem comum da sociedade.

## Quadro 1.2. Fraquezas e forças da democracia

Democracia	
Fraquezas	Forças
<b>Demagogia</b> A democracia pode tornar-se de governo do povo em governo de massas, quando os dirigentes arrastam as maiorias para soluções de luta entre as várias classes e grupos da sociedade, ao invés de procurarem compromissos.	<b>O Regime Menos Mau</b> Após Lord Acton, no século XIX, muitos pensadores e políticos afirmaram, como Winston Churchill, que «a democracia é a pior forma de governo, excepto todas as outras formas que foram ensaiadas».
<b>Má Política Externa</b> Os governos democráticos têm mais dificuldade em conduzir a política externa devido à ausência de estratégia a longo prazo e de flexibilidade táctica para mudar de campo quando as circunstâncias internacionais o exigem.	<b>Realização Humana</b> Sendo o ser humano um «animal social», a realização humana exige participar na vida pública. A participação em eleições é uma forma concreta de mostrar que cada indivíduo conta.
<b>Injustiça</b> O argumento que a democracia é boa para quem já é rico, mas má para quem ainda é pobre, também é sustentado pelos que consideram que o poder político se serve, sobretudo, a si próprio.	<b>Paz</b> A política externa das democracias promove os interesses da paz, direito, comércio e comunidade, e assim apazigua as relações internacionais.
<b>Egoísmo</b> Os interesses individuais divergentes promovidos pelos regimes pluralistas são maus para a unidade requerida pela atuação governamental.	<b>Segurança</b> Os cidadãos dos regimes democráticos dispõem de garantias e de instrumentos no domínio dos direitos e da sobrevivência económica, para promover a segurança pessoal.

Fonte: Henriques, Reis & Loia (2006) adaptado de Clemens (1998)

### Regimes Antidemocráticos

Partindo do critério de participação na tomada de decisões e escolha dos governantes, podemos caracterizar os regimes como: **democráticos** (todos participam na escolha de governantes e/ou tomada de decisões) e **aristocráticos** (apenas uma determinada fração da população decide e escolhe os governantes). Considerando a sede do poder e a possibilidade de alternância ideológica, os regimes podem ser classificados como: **monistas** (não consentem a mudança da sede do poder nem a alternância ideológica) e **pluralistas** (consentem essas mudanças pelo consentimento da sociedade civil através de eleições). Os regimes democráticos são, na essência, pluralistas. Os regimes monistas conduzem o Estado ao autoritarismo ou totalitarismo.

Os “sistemas autoritários” são aqueles em que o poder político está concentrado num indivíduo, grupo ou partido. Um regime autoritário determina a vida pública e a vida política mas, geralmente, não interfere na vida privada dos indivíduos. O totalitarismo é uma forma extrema de autoritarismo. Nos “regimes totalitários” existe um controlo absoluto de todas as esferas de atividade humana. Nestes sistemas, os governos ou governantes têm o monopólio da ideologia, rejeitando e reprimindo a diversidade de opiniões, procurando endoutrinar a população de acordo com a ideologia oficial. Os regimes totalitários mobilizam as populações para o engrandecimento da

Nação, mesmo que signifique o sacrifício da vida, integridade física ou moral, ou perda de direitos e liberdades (justificando-se referindo que as democracias seriam impotentes para realizar a tarefa). No seguimento da I Guerra Mundial, emergiram regimes totalitários que se alimentaram do descontentamento dos indivíduos com a promessa de Estados-nação fortes e protetores, agindo sob a premissa de que não se devia olhar a meios para atingir os fins desejados. Num regime totalitário os direitos humanos são considerados bens secundários, de importância menor, quando comparados com os desígnios da ideologia apregoada. No passado, os regimes autoritários perseguiram e executaram inimigos políticos, enquanto os regimes totalitários foram responsáveis por genocídios (execução planeada e sistemática de determinadas camadas da população). Estes regimes não respeitam os valores ou princípios da democracia, que tendem a coincidir com os princípios dos direitos humanos fundamentais.

### Quadro 1.3. Genocídios do século XX

Dirigente	Ideologia	País	Período	Mortos (milhões)
Estaline	Comunista	URSS	1923-1953	43
Mao Zedong	Comunista	China	1923-1976	38
Hitler	Nacional-socialista	Alemanha	1933-1945	21
Chiang Kai-shek	Militarista	China	1921-1948	10
Lenine	Comunista	URSS	1917-1924	4
Tojo Hideki	Militarista	Japão	1941-1945	4
Pol Pot	Comunista	Cambodja	1968-1987	2.4
Kemal Ataturk	Militarista	Turquia	1919-1920	2

Fonte: Henriques, Reis & Loia (2006) adaptado de Rummel (1996)

### 1.3.3. Constituição da República Democrática de Timor-Leste

Após o 20 de maio de 2002, a independência de Timor-Leste, proclamada pela Frente Revolucionária do Timor-Leste Independente (FRETILIN) em 28 de novembro de 1975, vê-se internacionalmente reconhecida, e assim concretizada a libertação do povo timorense da colonização e ocupação ilegal da Pátria Maubere. No seguimento da transformação histórica, política e social posterior ao ato referendário de 30 de agosto de 1999, a 22 de março de 2002 é aprovada e decretada a Constituição da República Democrática de Timor-Leste. Este documento é a lei fundamental do país, onde se consagram os direitos e as garantias fundamentais inerentes a um Estado de Direito democrático.

Os direitos e garantias de cidadania consagrados na Constituição da República Democrática de Timor-Leste podem ser classificados em duas categorias:

- a) Direitos, liberdades e garantias pessoais (direitos cívicos e direitos políticos).
- b) Direitos e deveres económicos, sociais e culturais (direitos sociais em sentido lato).

Subjacente a estes direitos e deveres estão princípios gerais fundamentais, dos quais se destaca o Princípio da Universalidade e Igualdade (artigo 16.º), no qual é garantido a todos os cidadãos timorenses o usufruto dos direitos e sujeição aos deveres consignados na Constituição de forma igualitária: “todos os cidadãos são iguais

perante a lei, gozam dos mesmos direitos e estão sujeitos aos mesmos deveres” e “ninguém pode ser discriminado com base na cor, raça, estado civil, sexo, origem étnica, língua, posição social ou situação económica, convicções políticas ou ideológicas, religião, instrução ou condição física ou mental”.

### **Direitos, Liberdades e Garantias Pessoais**

O conjunto de direitos, liberdades e garantias de cada cidadão timorense é consagrado do artigo 29.º ao 49.º da Constituição da RDTL. No âmbito dos direitos cívicos, importa referir o direito que se refere à própria existência da pessoa. A Constituição salvaguarda: o Direito à vida (artigo 29.º), para garantir a inviolabilidade da vida humana e a inexistência de pena de morte em Timor-Leste; o Direito à liberdade, segurança e integridade pessoal (artigo 30.º), onde é referenciada a proibição da tortura e de tratamentos cruéis, desumanos ou degradantes; o Direito a constituir e a pertencer a uma família é consignado no artigo 39.º (Família, casamento e maternidade), considerando que todos os cidadãos têm direito a constituir família, sendo que o casamento assenta no livre consentimento das partes e na igualdade de direitos entre os cônjuges; o Direito à liberdade religiosa, consagrada no artigo 45.º (Liberdade de consciência, de religião e de culto), significa que em Timor-Leste “ninguém pode ser perseguido nem discriminado por causa das suas convicções religiosas”. Quanto aos direitos políticos, de efetivação do exercício da cidadania e participação na vida política, destacam-se como fundamentais:

#### **Direito de participação política (artigo 46.º):**

1. Todo o cidadão tem o direito de participar, por si ou através de representantes democraticamente eleitos, na vida política e nos assuntos públicos do país.
2. Todo o cidadão tem o direito de constituir e de participar em partidos políticos.
3. A constituição e a organização dos partidos políticos são reguladas por lei.

#### **Direito de sufrágio (artigo 47.º) subjacente ao conceito de democracia:**

1. Todo o cidadão maior de dezassete anos tem o direito de votar e de ser eleito.
2. O exercício do direito de sufrágio é pessoal e constitui um dever cívico.

### **Direitos e deveres económicos, sociais e culturais**

O Título III da Constituição da RDTL pode ser subdividido em três componentes: a) direitos e deveres económicos; b) direitos e deveres sociais; c) direitos e deveres culturais.

Nos direitos e deveres económicos sublinha-se o Direito ao trabalho (artigo 50.º), que expressa os princípios da universalidade e igualdade e a relação entre direitos e deveres do cidadão: “Todo o cidadão, independentemente do sexo, tem o direito e o dever de trabalhar e de escolher livremente a profissão”. Incumbe ao Estado atuar no sentido de assegurar esse direito, através da criação de cooperativas de produção e apoio às empresas familiares. Neste campo salienta-se os direitos dos trabalhadores, como o direito à greve (artigo 51.º) e liberdade sindical (Artigo 52.º), o direito do cidadão à propriedade privada (artigo 54.º), e os deveres do cidadão contribuinte: “Todo o cidadão com comprovado rendimento tem o dever de contribuir para as receitas públicas, nos termos da lei” (artigo 55.º).

Os direitos e deveres sociais referem-se a direitos fundamentais associados a necessidades humanas, que foram sendo conquistados ao longo dos tempos. Entre estes refiram-se o direito à segurança social (artigo 56.º), saúde (artigo 57.º), habitação (artigo 58.º) e meio ambiente (artigo 61.º). Cabe ao Estado garantir que sejam reunidas

as condições para assegurar estes direitos, mas o cidadão também tem deveres. Por exemplo, “o Estado promove a criação de um serviço nacional de saúde universal” e “todos têm direito à saúde e à assistência médica e sanitária”, mas o cidadão tem “o dever de as defender e promover” (artigo 57.º). Do mesmo modo, “o Estado deve promover ações de defesa do meio ambiente” e “todos têm direito a um ambiente de vida humano, sadio e ecologicamente equilibrado”, mas o cidadão tem “o dever de o proteger e melhorar em prol das gerações vindouras” (artigo 61.º).

Os direitos e deveres culturais encontram-se condensados no artigo 59.º (Educação e cultura):

1. O Estado reconhece e garante ao cidadão o direito à educação e à cultura, competindo-lhe criar um sistema público de ensino básico universal, obrigatório e, na medida das suas possibilidades, gratuito, nos termos da lei.
2. Todos têm direito a igualdade de oportunidades de ensino e formação profissional.
3. O Estado reconhece e fiscaliza o ensino privado e cooperativo.
4. O Estado deve garantir a todos os cidadãos, segundo as suas capacidades, o acesso aos graus mais elevados do ensino, da investigação científica e da criação artística.
5. Todos têm direito à fruição e à criação culturais, bem como o dever de preservar, defender e valorizar o património cultural.

## Componente Prática



Não deves escrever neste livro.  
Resolve as atividades no teu caderno.

### Subtema 1.1. Introdução à Cidadania

#### Atividade 1.1. Direitos e Deveres

A vida em comunidade implica direitos e deveres. Por vezes, existe um conjunto de regras escrito que estabelece esses direitos e deveres. Outras vezes, quando as regras não estão escritas, cabe ao indivíduo questionar-se sobre os direitos, deveres e interesses comuns dos membros da comunidade.

O que é o bem comum na família:

Temos direito a:

Sou responsável por:

O que é o bem comum na turma:

Temos direito a:

Sou responsável por:

O que é o bem comum na escola:

Temos direito a:

Sou responsável por:

O que é o bem comum ao nível do país:

Temos direito a:

Sou responsável por:

Com os teus colegas forma um grupo de três ou quatro elementos. Leiam, analisem e discutam o regulamento interno da escola. A partir do regulamento interno da escola, e tendo em conta o bem comum, elaborem um regulamento para a turma.

Fonte: adaptado de Afonso (2005)

## Atividade 1.2. A Ilha Deserta

Depois do navio em que viajavam ter naufragado, tu e o teu grupo de colegas conseguem chegar a uma ilha. Depois de explorarem todo o território, chegam à conclusão que é desabitada e que nunca lá viveu ninguém. É uma ilha deserta. Tu e os teus amigos decidem ser os primeiros habitantes dessa terra. Para que possam sobreviver neste meio isolado e inóspito, sem o auxílio de ninguém, precisam de assumir o desafio de se organizarem e trabalhar em conjunto. Existem necessidades básicas a assegurar, mas também importantes decisões a tomar. Segue as seguintes instruções:

- 1) Vais criar uma personagem que viajava no barco naufragado e atribuir-lhe um nome, um sexo, uma profissão, uma idade, e outras características que te lembres.
- 2) Apresenta a personagem que criaste aos teus colegas e coloca um papel à tua frente com as suas características.
- 3) Refere três direitos que achas que devem ser garantidos a todos os elementos do grupo.
- 4) Depois de os escreveres numa folha de papel, indica os valores que lhe estão associados, como por exemplo liberdade ou igualdade.
- 5) Discute as tuas propostas com os teus colegas de grupo e compara-as com as sugestões que eles apresentam.
- 6) Faz uma lista com todas as propostas apresentadas. Analisa atentamente essa lista, tomando em conta quais os direitos que se podem contradizer.
- 7) Refere deveres ou responsabilidades que achas que devem ser assumidos pelos elementos do grupo.
- 8) Depois de os escreveres numa folha de papel, discute a tua proposta com os restantes elementos e elabora uma lista.
- 9) Compara a lista de deveres com a lista de direitos e procura conflitos entre os dois. Existe algum dever que ponha em causa um direito?
- 10) Reflete sobre como vão tomar decisões e como é que a autoridade vai ser distribuída.
- 11) Compara a comunidade que criaste com a comunidade ou país em que vives.
- 12) Existem muitos países com graves problemas sociais e conflitos, onde os direitos que definiram para a “Ilha Deserta” não são garantidos nem respeitados. Recolhe materiais na imprensa que ilustrem essas violações dos direitos. Com o material que recolheste e com aquele que criaste com os teus colegas para a vossa “Ilha Deserta” constrói um jornal de parede.

## Subtema 1.2. Direitos Humanos

### Atividade 1.3. Desenha Um Direito Humano

Com os teus colegas de turma forma pequenas equipas de cinco a seis elementos e organizem-se em círculos fechados. Seguidamente um dos elementos do grupo vai consultar o professor que lhe irá facultar um artigo da Declaração Universal dos Direitos Humanos que ele terá de desenhar para os restantes colegas de equipa que terão de adivinhar qual é o direito. Só podem desenhar imagens, não estão autorizados a escrever palavras ou números. A equipa só pode tentar adivinhar, nunca pode fazer perguntas, mas pode consultar a Declaração dos Direitos Humanos. A primeira equipa a acertar ganha um ponto e termina a ronda. A ronda seguinte começa com a eleição de outro desenhador diferente dentro de cada equipa, ao qual o professor transmitirá outro direito. A equipa que mais pontos acumular, ganha o jogo.

Fonte: adaptado de Gomes (s/d)

#### Atividade 1.4. Os Direitos Humanos São Respeitados No Mundo?

Lê a Declaração Universal dos Direitos Humanos e, com os teus colegas de turma, pesquisa relatos de violações desses direitos nos meios de comunicação social (jornais, revistas, rádio, televisão, internet). Recolhe as notícias que relatam esses casos. Com base nas informações recolhidas procura identificar:

- Os acontecimentos relatados;
- Os direitos humanos que estão em risco;
- Os locais onde as violações ocorrem;
- As pessoas e instituições envolvidas;
- As ações desenvolvidas para tentar solucionar o problema.

#### Atividade 1.5. Direitos Humanos Em Debate

Existem violações dos direitos humanos que, pela sua gravidade, são facilmente identificáveis e condenáveis, como por exemplo, o genocídio, tortura ou escravatura. No entanto, existem violações dos direitos humanos não punidas por lei. Por exemplo, ao leres o diário pessoal do teu colega sem o seu consentimento estás a violar o seu direito à privacidade.

Além disso, existem situações de interpretação não linear, que são altamente controversas, e continuam a ser debatidas. Alguns dilemas emergem quando os direitos entram em conflito. Devem-se respeitar as tradições culturais ou religiosas quando colocam em causa os direitos humanos? Podem utilizar-se os direitos humanos como justificação para punir regimes, mesmo sabendo que os cidadãos desses países irão sofrer?

Propomos que formes dois grupos na turma. Para cada um dos casos que seguidamente apresentamos, uma parte da turma vai tomar um partido e argumentar a seu favor e outra parte tomará outro partido e procurará convencer os colegas. Por exemplo, no primeiro caso, um grupo irá defender o casamento combinado como tradição cultural que deve ser respeitada e o outro grupo irá defender o direito de liberdade dos indivíduos. Anotem no quadro os argumentos de cada grupo.

Os casamentos combinados são uma prática comum em várias culturas; por norma uma rapariga muito jovem é obrigada a casar com um homem escolhido pela sua família. Será que esta prática deveria ser proibida para proteger o direito de liberdade das raparigas? Ou será que tal constituiria um desrespeito por tradições culturais?

Alguns indivíduos argumentam que a utilização de câmaras de vigilância (por exemplo, nos aeroportos ou estradas) coloca em causa o direito à privacidade, pois regista informações de alguém sem o seu consentimento. Mas, os governos argumentam que a utilização destes mecanismos contribui para a redução da criminalidade.

A invasão do Afeganistão, no seguimento dos ataques terroristas nos Estados Unidos da América do 11 de setembro de 2001, decorreu para destruir uma rede terrorista. A defesa dos direitos humanos pode ser utilizada como justificação para uma campanha militar, mesmo quando resulta num elevado número de mortos?

Consegues pensar ou lembrar-te de mais algum dilema ou polémica relacionada com os direitos humanos?

O objetivo desta atividade é chamar a atenção para a importância do debate sobre as questões que os direitos humanos levantam. O debate tem um lado positivo, pois implica uma pluralidade que é fundamental. Os direitos humanos não são uma ciência exata, mas uma área do pensamento ético e jurídico em permanente desenvolvimento. Contudo, existem áreas e questões sobre as quais existe uma concordância quase absoluta, como por exemplo, na condenação da escravatura e da pena de morte. Independentemente da questão em debate, dois valores deverão sempre nortear a discussão: igualdade e dignidade humana.

## Declaração Universal dos Direitos Humanos

### Preâmbulo

Considerando que o reconhecimento da dignidade inerente a todos os membros da família humana e dos seus direitos iguais e inalienáveis constitui o fundamento da liberdade, da justiça e da paz no mundo;

Considerando que o desconhecimento e o desprezo dos direitos do Homem conduziram a atos de barbárie que revoltam a consciência da Humanidade e que o advento de um mundo em que os seres humanos sejam livres de falar e de crer, libertos do terror e da miséria, foi proclamado como a mais alta inspiração do Homem;

Considerando que é essencial a proteção dos direitos do Homem através de um regime de direito, para que o Homem não seja compelido, em supremo recurso, à revolta contra a tirania e a opressão;

Considerando que é essencial encorajar o desenvolvimento de relações amistosas entre as nações;

Considerando que, na Carta, os povos das Nações Unidas proclamam, de novo, a sua fé nos direitos fundamentais do Homem, na dignidade e no valor da pessoa humana, na igualdade de direitos dos homens e das mulheres e se declaram resolvidos a favorecer o progresso social e a instaurar melhores condições de vida dentro de uma liberdade mais ampla;

Considerando que os Estados membros se comprometeram a promover, em cooperação com a Organização das Nações Unidas, o respeito universal e efetivo dos direitos do Homem e das liberdades fundamentais;

Considerando que uma conceção comum destes direitos e liberdades é da mais alta importância para dar plena satisfação a tal compromisso:

A Assembleia Geral proclama a presente Declaração Universal dos Direitos Humanos como ideal comum a atingir por todos os povos e todas as nações, a fim de que todos os indivíduos e todos os órgãos da sociedade, tendo-a constantemente no espírito, se esforcem, pelo ensino e pela educação, por desenvolver o respeito desses direitos e liberdades e por promover, por medidas progressivas de ordem nacional e internacional, o seu reconhecimento e a sua aplicação universais e efetivos tanto entre as populações dos próprios Estados membros como entre as dos territórios colocados sob a sua jurisdição.

#### Artigo 1º

Todos os seres humanos nascem livres e iguais em dignidade e em direitos. Dotados de razão e de consciência, devem agir uns para com os outros em espírito de fraternidade.

#### Artigo 2º

Todos os seres humanos podem invocar os direitos e as liberdades proclamados na presente Declaração, sem distinção alguma, nomeadamente de raça, de cor, de sexo, de língua, de religião, de opinião política ou outra, de origem nacional ou social, de fortuna, de nascimento ou de qualquer outra situação. Além disso, não será feita nenhuma distinção fundada no estatuto político, jurídico ou internacional do país ou do território da naturalidade da pessoa, seja esse país ou território independente, sob tutela, autónomo ou sujeito a alguma limitação de soberania.

#### Artigo 3º

Todo indivíduo tem direito à vida, à liberdade e à segurança pessoal.

#### Artigo 4º

Ninguém será mantido em escravatura ou em servidão; a escravatura e o trato dos escravos, sob todas as formas, são proibidos.

#### Artigo 5º

Ninguém será submetido a tortura nem a penas ou tratamentos cruéis, desumanos ou degradantes.

#### Artigo 6º

Todos os indivíduos têm direito ao reconhecimento, em todos os lugares, da sua personalidade jurídica.

#### Artigo 7º

Todos são iguais perante a lei e, sem distinção, têm direito a igual proteção da lei. Todos têm direito a proteção igual contra qualquer discriminação que viole a presente Declaração e contra qualquer incitamento a tal discriminação.

#### Artigo 8°

Toda a pessoa tem direito a recurso efetivo para as jurisdições nacionais competentes contra os atos que violem os direitos fundamentais reconhecidos pela Constituição ou pela lei.

#### Artigo 9°

Ninguém pode ser arbitrariamente preso, detido ou exilado.

#### Artigo 10°

Toda a pessoa tem direito, em plena igualdade, a que a sua causa seja equitativa e publicamente julgada por um tribunal independente e imparcial que decida dos seus direitos e obrigações ou das razões de qualquer acusação em matéria penal que contra ela seja deduzida.

#### Artigo 11°

Toda a pessoa acusada de um ato delituoso presume-se inocente até que a sua culpabilidade fique legalmente provada no decurso de um processo público em que todas as garantias necessárias de defesa lhe sejam asseguradas.

Ninguém será condenado por ações ou omissões que, no momento da sua prática, não constituíam ato delituoso à face do direito interno ou internacional. Do mesmo modo, não será infligida pena mais grave do que a que era aplicável no momento em que o ato delituoso foi cometido.

#### Artigo 12°

Ninguém sofrerá intromissões arbitrárias na sua vida privada, na sua família, no seu domicílio ou na sua correspondência, nem ataques à sua honra e reputação. Contra tais intromissões ou ataques toda a pessoa tem direito a proteção da lei.

#### Artigo 13°

Toda a pessoa tem o direito de livremente circular e escolher a sua residência no interior de um Estado.

Toda a pessoa tem o direito de abandonar o país em que se encontra, incluindo o seu, e o direito de regressar ao seu país.

#### Artigo 14°

Toda a pessoa sujeita a perseguição tem o direito de procurar e de beneficiar de asilo em outros países.

Este direito não pode, porém, ser invocado no caso de processo realmente existente por crime de direito comum ou por atividades contrárias aos fins e aos princípios das Nações Unidas.

#### Artigo 15°

Todo o indivíduo tem direito a ter uma nacionalidade.

Ninguém pode ser arbitrariamente privado da sua nacionalidade nem do direito de mudar de nacionalidade.

#### Artigo 16°

A partir da idade núbil, o homem e a mulher têm o direito de casar e de constituir família, sem restrição alguma de raça, nacionalidade ou religião. Durante o casamento e na altura da sua dissolução, ambos têm direitos iguais.

O casamento não pode ser celebrado sem o livre e pleno consentimento dos futuros esposos.

A família é o elemento natural e fundamental da sociedade e tem direito à proteção desta e do Estado.

#### Artigo 17°

Toda a pessoa, individual ou coletiva, tem direito à propriedade.

Ninguém pode ser arbitrariamente privado da sua propriedade.

#### Artigo 18°

Toda a pessoa tem direito à liberdade de pensamento, de consciência e de religião; este direito implica a liberdade de mudar de religião ou de convicção, assim como a liberdade de manifestar a religião ou convicção, sozinho ou em comum, tanto em público como em privado, pelo ensino, pela prática, pelo culto e pelos ritos.

#### Artigo 19°

Todo o indivíduo tem direito à liberdade de opinião e de expressão, o que implica o direito de não ser inquietado pelas suas opiniões e o de procurar, receber e difundir, sem consideração de fronteiras, informações e ideias por qualquer meio de expressão.

#### Artigo 20°

Toda a pessoa tem direito à liberdade de reunião e de associação pacíficas.

Ninguém pode ser obrigado a fazer parte de uma associação.

#### Artigo 21°

Toda a pessoa tem o direito de tomar parte na direção dos negócios, públicos do seu país, quer diretamente, quer por intermédio de representantes livremente escolhidos.

Toda a pessoa tem direito de acesso, em condições de igualdade, às funções públicas do seu país.

A vontade do povo é o fundamento da autoridade dos poderes públicos: e deve exprimir-se através de eleições

honestas a realizar periodicamente por sufrágio universal e igual, com voto secreto ou segundo processo equivalente que salvaguarde a liberdade de voto.

#### Artigo 22°

Toda a pessoa, como membro da sociedade, tem direito à segurança social; e pode legitimamente exigir a satisfação dos direitos económicos, sociais e culturais indispensáveis, graças ao esforço nacional e à cooperação internacional, de harmonia com a organização e os recursos de cada país.

#### Artigo 23°

Toda a pessoa tem direito ao trabalho, à livre escolha do trabalho, a condições equitativas e satisfatórias de trabalho e à proteção contra o desemprego.

Todos têm direito, sem discriminação alguma, a salário igual por trabalho igual.

Quem trabalha tem direito a uma remuneração equitativa e satisfatória, que lhe permita e à sua família uma existência conforme com a dignidade humana, e completada, se possível, por todos os outros meios de proteção social.

Toda a pessoa tem o direito de fundar com outras pessoas sindicatos e de se filiar em sindicatos para defesa dos seus interesses.

#### Artigo 24°

Toda a pessoa tem direito ao repouso e aos lazeres, especialmente, a uma limitação razoável da duração do trabalho e as férias periódicas pagas.

#### Artigo 25°

Toda a pessoa tem direito a um nível de vida suficiente para lhe assegurar e à sua família a saúde e o bem-estar, principalmente quanto à alimentação, ao vestuário, ao alojamento, à assistência médica e ainda quanto aos serviços sociais necessários, e tem direito à segurança no desemprego, na doença, na invalidez, na viuvez, na velhice ou noutros casos de perda de meios de subsistência por circunstâncias independentes da sua vontade.

A maternidade e a infância têm direito a ajuda e a assistência especiais. Todas as crianças, nascidas dentro ou fora do matrimónio, gozam da mesma proteção social.

#### Artigo 26°

Toda a pessoa tem direito à educação. A educação deve ser gratuita, pelo menos a correspondente ao ensino elementar fundamental. O ensino elementar é obrigatório. O ensino técnico e profissional deve ser generalizado; o acesso aos estudos superiores deve estar aberto a todos em plena igualdade, em função do seu mérito.

A educação deve visar à plena expansão da personalidade humana e ao reforço dos direitos do Homem e das liberdades fundamentais e deve favorecer a compreensão, a tolerância e a amizade entre todas as nações e todos os grupos raciais ou religiosos, bem como o desenvolvimento das atividades das Nações Unidas para a manutenção da paz.

Aos pais pertence a prioridade do direito de escolher o género de educação a dar aos filhos.

#### Artigo 27°

Toda a pessoa tem o direito de tomar parte livremente na vida cultural da comunidade, de fruir as artes e de participar no progresso científico e nos benefícios que deste resultam.

Todos têm direito à proteção dos interesses morais e materiais ligados a qualquer produção científica, literária ou artística da sua autoria.

#### Artigo 28°

Toda a pessoa tem direito a que reine, no plano social e no plano internacional, uma ordem capaz de tornar plenamente efetivos os direitos e as liberdades enunciadas na presente Declaração.

#### Artigo 29°

O indivíduo tem deveres para com a comunidade, fora da qual não é possível o livre e pleno desenvolvimento da sua personalidade.

No exercício deste direito e no gozo destas liberdades ninguém está sujeito senão às limitações estabelecidas pela lei com vista exclusivamente a promover o reconhecimento e o respeito dos direitos e liberdades dos outros e a fim de satisfazer as justas exigências da moral, da ordem pública e do bem-estar numa sociedade democrática.

Em caso algum estes direitos e liberdades poderão ser exercidos contrariamente e aos fins e aos princípios das Nações Unidas.

#### Artigo 30°

Nenhuma disposição da presente Declaração pode ser interpretada de maneira a envolver para qualquer Estado, agrupamento ou indivíduo o direito de se entregar a alguma atividade ou de praticar algum ato destinado a destruir os direitos e liberdades aqui enunciados.

## Subtema 1.3. Sociedade Democrática

### Atividade 1.6. Os Requisitos da Democracia

Lê o seguinte excerto do livro “1984”, da autoria de George Orwell. Neste livro, o autor britânico concebe um futuro onde um Estado totalitário controla e vigia todos os movimentos dos cidadãos, através do Grande Irmão, um olho que tudo vê. O Estado apodera-se assim da consciência das pessoas que vivem sem liberdade para agir, pensar ou sentir, e a tecnologia é colocada ao serviço da violação dos direitos humanos.

*Era um dia claro e frio de Abril, nos relógios batiam as treze. Winston Smith, queixo aninhado no peito, num esforço para se proteger do malvado vento, esgueirou-se depressa por entre as portas de vidro das Mansões Vitória, não tão depressa, porém, que não entrasse com ele um turbilhão de poeira arenosa.*

*O átrio cheirava a couve cozida e a capachos velhos. Num dos extremos fora posto na parede um cartaz a cores, demasiado grande para ser afixado dentro de casa. Representava simplesmente um rosto enorme, com mais de um metro de largo: o rosto de um homem dos seus quarenta e cinco anos, com farto bigode e feições de uma beleza austera. Winston encaminhou-se para as escadas. Não valia a pena tentar o elevador. Raramente funcionava, mesmo nas melhores alturas, e de momento a corrente eléctrica estava cortada do nascer ao pôr-do-sol. Era um dos aspetos do esforço de poupança na preparação para a Semana do Ódio. Havia sete lanços de escada até ao apartamento, e Winston, que tinha trinta e nove anos e uma úlcera varicosa acima do tornozelo direito, subiu devagar, descansando várias vezes pelo caminho. Em cada patamar, diante do poço do elevador, o rosto enorme fitava-o da parede. Desses retratos de tal maneira conseguidos que os olhos nos seguem os movimentos. O GRANDE IRMÃO ESTÁ A VER-TE, rezava por baixo a legenda.*

*No interior do apartamento uma voz suave lia uma lista de números que tinham algo a ver com a produção de ferro fundido. A voz provinha de uma placa oblonga, de metal, como um espelho baço, que fazia parte integrante da superfície da parede da direita. Winston rodou um botão e a voz fez-se mais ténue, embora continuassem a distinguir-se as palavras. O instrumento (chamava-se telecrã) podia ser regulado, mas não havia meio de o desligar por completo. Winston foi à janela: uma figura pequena, frágil, a magreza do corpo mais acentuada ainda pelo fato-macaco azul, usado como uniforme do Partido. De cabelos muito louros, o rosto naturalmente sanguíneo, a pele maltratada pelo sabão ordinário, pelas lâminas de barba rombas e pelo frio do Inverno que ainda agora terminara.*

*Lá fora, do outro lado da janela fechada, o mundo parecia frio. Na rua, pequenos turbilhões de vento faziam girar em espiral poeira e papéis rasgados, e embora o sol*

*brilhasse e o céu estivesse de um azul estridente, de nada transparecia cor, excepto dos cartazes colados por toda a parte. O rosto de bigode preto olhava, sobranceiro, do alto de cada esquina. Havia um na fachada da casa mesmo em frente. O GRANDE IRMÃO ESTÁ A VER-TE, dizia a legenda, enquanto os olhos escuros sondavam os de Winston. Mais abaixo, ao nível da rua, outro cartaz, descolado num dos cantos, tremulava nervosamente ao sabor do vento, ora tapando, ora destapando a palavra SOCING. Lá muito ao longe, um helicóptero desceu entre os telhados, ficou a pairar por instantes como uma libélula, depois afastou-se de repente, descrevendo uma curva. Era a patrulha da polícia, espreitando para dentro das janelas das pessoas. Patrulhas sem importância. Só a Polícia do Pensamento é que tinha importância.*

*Atrás das costas de Winston, a voz do telecrã continuava a falar sobre ferro fundido e a forma como haviam sido ultrapassados os objetivos do Nono Plano Trienal. O telecrã captava e emitia ao mesmo tempo. Qualquer som que Winston fizesse acima do nível de um tenuíssimo sussurro seria por ele registado; além disso, enquanto alguém permanecesse no campo de visão dominado pela placa metálica, podia ser não apenas ouvido mas também visto. Não havia., é claro, maneira das pessoas saberem se estavam a ser observadas em dado momento. Com que frequência, ou segundo que sistema, a Polícia do Pensamento ligava cada linha individual não podia senão ser alvo de conjecturas. Era até concebível que observassem toda a gente em permanência. Fosse como fosse, tinham acesso à linha de uma pessoa sempre que quisessem. Havia que viver – e vivia-se, graças a um hábito que se fazia instinto – no pressuposto de que cada som emitido estaria a ser escutado e, salvo na escuridão, cada movimento, vigiado.*

*(...) A um quilómetro dali o Ministério da Verdade, seu local de trabalho, erguia-se, vasto e brando, acima da paisagem pardacenta. (...) De onde Winston se encontrava, era ainda possível ler, gravados na face branca do edifício em letras elegantes, os três slogans do Partido:*

*GUERRA É PAZ*

*LIBERDADE É ESCRAVIDÃO*

*IGNORÂNCIA É FORÇA*

O regime político descrito na obra “1984” é ficcionado. Contudo, existem na atualidade regimes em que os requisitos de uma sociedade democrática estão severamente comprometidos. A República Democrática Popular da Coreia, apesar de conter uma referência à democracia na sua designação oficial, é um exemplo de um regime antidemocrático. Analisa um regime político, do presente ou do passado, tendo em conta as questões abaixo enunciadas.

Analisa a história recente de Timor-Leste, através do Relatório da Comissão de Acolhimento, Verdade e Reconciliação, ou então entrevista um familiar, vizinho ou amigo, que tenha vivido em Timor-Leste no período 1974-1999, utilizando as mesmas questões. Compara a situação do país nesse período com a situação atual.

1. O Parlamento é eleito?
2. As eleições decorrem de modo justo?
3. Os responsáveis eleitos têm poder efetivo?
4. Existe competição entre partidos políticos?
5. Há alternância democrática?
6. A comunidade de cidadãos está livre do domínio de poderes alheios e tirânicos?
7. Existe respeito pelas liberdades das minorias?
8. Existem meios de informação independentes?
9. Existe debate na opinião pública?
10. Existe liberdade de reunião?
11. Existe liberdade de organizar partidos políticos e sindicatos?
12. As instituições religiosas são livres?
13. As liberdades não fazem exceção de pessoas?
14. Existe combate à corrupção governamental?

Fonte: Henriques, Reis & Loia (2006) adaptado de Freedom Review (1997)

### Atividade 1.7. A Democracia Ameaçada

Após os atentados terroristas de 11 de setembro de 2001, o Congresso dos Estados Unidos da América aprovou “USA PATRIOT Act”, um polémico pacote de medidas de combate ao terrorismo. Foram-lhe apontadas numerosas críticas por diversos quadrantes da sociedade, incluindo por parte da União Americana pelas Liberdades Civis. A Amnistia Internacional manifestou as suas preocupações, referindo que poderiam estar a ser colocados em causa o direito a um julgamento justo (ao permitir a detenção sem acusação formalizada, e por tempo indeterminado após a acusação ser formalizada, de cidadãos estrangeiros suspeitos), o direito à privacidade (por exemplo, permitindo às agências governamentais monitorizar os hábitos de leitura dos seus cidadãos sem notificar os suspeitos) e o direito de expressão e associação (a utilização de uma definição ambígua de “terrorismo doméstico” poderia colocar em risco liberdades cívicas).

Por outro lado, num famoso caso ocorrido durante a década de 1970 (conhecido como “Caso Skokie”), o Supremo Tribunal dos Estados Unidos da América permitiu a manifestação de militantes nazis envergando a cruz suástica, invocando o direito à liberdade de expressão.

É aceitável a restrição dos direitos individuais em nome da segurança nacional? Em caso afirmativo, quais são os limites dessa restrição? Existem direitos que podem ser restringidos mediante as circunstâncias e outros que não podem ser de forma nenhuma colocados em causa?

É aceitável proibir manifestações de doutrinas ou ideologias políticas que promovem a intolerância, ou tal é uma restrição à liberdade de expressão?

## Glossário

**Bem comum** - conjunto de condições, materiais e espirituais, que proporcionam a uma comunidade ou sociedade, um bem-estar favorável ao desenvolvimento dos indivíduos que a compõem. Inclui os bens que a comunidade ou sociedade possui, o direito a todos os membros deles usufruírem e participarem equitativamente, e o valor que une os indivíduos.

**Cidadania** - pertença juridicamente reconhecida a uma comunidade política que confere direitos, liberdades e garantias. Do vínculo de cidadania decorrem igualmente os deveres e as responsabilidades dos cidadãos face ao Estado. Atualmente, como consequência do reconhecimento que o Estado-Nação não é o único pólo de autoridade, argumenta-se que esta noção deve ser alargada para abranger as pertenças locais, nacionais, regionais e internacionais dos indivíduos.

**Cidadão** - membro de uma comunidade politicamente articulada, que usufrui dos seus direitos e assume os seus deveres. Segundo o direito internacional, a cidadania de um indivíduo é determinada pela sua nacionalidade.

**Civismo** - conjunto de virtudes do cidadão que revelam uma dedicação pelo interesse público da parte dos indivíduos e incluem os comportamentos de cidadania responsável. Estes comportamentos assentam no princípio que uma ordem social comum exige o respeito pelos direitos e dignidade de todos os cidadãos.

**Constituição** - lei fundamental que regula os direitos, liberdades e garantias dos cidadãos, a organização política do Estado e os princípios fundamentais em que esta assenta. As constituições proclamam as normas definidoras das relações de poder, estabelecendo os limites da ação dos governantes e a legitimidade dos atos do Estado.

**Demagogia** - utilização de um discurso inflamado, carregado de promessas, para agitar as paixões do público e aumentar as suas expectativas, com o objetivo de alcançar o poder político. Consiste numa submissão excessiva da atuação política ao agrado das massas populares.

**Democracia** - governo do povo (sufrágio popular) e não de uma classe ou personalidade. Num regime democrático os cidadãos participam nas tomadas de decisão através da votação e aceitação da vitória da maioria, ou através da eleição de representantes que detenham autonomia para legislar e governar.

**Deveres** - obrigações de cumprir o que é determinado pela consciência moral, legislação pública ou costumes.

**Direitos** - poder moral ou legal que o indivíduo tem para fazer, possuir ou exigir alguma coisa. Os direitos constituem uma das capacidades jurídicas dos cidadãos. Aos direitos, liberdades e garantias estão subjacentes deveres e responsabilidades.

**Direitos Humanos** - conjunto de direitos e valores inerentes ao ser humano. Expressam e proclamam a dignidade do ser humano, independentemente da sua origem e condição social, sendo reconhecidos na atualidade pelos regimes democráticos. Devem ser respeitados por toda e qualquer autoridade política, constituindo assim uma segurança perante os abusos de poder.

**Participação** - em cidadania, a participação traduz o conjunto de ações cívicas, como por exemplo, o exercício do direito de voto ou a intervenção nas diversas organizações que constituem a sociedade.

**Responsabilidade** - obrigação do indivíduo responder pelos atos próprios ou alheios, ou por algo que lhe foi confiado. Princípio através do qual o indivíduo atribui a si próprio direitos e deveres tendo por objetivo o bem comum.

## Bibliografia

ASEAN (2009). *Terms of Reference of ASEAN Intergovernmental Commission on Human Rights*. Jakarta: ASEAN Secretariat.

Cardoso, L. (2010). *Crónica de uma travessia. A época do ai-dik-funam*. Lisboa: Publicações Dom Quixote. Obra original publicada em 1997.

Comissão de Acolhimento, Verdade e Reconciliação (CAVR) de Timor-Leste (2005). *Chega! Relatório da Comissão de Acolhimento, Verdade e Reconciliação (CAVR) de Timor-Leste, Resumo Executivo*. Díli: CAVR.

Faria, M. J. (2001). *Direitos fundamentais e direitos do homem (Volume I)*. Lisboa: Instituto Superior de Ciências Policiais e Segurança Interna.

Fernandes, A. J. (2004). *Direitos humanos e cidadania europeia: Fundamentos e dimensões*. Coimbra: Livraria Almedina.

Gomes, R. (Coord.) (s/d). *FAROL: Manual de Educação para os Direitos Humanos com Jovens*. Coimbra: Humana Global.

Henriques, M., Reis, J., & Loia, L. (2006). *Educação para a cidadania: Saber & inovar*. Lisboa: Plátano Editora.

Orwell, G. (2002). *1984*. Lisboa: Público Comunicação Social SA. Obra original publicada em 1949.

Oswald, J., Strindberg, A., & Malevitch, K. (1999). *Achas revolucionárias*. Lisboa: & etc.

Pureza, J. M. (Coord.). (2001). *Educação para a cidadania: Cursos gerais e cursos tecnológicos – 2*. Lisboa: Departamento do Ensino Secundário.

Ribeiro, H. M. (2008). *Dicionário de termos e citações de interesse político e estratégico*. Lisboa: Gradiva.

### Documentos:

*Constituição da República Democrática de Timor-Leste*, aprovada e decretada pela Assembleia Constituinte, em 22 de março de 2002.

*Carta Magna de Liberdades, Direitos, Deveres e Garantias do Povo de Timor-Leste*, aprovada na Convenção Nacional Timorense na Diáspora, em 25 de Abril de 1998.

*Declaração Universal dos Direitos Humanos*, proclamada pela Assembleia Geral das Nações Unidas, em 10 de abril de 1948.

*Estatutos e Declaração Constitutiva da CPLP*, aprovados em Cimeira de Chefes de Estado e de Governo, em 17 de julho de 1996.

### Recursos Digitais:

Alto Comissariado das Nações Unidas para os Direitos Humanos

[www.ohchr.org](http://www.ohchr.org)

Amnistia Internacional

[www.amnesty.org](http://www.amnesty.org)

Associação de Nações do Sudeste Asiático

[www.asean.org](http://www.asean.org)

Comissão Africana dos Direitos Humanos e dos Povos

[www.achpr.org](http://www.achpr.org)

Comissão de Acolhimento, Verdade e Reconciliação

[www.cavr-timorleste.org](http://www.cavr-timorleste.org)

Comité Internacional da Cruz Vermelha

[www.icrc.org](http://www.icrc.org)

Comunidade dos Países de Língua Portuguesa

[www.cplp.org](http://www.cplp.org)

Conselho da Europa

[www.coe.int](http://www.coe.int)

Governo de Timor-Leste

[www.timor-leste.gov.tl](http://www.timor-leste.gov.tl)

Human Rights Watch

[www.hrw.org](http://www.hrw.org)

Organização das Nações Unidas

[www.un.org](http://www.un.org)

Organização dos Estados Americanos

[www.oas.org](http://www.oas.org)

Presidência da República Democrática de Timor-Leste

[www.presidencia.tl](http://www.presidencia.tl)

União Africana

[www.au.int](http://www.au.int)

## I N T R O D U Ç Ã O

Ao longo da vida transformamo-nos: o nosso corpo cresce, amadurece em competências e funções e envelhece; aumentam as nossas capacidades para pensar e para sentir. Transformamo-nos também no modo como nos relacionamos com os outros e como somos capazes de participar na sociedade e de nela nos integrarmos com sucesso. Não fazemos este percurso sozinhos nem no vazio: somos acompanhados pela família, pelos amigos, pelas pessoas com quem nos relacionamos. Interagimos e somos influenciados pelo meio que nos circunda, pela sociedade e pela cultura a que pertencemos. No decurso deste processo fazemos uma síntese de quem somos e do que nos define enquanto membro de uma dada sociedade. Essa definição, a que chamamos identidade, é essencial para percebermos qual é o nosso papel na sociedade e no mundo. Dela depende grandemente o nosso sucesso pessoal e social e de como contribuímos para o bem comum.

Esta unidade aborda as principais transformações que ocorrem no desenvolvimento ao nível cognitivo, emocional, moral e de construção da identidade pessoal e social, bem como as implicações que as diversas situações sociais podem desempenhar no desenvolvimento pessoal e no exercício cidadania.



## 2. Desenvolvimento Pessoal e Identidade

### **48 2.1. Contextos de Desenvolvimento**

48 2.1.1. Processo de Desenvolvimento

49 2.1.2. Direito ao Desenvolvimento

50 2.1.3. Contextos de Desenvolvimento

### **51 2.2. Desenvolvimento Pessoal**

51 2.2.1. Domínios do Desenvolvimento

52 2.2.2. Desenvolvimento Emocional

54 2.2.3. Desenvolvimento Cognitivo

56 2.2.4. Desenvolvimento Moral

59 2.2.5. Desenvolvimento Psicossocial

### **63 2.3. Indivíduo como Cidadão**

63 2.3.1. Identidade Pessoal, Social, Cultural e Religiosa

67 2.3.2. Cidadania: Uma Dimensão da Identidade

68 2.3.3. Identidade Nacional

### 2.1. Contextos do Desenvolvimento

Para se compreender melhor o papel das pessoas enquanto cidadãs é importante perceber como o desenvolvimento pessoal pode afetar a participação na sociedade democrática ao longo da vida. Nos subtemas seguintes, abordaremos os processos de desenvolvimento humano e a sua relação com o exercício da cidadania.

#### 2.1.1. Processo de Desenvolvimento

O termo “desenvolvimento” é utilizado com frequência no dia a dia. Por exemplo, dizemos que as plantas se desenvolvem e que os gestores fazem planos de desenvolvimento para as empresas. Fala-se em países desenvolvidos ou em vias de desenvolvimento. Diz-se que estamos a desenvolver uma ideia ou um projeto. O “desenvolvimento” relaciona-se com mudança, uma transformação para um estado de maior organização e complexidade (na unidade 5 deste livro poderás ver como se processa a mudança).

O “desenvolvimento” é o processo de modificação da pessoa desde o nascimento até à morte. É usual considerar uma divisão em períodos ou etapas do desenvolvimento (Berger, 2004): período pré-natal e nascimento (2 primeiros anos de vida), primeira infância (2-6 anos), segunda infância (6-12 anos), adolescência, início da idade adulta, idade adulta intermédia, vida adulta tardia ou velhice. Em todos estes períodos ocorrem mudanças e transformações (físicas, cognitivas, emocionais e sociais) e os indivíduos são confrontados com desafios ou tarefas de desenvolvimento, cuja resolução permite a transição e a evolução positiva para a etapa seguinte. Estas mudanças resultam da interação com a sociedade e o meio circundante, associadas a diferentes tipos de influências (ou acontecimentos) no desenvolvimento:

1. Influências associadas à idade normativa – aquelas mais ou menos esperadas e comuns a todos os indivíduos, próximas de acontecimentos ligados à idade cronológica. Por exemplo, o início da puberdade na adolescência, ou começar a escola primária aos 6 anos de idade.
2. Influências associadas à história normativa – as ligadas ao tempo histórico, partilhadas pelos membros duma geração que viveu um determinado acontecimento histórico ou social (por exemplo, uma crise económica, uma guerra).
3. Influências não normativas – as inesperadas ou não expectáveis (por exemplo, uma doença grave ou perda de emprego).



#### Proposta de Atividade

*O que te sugere a palavra desenvolvimento? O que significa dizer que alguém não se desenvolveu? Ou que um país é subdesenvolvido?*

*Anota as tuas ideias e discute-as com os teus colegas.*

O desenvolvimento pessoal assemelha-se a um movimento em espiral (não linear), feito ora de avanços, ora de recuos, e de novos progressos, sempre em interação com o meio (humano, social e político).

### 2.1.2. Direito ao Desenvolvimento

As perspetivas sobre o desenvolvimento têm incorporado influências sociais e culturais. Isto é relevante porque as diferentes perspetivas sobre o desenvolvimento humano influenciam, designadamente, a definição de políticas. As atitudes da sociedade para com as crianças mudaram muito durante o século XX, em particular, sob a influência da Convenção Internacional dos Direitos da Criança (adotada a 20 de novembro de 1989 pelas Nações Unidas), que constitui um instrumento central na promoção do seu desenvolvimento e bem-estar. Este documento enuncia um amplo conjunto de direitos fundamentais (civis, políticos, económicos, sociais e culturais) de todas as crianças. A Convenção representa um vínculo jurídico para os Estados que a ratificam, os quais devem adequar as normas de direito interno às da Convenção para a promoção e proteção eficaz dos direitos e liberdades nela consagrados.

A Convenção contém 54 artigos divididos em 4 categorias: direitos à sobrevivência (por exemplo, a cuidados adequados); direitos relativos ao desenvolvimento (por exemplo, à educação); direitos relativos à proteção (por exemplo, a ser protegida contra a exploração); direitos de participação (por exemplo, a exprimir a sua opinião). O artigo 6º refere-se explicitamente ao direito ao desenvolvimento.

Para melhor concretizar os objetivos da Convenção Internacional dos Direitos das Crianças, a Assembleia Geral da ONU adotou, a 25 de maio de 2000, dois Protocolos Facultativos: Protocolo Facultativo à Convenção Internacional dos Direitos da Criança relativo à venda de crianças, prostituição e pornografia infantil (para definir medidas que garantam a proteção da criança nessas áreas); Protocolo Facultativo à Convenção Internacional dos Direitos da Criança relativo ao envolvimento de crianças em conflitos armados (proclama a proteção especial das crianças em conflitos armados e a proibição do seu recrutamento e utilização em conflitos armados).

Surgem ainda outros documentos com a mesma preocupação, mas dirigida à vida adulta e velhice. Por exemplo, os Princípios das Nações Unidas para o Idoso foram aprovados em 1991. Esta resolução destaca, entre outros, o seu direito à independência, participação, assistência, autorrealização e dignidade, e como a sociedade e as famílias se devem organizar para responder às necessidades das pessoas mais velhas.



*A UNICEF é uma agência das Nações Unidas cujo objetivo é promover a defesa dos direitos das crianças, ajudar a dar resposta às suas necessidades básicas e contribuir para o seu pleno desenvolvimento. A UNICEF rege-se pela Convenção Internacional dos Direitos da Criança e trabalha para que esses direitos se convertam em princípios éticos permanentes e em códigos de conduta internacionais para a defesa das crianças.*

#### Artigo 6º da Convenção Internacional dos Direitos da Criança

*Todas as crianças têm o direito inerente à vida, e o Estado tem obrigação de assegurar a sobrevivência e desenvolvimento da criança.*

#### Proposta de Atividade

*Lê a Convenção Internacional dos Direitos da Criança com os teus colegas. Procura excertos que indiquem preocupação com a garantia das necessidades básicas, oportunidades de desenvolvimento e de participação social.*

Estes documentos salientam o direito ao desenvolvimento e à participação social dos indivíduos ao longo da vida, e sublinham as responsabilidades políticas e sociais na garantia e promoção desse direito. O desafio é aplicar estes princípios em situações extremas, como grande pobreza, limitação das liberdades civis, conflito armado ou catástrofe natural. Nestes casos, pode ser difícil equilibrar as necessidades de desenvolvimento com a realidade social.

### 2.1.3. Contextos de Desenvolvimento

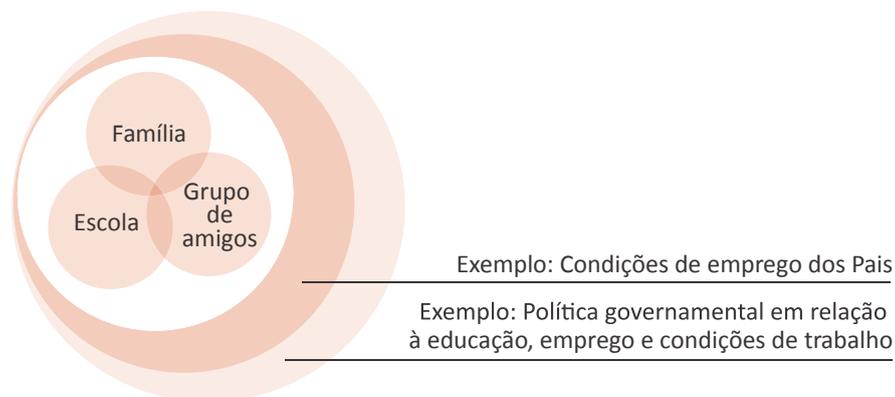
No ponto anterior salientámos que o desenvolvimento (físico, sócio-emocional e cognitivo) constitui um direito reconhecido. Agora veremos como o processo de desenvolvimento pode variar consoante o contexto (ambiente) em que a pessoa cresce/vive.

Urie Bronfenbrenner, um importante psicólogo norte-americano, realçava que os seres humanos interagem constantemente com os múltiplos ambientes em que vivem, por isso o desenvolvimento é inseparável do meio circundante. Ou seja, para compreender o desenvolvimento é necessário enquadrá-lo num contexto.

Por “contexto” entende-se o conjunto de condições e fatores que constituem o meio ambiente global em que os seres humanos estão inseridos. São exemplos de contextos de existência: família, escola, local de trabalho ou o país. É nestes ambientes que se constroem os processos de desenvolvimento.

Os contextos podem ser pensados como sistemas ou “círculos de vida”, mais próximos ou distantes do indivíduo, que se inter-relacionam. A figura 2.1. representa contextos ou ambientes de vida relevantes para uma criança em idade escolar.

**Figura 2.1.** Exemplo de contextos de desenvolvimento para uma criança em idade escolar



Os sistemas mais internos são aqueles em que participamos diretamente e onde se estabelecem relações próximas; inclui a família, escola e/ou grupo de amigos. As pessoas destes círculos detêm uma influência poderosa no desenvolvimento.

Mas os ambientes não são isolados, são abertos e interagem. Pensa no teu caso: estabelecem-se relações entre a tua escola e a tua família, ou entre a tua escola e o teu grupo de amigos. Este aspeto é importante pois o que aprendes em casa pode influenciar o que aprendes na escola.

Há ambientes mais alargados (círculo intermédio) onde não participas diretamente, mas que influenciam o teu desenvolvimento, incluem: instituições sociopolíticas, crenças, estilos de vida ou recursos materiais disponíveis num determinado momento ou sociedade. Por exemplo, não vives no local de trabalho dos teus pais, mas as suas condições de trabalho podem afetar os recursos financeiros da tua família e, desse modo, terem impacto indireto na tua vida.

O círculo mais externo de influência envolve acontecimentos históricos ou ambientais relevantes, como sejam acontecimentos políticos ou catástrofes naturais (que podem ter influência decisiva nas possibilidades individuais de desenvolvimento).

## 2.2. Desenvolvimento Pessoal

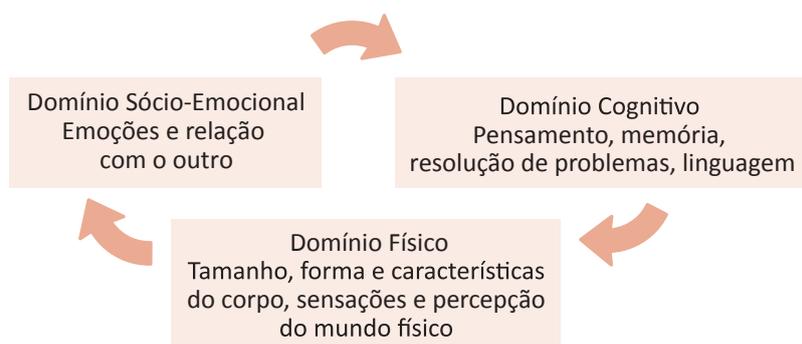
Este subtema centra-se no modo como as pessoas crescem e se transformam ao longo da vida. A seguir apresentam-se algumas das teorias relevantes para a compreensão do desenvolvimento humano.

### 2.2.1. Domínios do Desenvolvimento

Podemos considerar três domínios no desenvolvimento humano: físico, cognitivo e sócio-emocional.



Figura 2.2 Domínios do desenvolvimento



O domínio físico inclui: transformações no tamanho, forma e características do corpo (por exemplo, processos fisiológicos da puberdade ou envelhecimento); mudanças nas sensações e percepção do mundo físico (como o desenvolvimento da visão durante o primeiro ano de vida ou perda de acuidade sensorial na velhice). O domínio cognitivo inclui transformações ao nível do pensamento, memória, resolução de problemas e linguagem. O domínio sócio-emocional inclui: transformações nas emoções e em áreas de relação com o outro, como o desenvolvimento moral ou psicossocial.

Estes domínios são interdependentes. Por exemplo, a entrada na puberdade (domínio físico) é acompanhada por transformações no pensamento (domínio cognitivo) e nas relações com a família e amigos (domínio sócio-emocional). Passamos agora a abordar com mais detalhe as transformações do desenvolvimento emocional, cognitivo, moral e psicossocial, pela sua importância para a cidadania e para a participação cívica.

#### Proposta de Atividade

*Pensa nas transformações que ocorreram no teu desenvolvimento (no passado, presente ou que esperas no futuro), faz uma lista e organiza os tópicos que enumeraste em categorias de transformações (por exemplo, transformações físicas, emocionais, cognitivas e sociais).*

## 2.2.2. Desenvolvimento Emocional

A expressão e a regulação das emoções constituem aspetos centrais no desenvolvimento do ser humano. Ao longo do desenvolvimento, o modo como lidamos com as nossas emoções transforma-se e tem implicações na forma como nos relacionamos connosco e com os outros; assim como na forma como enfrentamos os problemas e agimos em sociedade. As emoções estão presentes nas interações humanas, acompanham e complementam a expressão linguística e constituem um meio eficaz de comunicação. As emoções são ainda elementos na nossa capacidade de decidir, pois a decisão também se apoia na emoção. Perante a necessidade de tomar uma decisão, o nosso cérebro recorre à recordação de emoções em situações semelhantes (por exemplo, se foram agradáveis ou desagradáveis) e estas recordações são utilizadas pela capacidade de raciocínio.



### Proposta de Atividade

*Imagina que és convidado por um colega para dar um passeio à tarde mas tens um trabalho escolar para terminar. Ficas dividido. Em que pensas ao tomar a decisão? Que experiências do passado vêm à tua memória? Anota os teus pensamentos e procura encontrar as emoções associadas ao teu pensamento.*

Existem vários tipos de emoções. É usual distinguir três tipos:

- **Primárias ou universais**, como alegria, tristeza, medo, cólera, surpresa e aversão;
- **Secundárias ou sociais**, como vergonha, ciúme, culpa ou orgulho;
- **De fundo**, como bem-estar, mal-estar, calma ou tensão.

As **emoções primárias** surgem cedo na infância (daí serem as primárias), são inatas e úteis para uma reação rápida perante determinados estímulos do meio interno ou externo. Os seres humanos estão programados para reagirem com uma emoção quando certas situações são detetadas. Por exemplo, o medo constitui um meio importante para reagir ao perigo, pois desencadeia uma resposta de fuga.

As **emoções secundárias** emergem um pouco mais tarde no desenvolvimento. Denominam-se secundárias porque implicam o recurso a aprendizagens prévias e à capacidade de avaliar a situação que as desencadeia (por exemplo, sentir culpa implica ter a capacidade de perceber que o seu comportamento foi injusto ou prejudicou alguém).

As **emoções de fundo** revelam-se por manifestações subtis relacionadas com a postura corporal, velocidade e controlo dos movimentos ou grau de contração muscular das expressões faciais. Permitem-nos sentir quando uma pessoa está “irritada” ou “bem-disposta”, apenas olhando para ela.

O repertório de emoções aumenta e desenvolve-se ao longo da vida, tornando mais complexa a nossa interação com os outros e o mundo. As emoções têm um papel central na capacidade do ser humano para:

- Se reconhecer como ser individual;
- Reconhecer os outros e se relacionar com eles;
- Desenvolver a sua consciência social e regular o seu comportamento com os outros e em sociedade (adaptação pessoal e social).



### Sabias que...

*As emoções primárias existem em muitas sociedades e culturas diferentes, sugerindo que constituem emoções universais.*

## Desenvolvimento da Competência Emocional

A competência emocional representa a habilidade para regular e exprimir as emoções de forma socialmente aceitável e, ao mesmo tempo, compreender e adaptar-se às emoções dos outros, aumentando a capacidade de adaptação pessoal e social. Ser competente em termos emocionais implica a aquisição progressiva de várias capacidades:

1. Reconhecer as próprias emoções;
2. Reconhecer e compreender as emoções dos outros;
3. Utilizar diferentes expressões emocionais (de acordo com o contexto cultural) e saber adequar as emoções aos papéis sociais;
4. Ser capaz de mostrar empatia perante as experiências emocionais dos outros;
5. Compreender que a expressão pessoal das emoções pode ter impacto nos outros e tomar isso em atenção nas interações;
6. Lidar com as emoções negativas, recorrendo a mecanismos de autocontrolo;
7. Compreender que a estrutura e natureza das relações se define também pelo modo como as emoções são comunicadas; e saber adequar a expressão das emoções às diferentes relações (por exemplo, relações entre amigos são diferentes das relações entre pais e filhos);
8. Ser capaz de aceitar as suas experiências emocionais e definir o seu estado de equilíbrio emocional.

Fonte: adaptado de Saarni (1999)

O desenvolvimento emocional é indissociável do desenvolvimento social. No quadro 2.1. está expresso como a aquisição de competências emocionais contribui para estabelecer e manter relações interpessoais ao longo das fases do desenvolvimento.

**Quadro 2.1.** Principais etapas do desenvolvimento emocional e relação com o desenvolvimento das relações interpessoais

Idade	Regulação e expressão emocional	Construção da relação
0-1 ano	Discrimina expressões faciais e coordena a expressão das emoções. Depende dos cuidadores para a regulação emocional (por exemplo para o acalmarem).	Utiliza as emoções para comunicar com os adultos cuidadores.
1-3 anos	Começa a conhecer as próprias emoções; aumenta a compreensão verbal de expressões que traduzem emoções.	Reconhece progressivamente as emoções dos outros; apresenta as primeiras formas de empatia e comportamentos que visam beneficiar os outros (comportamento pró-social).
3-5 anos	Adota expressões emocionais no jogo; percebe que as falsas expressões emocionais podem enganar os outros acerca das emoções.	Revela maior capacidade de compreensão das emoções dos outros, empatia e comportamento pró-social nas relações com os pares.
5-7 anos	Surgem emoções secundárias como a vergonha; aumenta a capacidade de lidar sozinho com as emoções adversas.	Coordena as emoções pessoais com as emoções dos outros.

7-10 anos	Usa expressões emocionais para qualificar as interações (por exemplo, sorrir quando se aproxima de um amigo).	Reconhece que a mesma pessoa pode apresentar múltiplas emoções; utiliza o conhecimento que tem das manifestações emocionais dos outros para construir relações mais próximas.
10-13 anos	Tem maior capacidade de controlo emocional em situações adversas e reconhece diferentes estratégias para lidar com a tensão emocional; adequa a expressão emocional às situações (por exemplo, sabe que há situações onde deve ter maior controlo emocional).	Tem maior sensibilidade para as situações sociais e capacidade de adequação das emoções aos papéis sociais.
13 anos e mais	Reconhece os seus “ciclos emocionais” (por exemplo, culpa quando se sente zangado), aumentando a capacidade de regulação pessoal; sabe adequar as expressões emocionais às impressões que quer causar.	Reconhece que a comunicação recíproca das emoções afeta a qualidade da relação.

Fonte: adaptado de Saarni (1999)

### 2.2.3. Desenvolvimento Cognitivo

O desenvolvimento cognitivo refere-se às transformações do pensamento e ao modo como os indivíduos compreendem e organizam o mundo que os rodeia. Existe uma relação forte entre desenvolvimento cognitivo e desenvolvimento sócio-emocional. Por exemplo, quando uma criança se sente segura, tem mais facilidade para explorar o mundo que a rodeia.

Um dos autores que mais contribuiu para percebermos o desenvolvimento cognitivo foi o psicólogo e filósofo suíço Jean Piaget (1896-1980). Piaget considerava que as crianças estão diretamente envolvidas no desenvolvimento do seu pensamento e que constroem o conhecimento através das interações e explorações do seu meio. A partir daí constroem “esquemas” das ações e do mundo que orientam as interações e explorações posteriores. Por exemplo, quando um bebé

tenta alcançar um brinquedo, primeiro fá-lo de forma desorganizada, pode tentar tocar-lhe com os pés ou as mãos com movimentos ao acaso; mais tarde esses movimentos tornam-se mais direcionados e ponderados e o bebé passa a ter um esquema mental que o ajuda a adaptar as suas ações (por exemplo, agarrar um objeto) ao peso, tamanho e forma do brinquedo (não pega da mesma forma numa bola e numa argola).

Ocorrem aí dois processos importantes:

- A “assimilação” que permite à criança “absorver” uma nova experiência e adaptá-la a um esquema já existente. Por exemplo, poderá ter aprendido as palavras “cão” e “carro” e, durante algum tempo, é provável que chame a todos os animais “cão” e a todos os veículos de quatro rodas “carro”.
- A “acomodação” equilibra o processo anterior e permite à criança adaptar um esquema já existente a uma nova descoberta. Retomando o exemplo: a partir das suas experiências, começa a perceber que os gatos se podem distinguir dos cães (fazem sons diferentes) ou distingue os carros dos camiões (são maiores) e pode desenvolver esquemas diferentes para estes dois tipos de animais e veículos.



Piaget ficou surpreendido ao verificar que todas as crianças parecem passar pela mesma sequência de descobertas do mundo, cometem os mesmos erros e chegam às mesmas conclusões. Por exemplo: todas as crianças com idades entre os 3 os 4 anos parecem pensar que se a água for despejada de um copo baixo e largo para um copo mais alto estreito, passa a existir mais água neste último, porque o nível de água é mais alto. Por volta dos 6/7 anos chegam à conclusão que, afinal, a quantidade de água não se modificou.

Estas observações levaram Piaget a considerar que todos passamos pelo mesmo tipo de fases ou modos de raciocinar, caminhando do mais simples e com erros lógicos, para o mais complexo com maiores níveis de lógica. A essas fases chamou estádios de desenvolvimento cognitivo.

O quadro 2.2. apresenta uma descrição dos diversos estádios de desenvolvimento cognitivo de Piaget. Cada estádio alicerça-se no anterior e implica uma profunda transformação no modo como a criança pensa. A sequência dos estádios é fixa e as possibilidades de exploração e atividade da criança são determinantes para a sua progressão.

#### **Quadro 2.2.** Estádios de desenvolvimento cognitivo de Jean Piaget

##### **Sensório-motor [0-2 anos]**

A criança conhece o mundo através dos sentidos e das ações motoras; aprende a diferenciar-se do seu meio (é um indivíduo) e começa a compreender relações causa-efeito no tempo e no espaço (“se eu fizer isto, vai acontecer aquilo...”); no final deste período surge a capacidade de representação mental (memória dos objetos ou das pessoas na ausência, ou seja, quando já não estão no campo visual da criança).

##### **Pré-operacional [2-7 anos]**

Neste período a criança desenvolve a capacidade de representação mental (imitar, fazer de conta, desenhar); também já utiliza símbolos para pensar e comunicar e é capaz de utilizar uma lógica simples e intuitiva (por exemplo, se lhe pedirmos para seriar 10 pauzinhos de tamanhos diferentes, provavelmente organizará alguns pauzinhos mas não todos, ou poderá juntar os pauzinhos pequenos num grupo e os maiores noutro), mas o pensamento prende-se à realidade e é egocêntrico, ou seja, centra-se exclusivamente na sua perspetiva das coisas. Por exemplo, se perguntarmos a um menino de 3-4 anos se o seu irmão tem algum irmão ele dirá que não, porque ainda não consegue pensar colocando-se no lugar do outro.

##### **Operações concretas [7-12 anos]**

A capacidade lógica da criança evolui muito neste período, tornando-se capaz de realizar novas operações mentais como a conservação ou a inclusão de classes (por exemplo, as rosas pertencem a uma categoria mais abrangente, as flores, logo as rosas são rosas mas também são flores); mas o pensamento ainda está limitado à capacidade de pensar nas coisas reais (concretas).

##### **Operações formais [12 anos e mais]**

Inicia-se o pensamento abstrato e melhora a capacidade de organizar ideias e objetos mentalmente. A criança consegue manipular mentalmente conceitos, especular sobre possibilidades, deduzir a partir de factos (se isto ... então aquilo), formular e testar hipóteses.

Ao atingir a idade adulta o seu pensamento é hipotético-dedutivo (permite colocar hipóteses e raciocinar sobre hipóteses, pensar sobre o próprio pensamento e sobre o pensamento dos outros). O desenvolvimento do pensamento continua durante a vida adulta e a velhice, com a aquisição de novas competências.

Fonte: adaptado de Smith, Cowie & Blades (2001); Boyd & Bee (2009)

#### 2.2.4. Desenvolvimento Moral

O desenvolvimento moral refere-se às transformações que ocorrem ao longo do tempo na capacidade de ajuizar sobre o que é o bem e o mal ou o que é injusto ou justo (raciocínio moral). Esta dimensão do desenvolvimento tem implicações no modo como as pessoas se relacionam em sociedade. O estudo do desenvolvimento do raciocínio moral iniciou-se com Piaget, que considerou que a dimensão moral do desenvolvimento psicológico se refere ao respeito pelas regras sociais e ao desenvolvimento do sentido de justiça (reciprocidade e igualdade). Piaget, na década de 1930, conceptualizou o desenvolvimento moral segundo dois grandes tipos ou estádios de pensamento: a moral heterónoma e a moral autónoma.

##### Moral heterónoma

Observada até aos 8/9 anos de idade. A criança submete-se a regras que, aos seus olhos, são sagradas e indiscutíveis. Para a criança, os deveres e valores derivam dos adultos e impõem-se de forma obrigatória independentemente das circunstâncias. A moralidade baseia-se no respeito unilateral da criança pelos adultos significativos. Nesta fase, vêem as regras como algo exterior, pelo que o respeito pela autoridade dos adultos constitui um fator fundamental de adesão às regras.

##### Moral autónoma

Observada a partir dos 10/11 anos de idade. É uma moral de cooperação e respeito mútuo. Cada pessoa tem as suas regras morais que interiorizou e cuja necessidade compreende, percebendo que podem ser alteradas em função das necessidades humanas e do contexto. As considerações sobre justiça ou injustiça não dependem das condições materiais mas da intenção. Um exemplo:

Ontem à noite, o Pedro e a Ana partiram chávenas. O Pedro partiu 1 chávena porque desobedeceu à mãe e foi buscar um doce ao armário sem autorização; a Ana partiu 15 chávenas porque não sabia que estavam atrás da porta. Se perguntarmos a uma criança na fase da autonomia moral, quem é mais mal comportado ela dirá:

*-“A Ana não é mal comportado porque, quando ela entrou, não sabia que as chávenas estavam atrás da porta. Mas o Pedro queria ir buscar um doce sem autorização da mãe e bateu com o braço numa chávena e partiu-a!”*

*- “Então qual é o mais mal comportado?”*

*-“O Pedro.”*

*-“Mas quantas chávenas é que ele partiu?”*

*-“Uma.”*

*-“E a Ana?”*

*-“Quinze.”;*

*-“E a qual deles davas o castigo maior?”*

*-“Ao Pedro que queria o doce. Ele sabia, fez de propósito.”*

Na fase da heteronomia moral, a criança responderia que a Ana deveria ter o castigo maior porque partiu mais chávenas.

O quadro 2.3. apresenta uma síntese das diferenças entre a Heteronomia Moral e a Autonomia Moral em dimensões básicas da moralidade como: concepção de regras das normas, avaliação da responsabilidade em situação de transgressão, definição do que é imoral/moral, tipo de castigo na transgressão.

### Quadro 2.3. Heronomia Moral e Autonomia Moral

Heteronomia Moral [Até 8 -9 anos]	Autonomia Moral [Após os 9-10 anos]
As regras têm origem numa autoridade superior e são inalteráveis.	As regras são criadas pelas pessoas, podem ser alteradas por consenso.
O imoral é tudo aquilo que leva ao castigo ou é proibido.	O imoral é o que viola o espírito de cooperação e igualdade.
Os atos são avaliados de acordo com os seus resultados.	Os atos são avaliados de acordo com as intenções.
A punição é uma consequência inevitável.	A punição é adequada ao tipo de infração.

Fonte: adaptado de Lourenço (1992)

No seguimento do trabalho de Piaget, Lawrence Kohlberg (1927-1987), um psicólogo norte-americano, aprofundou o conhecimento sobre o desenvolvimento moral. O seu trabalho desenvolveu-se através de estudos com base em dilemas e questões morais. O dilema mais conhecido é o Dilema de Heinz:

*“Uma mulher estava prestes a morrer de uma doença muito grave. Um único medicamento podia salvá-la: um medicamento muito raro que o farmacêutico da cidade havia descoberto recentemente. O farmacêutico pedia por este medicamento um valor dez vezes superior ao preço de custo. Heinz, o marido da mulher doente, pediu dinheiro emprestado a todos os amigos e conhecidos, mas apenas conseguiu juntar metade da soma. Então, pediu ao farmacêutico que lhe vendesse o medicamento mais barato ou lhe permitisse pagar o resto mais tarde, mas o farmacêutico recusou. Heinz ganhou coragem, assaltou a farmácia e roubou o medicamento. Heinz podia ter agido assim? Porquê?”*

Com base neste dilema e noutras questões semelhantes, Kohlberg postulou três níveis de raciocínio moral, cada um subdividido em dois estádios, perfazendo um total de seis estádios de raciocínio moral. O desenvolvimento moral é concebido como um movimento do menos para o mais complexo, numa sequência invariável. Os níveis representam três formas diferentes de os indivíduos se relacionarem com as normas e as regras sociais e refletem diferentes modos de definir o que é justo ou injusto.

### Quadro 2.4. Níveis de desenvolvimento moral segundo Lawrence Kohlberg

**Moralidade pré-convencional** (anterior aos 9 anos): o indivíduo raciocina em relação a si, mas ainda não compreendeu ou integrou as regras e expectativas sociais; os juízos morais baseiam-se em autoridades exteriores ao eu. Exemplo:

-“Porque é que não se deve roubar numa loja?”

-“Não está certo roubar numa loja. É contra a lei. Alguém podia ver e chamar a polícia”.

**Moralidade convencional** (adolescentes e alguns adultos): O indivíduo considera correto respeitar as regras, expectativas e convenções da sociedade. Exemplo:

-“Porque é que não se deve roubar numa loja?”

-“É uma questão de lei. Uma das nossas regras é tentar proteger todas as pessoas e seus bens. Não se trata só de proteger uma loja. É necessário na sociedade. Se não tivéssemos estas leis, as pessoas podiam roubar e toda a sociedade perdia a ordem”.

**Moralidade pós-convencional** (atingido por uma minoria dos adultos, geralmente após os 20 anos): o indivíduo compreende e aceita as regras da sociedade na sua globalidade, porque aceita determinados princípios morais gerais que lhe estão subjacentes; quando esses princípios entram em conflito com as regras sociais, julga com base nesses princípios e não na convenção social. *Exemplo:*

-“Porque é que não se deve roubar numa loja?”

-“É violar os direitos de outra pessoa, neste caso, o direito de propriedade”

-“Estará a lei relacionada com esta questão?”

-“A lei, em geral, baseia-se no que é moralmente correto, portanto trata-se de um aspeto relacionado.”

-“O que significa para ti a moralidade ou moralmente correto?”

-“Reconhecer os direitos dos outros indivíduos, em primeiro lugar à vida e, depois, a fazerem o que quiserem desde que não interfira com os direitos dos outros!”

Fonte: adaptado de Kohlberg (1976)

No quadro 2.5. podes encontrar uma descrição dos níveis e dos estádios de desenvolvimento moral.

#### Quadro 2.5. Estádios e níveis de desenvolvimento moral segundo Lawrence Kohlberg

Nível	Descrição
Nível pré-convencional	Os juízos morais baseiam-se em autoridades exteriores ao Eu.
1. Orientação punitiva e obediência à autoridade	A criança obedece às pessoas investidas de autoridade (por exemplo, pais ou professores) para evitar punições. Na avaliação moral das ações ainda não considera a intenção (responsabilidade objetiva).
2. Orientação hedónica e instrumental	A criança segue regras quando isso é do seu interesse imediato (pensamento ingenuamente egoísta). É bom o que lhe traz bons resultados. As ações são justas quando a satisfazem, primeiro a ela e acessoriamente aos outros.
Nível convencional	Os juízos morais baseiam-se em regras ou normas do grupo ou comunidade de pertença.
3. Orientação em função das relações interpessoais (ou a moralidade tipo “bom rapaz”).	O raciocínio torna-se mais abstrato. O sujeito atenta à maneira como os outros veem o problema e o comportamento moral é dirigido para os outros significativos (como família ou grupo de pares). O bem/mal depende das reações dos outros, em termos de aprovação/desaprovação e não da punição. “Ser bom” torna-se importante em si.
4. Moralidade da autoridade e manutenção da ordem social (lei e ordem)	O comportamento moral é dirigido pelo próprio, de maneira racional, tomando como referência as leis da sociedade (aceita as convenções e regras para evitar a censura dos outros). É a moralidade da lei e ordem. Os comportamentos são bons se estão de acordo com um conjunto rígido de regras. O sujeito cumpre o seu dever e é respeitador da autoridade (subordinação das necessidades individuais à perspectiva do grupo).
Nível pós-convencional	Os juízos morais baseiam-se na integração dos direitos individuais com as necessidades sociais.

5. Moralidade do contrato social, direitos individuais e lei democraticamente aceite	O raciocínio moral caracteriza-se por maior flexibilidade das crenças morais (as normas e crenças são relativas e as leis são alteráveis para preservar a ordem social). A moralidade assenta num acordo entre pessoas, prontas a conformarem-se a normas que lhes pareçam necessárias para a manutenção da ordem social e dos direitos individuais (agir para atingir o melhor bem para o maior número de pessoas). Persistem valores absolutos como a vida humana (moralidade oficial dos estados democráticos).
6. Orientação dos princípios éticos universais	Um número reduzido de indivíduos consegue raciocinar de acordo com este estágio. O comportamento moral é organizado por um ideal interiorizado, independente das reações dos outros. Trata-se de princípios universais de justiça, reciprocidade, igualdade, respeito pela dignidade do ser humano (a lei pode ser preterida em situações de conflito com necessidades individuais). A consciência dirige o comportamento moral. Implica a construção de um sistema pessoal de valores e princípios.

Fonte: adaptado de Lourenço (1992); Smith, Cowie & Blades (2001)

### 2.2.5. Desenvolvimento Psicossocial

O desenvolvimento psicossocial relaciona-se com o desenvolvimento da identidade (integração e organização do Eu num conjunto coerente e distinto) e da personalidade, num determinado contexto social e cultural. A construção da identidade tem uma dupla função:

- **Psicológica:** emerge da necessidade do indivíduo organizar e compreender a sua individualidade de forma consistente e sem contradições (encontrar um sentido coerente de si);
- **Social:** surge de pressões sociais, externas, para que o indivíduo escolha e invista papéis familiares, profissionais e sociais, o que lhe confere um certo estatuto e posição na sociedade.

Pela sua relevância em termos da participação cívica e social, abordaremos o desenvolvimento psicossocial a partir da Teoria de Eric Erikson. Este autor, reconhecido psiquiatra norte-americano, concebe o desenvolvimento da identidade a partir das múltiplas interações entre o indivíduo e o seu meio familiar e sociopolítico num momento histórico. Considera que o desenvolvimento da identidade se processa ao longo da vida, do nascimento à velhice, através de oito estádios. Cada estágio é caracterizado por uma crise/conflito (uma tarefa de desenvolvimento), cuja resolução vai dotar o indivíduo de competências que o ajudarão a ultrapassar e resolver as tarefas seguintes. No quadro 2.6. encontra-se uma descrição desses estádios e das respetivas tarefas de desenvolvimento.

#### Proposta de Atividade

*Agora que conheces os estádios de desenvolvimento moral, pensa se te reconheces nalgum deles? Achas que descrevem adequadamente o teu raciocínio moral? Porquê?*



## Quadro 2.6. Estádios do desenvolvimento psicossocial segundo E. Erikson

Estádios	Descrição
Primeiro estágio Confiança básica <i>versus</i> desconfiança [0-1anos]	Neste primeiro estágio o bebé depende totalmente dos outros para satisfazer as suas necessidades. Se receber amor e cuidados por parte daqueles que constituem o seu meio envolvente imediato (pais, irmãos outras figuras significativas) e as suas atividades de descoberta forem encorajadas de modo equilibrado, desenvolverá confiança nos outros e em si mesmo. Se receber pouco amor e atenção aprenderá a não ter confiança, nem em si nem nos outros.
Segundo estágio Autonomia <i>versus</i> vergonha/dúvida [1-2 anos]	Neste estágio a criança aprende a lidar com a dúvida e a vergonha para poder conquistar a autonomia. Conquistar a autonomia significa adquirir o controlo de algumas funções orgânicas, da coordenação motora e da capacidade de manipulação de objetos. O modo como os pais reagem é muito importante para a conquista da autonomia: demasiadas críticas, punições e repreensões podem contribuir para que a criança se sinta envergonhada e duvide da sua capacidade para fazer as coisas pelos seus próprios meios.
Terceiro estágio Iniciativa <i>versus</i> culpa [3-5 anos]	Esta fase caracteriza-se pelo desenvolvimento das competências motoras, da linguagem, do pensamento, da imaginação e da curiosidade. A resposta dos pais e do meio circundante à curiosidade da criança é determinante para o desenvolvimento da autoconfiança e da iniciativa. A resolução positiva do conflito reforça a capacidade de iniciativa, a vivacidade e o gosto pela descoberta. Pelo contrário, respostas negativas à curiosidade e à necessidade de exploração do meio podem provocar inibição excessiva, sentimentos de culpa e ansiedade.
Quarto estágio Indústria <i>versus</i> inferioridade [6 anos - puberdade]	A escolaridade alarga a interação social, intensifica a aprendizagem social e são pedidas à criança novas competências como aprender a ler e a escrever. Por isso a criança sente que é apreciada pela competência que revela no desempenho de tarefas. O sucesso eleva a autoestima, o prazer nas atividades e reforça a espontaneidade e a autonomia na relação com os outros e face às solicitações sociais. Pelo contrário, o fracasso persistente ou a falta de apoio por parte dos agentes educativos podem gerar sentimentos de inferioridade e de descrença quanto à sua capacidade (a criança acredita na inevitabilidade do fracasso).
Quinto estágio Identidade <i>versus</i> confusão de identidade [adolescência]	Este estágio coincide com a adolescência, período em que a procura de autonomia (afetiva, de comportamentos e de valores) em relação aos pais e transformações físicas, cognitivas e sociais levam a que o adolescente se questione sobre quem é. A resolução positiva do conflito (construção da identidade) implica a integração de aspetos cognitivos, emocionais, sociais, sexuais e morais num padrão coerente que exprima um sentimento de continuidade e de unicidade do Eu. A resolução negativa (crise de identidade) exprime a dificuldade em encontrar uma identidade e um lugar conveniente no seio da sociedade.

Sexto estágio Intimidade <i>versus</i> isolamento [início da idade adulta]	Neste estágio, a resolução positiva do conflito implica a construção de relações de intimidade (relação profunda e significativa com outra pessoa), e o estabelecimento de compromissos profissionais e ideológicos (políticos, sociais, espirituais/religiosos). A resolução negativa traduz-se na incapacidade de entrega a uma relação, de partilhar afetos, podendo levar ao isolamento, à solidão e ao baixo investimento nos papéis e compromissos sociais.
Sétimo estágio Generatividade <i>versus</i> estagnação [meia-idade]	A generatividade designa a possibilidade de ser criativo e produtivo em várias áreas da vida. Traduz uma preocupação com o bem-estar das gerações vindouras e o empenho em melhorar o mundo, através de uma descentração e expansão do Eu para os outros e para a sociedade. Manifesta-se na produção de ideias, no exercício de uma profissão, no cuidado dos outros, na participação cívica e social. Se a descentração do Eu não ocorre, o indivíduo pode estagnar, preocupar-se apenas consigo e com a posse de bens materiais, sem contribuir para os outros e para a sociedade.
Oitavo estágio Integridade <i>versus</i> desespero [velhice]	A resolução positiva deste conflito (alcançar a integridade) significa que o indivíduo avalia positivamente e aceita o seu percurso de vida, mesmo sem ter realizado todos os seus desejos e sonhos. Esta satisfação ajuda-o a dar sentido à vida, a lidar com a perda de competências físicas decorrentes do envelhecimento, e a aceitar e encarar a própria morte. Pelo contrário, na resolução negativa deste conflito, as pessoas consideram a sua vida mal sucedida, pouco produtiva, lamentam as oportunidades perdidas e sentem ser demasiado tarde para se reconciliarem consigo próprias ou com os outros, podendo encaminhar-se para um estado de angústia e de isolamento (desespero).

Fonte: adaptado de Boyd & Bee (2009)

O processo de construção da identidade é contínuo ao longo do ciclo de vida, contudo na adolescência adquire carácter central para o desenvolvimento emocional, adaptação social e evolução para as etapas seguintes. Erikson esclarece que, principalmente na adolescência, a rápida combinação do crescimento físico, maturidade sexual e consciência das tarefas da vida adulta que se aproximam, levam o indivíduo a questionar-se sobre quem é. As identificações anteriores com os pais ou outros modelos significativos são relevantes, mas o adolescente tem de desenvolver uma identidade pessoal que vá além dessas identificações. Por exemplo, a identidade ocupacional (profissional) e a exploração de diferentes possibilidades profissionais constitui um núcleo marcante na formação da identidade.

A resolução bem sucedida desta fase conduz à aquisição da identidade do EU, o que significa que o indivíduo desenvolveu um sentimento e ideia consistente de si como pessoa, ou seja sabe quem é. Como em qualquer etapa da vida, não existe garantia de que o adolescente consiga realizar esta tarefa com sucesso. Tal depende do capital psicológico que acumulou na resolução das tarefas anteriores para, agora, poder negociar e enfrentar esta transição de desenvolvimento. Erikson refere que o grande perigo neste estágio é a confusão de identidade que ocorre quando não se consegue construir uma identidade coerente. Outra resolução indesejável é o desenvolvimento de uma identidade negativa, ou seja, baseada em papéis indesejáveis na sociedade (como a identidade do delinquente juvenil). Nestas situações, a cultura pode proporcionar imagens dessas identidades negativas, tornando-as atraentes como soluções da crise de identidade para quem sente ser impossível alcançar a identidade positiva.

Mas a sociedade também pode ajudar na resolução desta fase, fornecendo uma moratória, isto é, um período de espera em que o adolescente tem liberdade para explorar vários caminhos que conduzem aos papéis sociais da vida adulta, sem assumir ainda as obrigações que lhe estão associadas. A oportunidade de explorar vários

### Sabias que...

*Erikson escreveu o livro "Youth, identity and crisis" em 1968 e as suas ideias continuam a ter grande influência no pensamento atual sobre a construção da identidade.*

### Proposta de Atividade

*Agora que conheces os estádios de desenvolvimento psicossocial de Eric Erikson, pensa se te reconheces nalgum deles? Achas que descrevem bem as preocupações e os desafios deste momento da tua vida? Porquê?*

campos de conhecimento e mesmo mudar de áreas de interesse antes de entrar na vida profissional (por exemplo, na escola) constituem um espaço protegido para questionar e experimentar a identidade, que mais tarde permitirá a assumpção de compromissos pessoais e sociais.

### Estatutos de Identidade

Para compreender melhor a construção da identidade na adolescência, o psicólogo do desenvolvimento James Marcia (1993) estudou o "estado da identidade" em áreas específicas, como profissão, religião, convicções políticas e atitudes relativas ao comportamento sexual. O autor colocava questões como "Alguma vez teve dúvidas sobre as suas crenças religiosas?" e analisava as respostas em relação a duas dimensões: 1) exploração (questionamento ativo e procura de alternativas); e 2) investimento (decisões, comprometimentos, escolhas firmemente assumidas). Dependendo da resposta, o indivíduo era então classificado num determinado "estado" ou estatuto de identidade. Marcia identificou quatro estatutos de identidade (formas diferentes resolver a tarefa de construção da identidade): "difusão" (confusão ou indeterminação), "conformidade ou identidade outorgada", "moratória" e "consolidação da identidade".

#### Quadro 2.7. Estatutos da identidade segundo James Marcia (1993)

**Difusão da identidade:** evitamento de compromissos e indecisão sobre acontecimentos relevantes da vida. Nas relações com os outros, o adolescente sente-se inseguro e tenso, chegando a evitar situações de convívio e lazer para escapar à ansiedade.

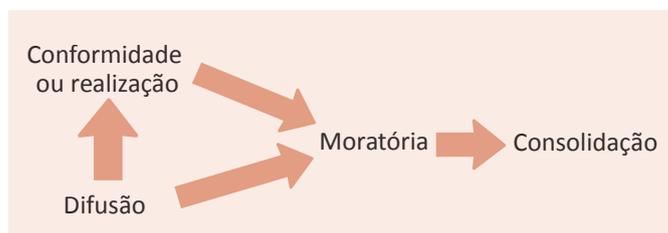
**Conformidade (ou identidade outorgada):** aceitação dos valores dos outros (por exemplo, pais ou professores), em vez da definição dos próprios valores e objetivos; fraco envolvimento no processo de mudança e procura da sua identidade. Estes adolescentes tendem a ser imaturos nos comportamentos sociais e mostram uma aceitação rígida dos outros.

**Moratória:** envolvimento ativo na tomada de decisões e exploração de possibilidades para o futuro, embora sem compromisso; o adolescente evita compromissos de forma construtiva, pois está à procura, por isso explora várias opções antes de tomar uma decisão. É uma posição desconfortável que muitos tendem a evitar, refugiando-se na conformidade.

**Consolidação da identidade:** os adolescentes parecem ter resolvido a crise, comprometem-se com planos e ideais baseados na sua reflexão, e não apenas na aceitação acrítica imposta por outros.

A Figura 2.3. representa as transições do estado da identidade mais prováveis.

**Figura 2.3.** Alterações mais previsíveis ao nível do estatuto de identidade



Neste esquema, a difusão é o estado menos maduro, enquanto a consolidação é a fase mais madura. Uma pessoa no estatuto de difusão (indeterminação e confusão) ainda não começou a ponderar seriamente sobre assuntos e a assumir compromissos. Assim, na resposta à pergunta de Marcia, poder-se-ia obter a seguinte resposta: “Não sei...Talvez, mas isso também não me interessa muito. É tudo a mesma coisa.” Alguém no estatuto de conformidade, que assumiu o compromisso sem pensar em alternativas, provavelmente aceitou de forma inquestionável as crenças dos pais e poderia dizer: “Não, evidentemente que não, na nossa família ninguém põe as crenças em causa!” Uma pessoa em estatuto de moratória irá assumir um compromisso, mas no momento presente está a considerar várias alternativas possíveis: “Sim, acho que estou a passar por isso agora... às vezes pergunto-me como é possível haver um Deus quando tantas coisas más acontecem no mundo”. Uma pessoa em estado de consolidação alcançou uma solução ou equilíbrio, ou seja, consolidou a sua identidade e poderia responder: “Sim, durante algum tempo eu pus as minhas crenças em causa, perguntei-me muitas vezes se haveria ou não um Deus. Mas acho que já consegui resolver essa questão. O que me parece é...”.

## 2.3. Indivíduo como Cidadão

Este subtema inclui as dimensões da identidade mais relacionadas com o exercício da cidadania. Começa por abordar como a identidade se consolida na realidade social e na relação com os outros, e o papel da cidadania e envolvimento cívico nesse processo. Seguidamente, aprofundam-se elementos da identidade nacional e sua construção.

### 2.3.1. Identidade Pessoal, Social, Cultural e Religiosa

A identidade (sentido coerente de si) constrói-se através da ligação do indivíduo com os seus contextos de vida, numa sociedade e cultura (com determinados grupos sociais ou culturais), sendo influenciada pelo clima social, político e económico. O modo como cada um define a sua identidade e a relata aos outros, inclui elementos tão diversos como valores, crenças, objetivos, identificações, valores e elementos da história coletiva (personagens e acontecimentos). Assim, a construção da identidade envolve a integração (e a criação de coerência e unicidade) das identificações e ligações que uma pessoa foi constituindo ao longo do tempo nos seus múltiplos contextos de desenvolvimento.



### Proposta de Atividade

Quem sou eu? Todos temos um sentido de quem somos, da nossa identidade. No cimo de uma folha branca escreve a pergunta “quem sou eu?” e procura dar 20 respostas curtas na folha.

Depois de escreveres as respostas, lê-as e pensa: o que dizem sobre ti?

Se outra pessoa lesse a tua folha, ficaria com uma imagem aproximada de quem és? Que aspetos valorizaste nas tuas respostas: culturais, sociais?

Queres agora acrescentar algo à tua lista de 20 respostas?

O texto seguinte esclarece a natureza social e dinâmica do processo de construção da identidade:

*“Sempre achei curiosa a expressão que em criança me diziam em casa: “faz-te gente!”*

*Questionava-me sobre o significado. Muitos anos depois, já crescida, lendo os clássicos conheci Píndaro, poeta grego da Antiguidade que dizia: “torna-te o que és!”.*

*Parece haver algo de comum nas duas afirmações. Só o compreendi quando acedi à percepção de que, embora se nasça humano, não somos seres humanos em plenitude na altura do nascimento. Somos um ser em devir, uma potencialidade com capacidades complexas que à medida que se vão cumprindo, ao longo do nosso percurso, nos tornam cada vez mais humanos. Ou não!?*

*Precisamos em primeiro lugar de construir uma identidade com a ajuda dos que nos rodeiam e cuidam. Esta identidade pertence a uma determinada cultura com a qual vamos interagir permanentemente. Num duplo movimento de individuação e de socialização, criamo-nos e adaptamo-nos a uma cultura, tornando-nos também seres culturais. Neste sentido, a expressão de Píndaro e a da minha tia, fazem todo o sentido. (...)”*

Fonte: Sampaio & Barros (2009)

Neste sentido, pode-se falar de uma identidade pessoal (a definição de si) e de uma identidade social e cultural. A identidade social resulta do conhecimento de si construído por pertencer a determinado grupo social ou cultural.

### Identidade Social

“Identidade social” tem sido definida como “a parte do autoconceito do indivíduo que deriva do conhecimento que tem da sua pertença a um determinado grupo social e o valor e significado emocional que atribui a essa pertença” (Tajfel, 1981). Por oposição a um sentimento individual e único do Eu, que caracteriza a identidade pessoal, a identidade social envolve identificações ao nível coletivo (com a comunidade) que correspondem e representam um sentimento de Nós (Figura 2.4.).

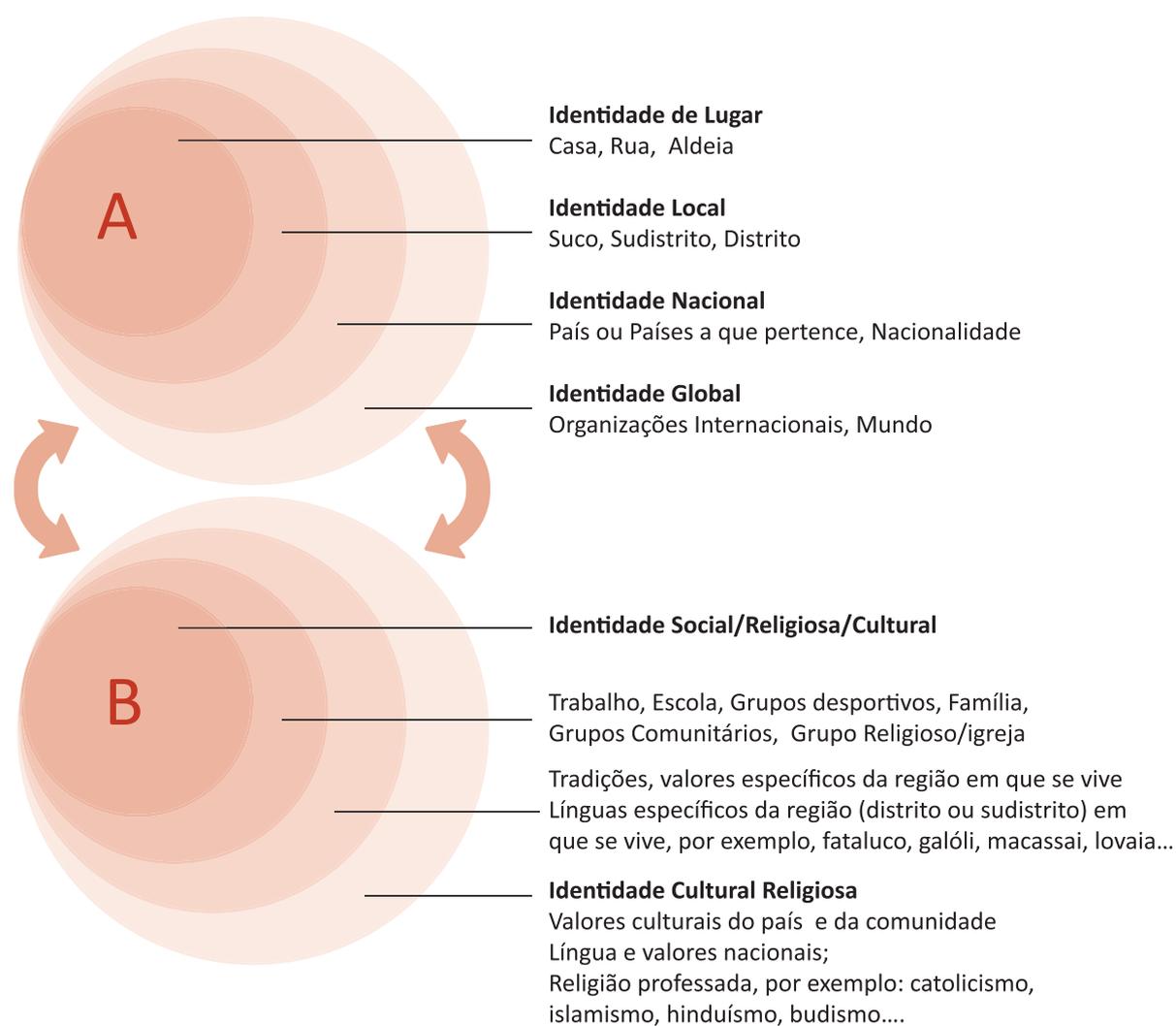
Figura 2.4. Identidade pessoal e identidade social



A Figura 2.5. representa algumas das ligações e pertenças que podes estabelecer na tua comunidade. O diagrama A representa as ligações (pertenças) com o teu país, lugar onde vives e comunidade. O diagrama B representa a tua ligação a grupos distintos nos ambientes em que vives: grupos culturais, religiosos, classes sociais, organizações. A ligação entre os dois diagramas representa a tua identidade social e cultural.

Na identidade social e cultural incluem-se identidades construídas em relação ao género, classe social, práticas culturais ou pertenças religiosas. Cada indivíduo pertence simultaneamente a vários grupos (homem ou mulher, religioso praticante ou não praticante, entre outros). Por vezes emergem contradições ou conflitos de lealdade entre as diversas pertenças que o indivíduo precisa resolver, atribuindo-lhes um sentido positivo e protetor da sua individualidade, para poder prosseguir o desenvolvimento.

**Figura 2.5.** Identidade social, religiosa e cultural



**Diagrama A**  
Meio (lugares e comunidades) a que se pertence, por exemplo: o mundo, organizações internacionais, país, região administrativa, aldeia, rua.

**Diagrama B**  
As ligações (pertenças) sociais e culturais que se estabelecem com o meio, por exemplo: com os valores culturais, religião, língua, tradições, grupos profissionais, grupos religiosos, grupos desportivos, grupos de amigos, e na escola, trabalho, família.

Fonte: adaptado de Brett (2007)



### Proposta de Atividade

Desenha o teu diagrama de pertenças e identidade. O diagrama deve expressar as diferentes ligações que estabelecees na tua comunidade. Recorre à Figura 2.5. para te inspirares. Depois pensa...

O diagrama que produziste é semelhante ao dos teus colegas? Incluíste no teu esquema ligações que não estão indicadas na Figura 2.5.? Descobriste algo novo sobre ti: identidade pessoal, social, cultural ou religiosa?

O modo como estes elementos são integrados num conceito de Eu (si próprio) influencia a tomada de decisões, ações e capacidade de estabelecer objetivos na vida de cada um, em especial durante a adolescência e início da idade adulta (momento em que se lançam bases importantes para o desenvolvimento nas fases subsequentes). Seguidamente apresentamos uma tipologia que exemplifica diferentes modos de as pessoas construírem a sua identidade social e se adaptarem e participarem no seu meio social e cultural. Cada tipo apresenta expressões psicológicas e sociais.

**Quadro 2.8.** Tipos de adaptação ao meio social

Tipos	Expressões psicológicas e de personalidade	Expressões sociais
Dependente/Evitante	Não desenvolve esquemas de papéis sociais adultos; manifesta comportamentos de carácter infantil.	É dependente e não se envolve significativamente com a comunidade, nem com os desafios e papéis sociais da vida adulta.
Passivo/À deriva	Possui mais recursos psicológicos do que o tipo dependente mas mostra-se apático na sua utilização.	Não se envolve muito na comunidade, nem se compromete com os papéis e compromissos da vida adulta em sociedade.
Pesquisador/Insatisfeito	Tem elevadas expectativas pessoais e sociais que o levam a sentir grande insatisfação pessoal; mostra desdém em relação a aspetos da vida social e comunitária que considera imperfeitos.	Interage com a comunidade e adota alguns papéis sociais mas abandona-os precocemente, sem manter os compromissos.
Guardião/Conservador	Possui atitudes e valores claros, mas manifesta intenso medo de mudar; a sua identidade pessoal quase se desvanece face à sua identidade social.	Manifesta um rígido sentimento de identidade social e identifica-se fortemente com comunidades e papéis sociais (normativos) da vida adulta.
Empreendedor	Manifesta desejo profundo de desenvolvimento pessoal; aceita as suas competências pessoais e sociais e utiliza-as ativamente.	Responde e integra-se adequadamente nos grupos que proporcionam oportunidades de desenvolvimento pessoal e de participação.

Fonte: adaptado de Côte & Levine (2002)

### 2.3.2. Cidadania: Uma Dimensão da Identidade

Compreender a natureza da cidadania como uma forma de identidade constitui um pré-requisito para compreender o leque de temas associados à identidade e diversidade na sociedade contemporânea. Neste subtema procuramos perceber como a cidadania contribui para a construção da identidade e para o bem-estar pessoal e social.

Uma parte da cidadania diz respeito a explorar e compreender como a sociedade, política e comunidade em que vivemos funciona e qual o nosso papel e lugar nesses contextos.

A identidade de cidadania consiste em ver-se e sentir-se como cidadão, pelo menos, com os mesmos direitos e responsabilidades de todos os outros cidadãos. Mas, o que significa ser um cidadão?

#### Conceito de Cidadania

Como foi abordado na unidade 1, a cidadania legal confere direitos, liberdades e garantias, tais como o direito de votar e ser eleito para cargos públicos. Por isso, representa o estatuto de membro de uma comunidade política à qual se deve lealdade em troca de segurança e direitos políticos. Como se trata de um estatuto jurídico político não depende de pertenças individuais (tais como, língua, religião, etnia ou classe económica): é uma condição de base, comum a todos os cidadãos de um país.

#### O Cidadão na República Democrática de Timor-Leste

A “Cidadania” é prevista no Artigo 3.º da Constituição da República Democrática de Timor-Leste. A Constituição prevê a existência de cidadania originária e de cidadania adquirida. A cidadania originária baseia-se no direito de sangue (filiação); a cidadania adquirida resulta de um ato voluntário ou declaração.

#### Cidadania Originária

Consideram-se cidadãos de Timor-leste, os nascidos em território nacional:

- a) filhos de pai ou mãe nascidos em Timor-Leste;
- b) filhos de pais incógnitos, apátridas ou de nacionalidade desconhecida;
- c) filhos de pai ou mãe estrangeiros que, sendo maiores de 17 anos, declararem, por si, querer ser timorenses.

Consideram-se ainda cidadãos originários de Timor-Leste, ainda que nascidos em território estrangeiro, os filhos de pai ou mãe timorenses.

#### Aquisição, Perda e Reaquisição de Cidadania

A aquisição, perda e reaquisição de cidadania, bem como o seu registo e prova, são regulados por lei (decreto lei n.º 1/2004 de 04 de fevereiro – Regulamento da Lei da Nacionalidade). A obtenção de nacionalidade por aquisição, resultante de um ato voluntário de declaração (ato consciente

#### Proposta de Atividade

*Para ti o que significa “ser cidadão”?*

*Há pessoas que sentem ser menos cidadãos do que outras? Podes dar exemplos? O que acontece quando alguém sente que não conta como cidadão de um país? Porque razão é importante que todos possam sentir que são cidadãos iguais?*

#### Proposta de Atividade

*O que precisas saber para poderes sentir-te e ser um cidadão ativo? Lê com atenção a lista seguinte. Ordena as frases de acordo com o que consideras ser mais importante um cidadão saber:*

1. Nome dos membros do parlamento;
2. Serviços disponibilizados pelo seu suco;
3. Procedimentos para votar;
4. Procedimentos para obtenção de apoios sociais;
5. Impostos a pagar quando se começa a trabalhar;
6. Principais ideias dos diversos partidos políticos;
7. Hino nacional;
8. Direitos em caso de prisão;
9. Procedimentos para reclamar;
10. Procedimentos para participar em atividades de voluntariado.

que supõe a maioria civil de quem o pratica) admite quatro casos: a) aquisição da nacionalidade por vontade dos progenitores; b) aquisição da nacionalidade por adoção; c) aquisição da nacionalidade por naturalização; e d) aquisição da naturalidade por altos e relevantes serviços.

A obtenção de cidadania (originária ou por atribuição) permite a um indivíduo adquirir os direitos e deveres inerentes à condição nacional. Quando se encontram desprovidos de cidadania, homens e mulheres ficam desprotegidos e expostos a perigos.

### Envolvimento Cívico e Construção da Identidade

A cidadania ativa não é apenas ter um passaporte ou ser cidadão de um determinado país. Também trata a forma como as pessoas interagem, se apoiam mutuamente nas comunidades a que pertencem, se reúnem e trabalham em grupo para contribuir para o bem comum.

Um cidadão ativo possui opiniões claras sobre o mundo/comunidade em que vive e sobre o que gostaria de mudar/transformar. Os cidadãos ativos querem produzir a diferença, para melhorar as coisas para eles e para os outros.

É através da participação em contextos sociais, estabelecendo compromissos e fazendo escolhas que a construção da identidade se consolida ao longo da vida. O envolvimento cívico, (por exemplo fazer trabalho voluntário, trabalhar cooperativamente para resolver problemas e assuntos de interesse comum ou participar nas instituições da democracia representativa) contribui para a capacidade de assumir papéis sociais diversos e para a consolidação de um sentimento positivo e coerente de si.



Mapa de Timor-Leste

#### ! Sabias que...

O “crocodilo” é uma das figuras mais importantes da mitologia em Timor-Leste. O mito do crocodilo (mito da origem) explica o surgimento da Ilha de Timor e do seu primeiro habitante. O mito transmitido oralmente conta que um rapaz atravessava o mar nas costas de um crocodilo até que, exausto e sem forças para continuar, o crocodilo parou, e foi crescendo, crescendo, sobre o mar sem nunca perder a sua forma original até se transformar numa ilha, a que o rapaz, seu primeiro habitante, chamou Timor.

### 2.3.3. Identidade Nacional

A identidade nacional, inscrita na naturalidade e cidadania, é um elemento importante da identidade pessoal e da identidade social de cada um. Numa aceção simples, a identidade nacional é um sentimento de ligação afetiva e identificação com a nação. A “nação” pode ser definida como uma população humana que habita um território histórico, que consagra os mesmos direitos e deveres legais para todos os seus membros, partilhando mitos e memórias históricas, cultura pública e de massas e uma economia.

Ao longo do desenvolvimento todos os indivíduos aprendem que o país em que vivem não é o único país do mundo. Ao mesmo tempo adquirem alguns conhecimentos factuais sobre o seu país. Para além disso, assumem crenças e desenvolvem sentimentos, preconceitos e preferências, tanto em relação ao seu país, como em relação aos outros países e às

peças que os habitam. Por influência da família, escola e/ou meios de comunicação social, todos os indivíduos são expostos a um processo de introdução gradual ao património, história, representações sociais, tradições, costumes e práticas do seu grupo nacional. Este processo permite desenvolver uma ligação emocional e afetiva à sua nação e ao seu território, ou seja, adquire-se um sentimento subjetivo de identidade nacional.

A **identidade nacional** é o processo pelo qual um povo, ou seja, uma comunidade com laços de consanguinidade, solidariedade e cidadania, toma consciência de interesses, história e projetos comuns, representativos dos fins universais da humanidade. Assim, torna-se capaz de integrar parcelas regionais através do ordenamento político de fatores materiais e culturais e de ser integrado em comunidades supranacionais empenhadas na viabilização de sociedades abertas.

Fonte: Henriques, Reis & Loia (2006)

A construção da identidade nacional favorece a coesão social e a identificação com os valores do país, facilitando a cooperação e relação com outros países ao nível global. Vários elementos contribuem para a definição da identidade nacional: geografia, história, língua, cultura, economia e legislação.

Os símbolos nacionais são aqueles que oficialmente representam uma nação e um estado soberano. No caso da República Democrática de Timor-Leste, de acordo com o Artigo 14.º, da Constituição são: bandeira, emblema e hino nacional.

### Símbolos da identidade Nacional

#### Bandeira Nacional

A Bandeira Nacional é retangular e formada por dois triângulos isósceles de bases sobrepostas, sendo um triângulo preto com altura igual a um terço do comprimento que se sobrepõe ao amarelo, cuja altura é igual a metade do comprimento da bandeira. No centro do triângulo de cor preta está colocada uma estrela branca de cinco pontas, que simboliza a luz que guia. A estrela branca apresenta uma das pontas virada para a extremidade superior esquerda da bandeira. A parte restante da bandeira tem a cor vermelha. As cores representam: amarelo – rastos do colonialismo; preto – obscurantismo que é preciso vencer; vermelho – a luta pela libertação nacional; branco – paz.



Tecido tradicional de Timor-Leste

#### Para Pesquisar

Faz uma pesquisa sobre elementos importantes para a construção da identidade nacional da República Democrática de Timor-Leste: a) território, b) população, c) história, d) religião, e) cultura e língua. Para esta pesquisa podes recorrer ao sítio eletrónico do Governo da República Democrática de Timor-Leste. Apresenta os teus resultados à turma.



Bandeira da República Democrática de Timor-Leste



Emblema Nacional da República Democrática de Timor-Leste



### Proposta de Atividade

Junta-te aos teus colegas e realiza uma pesquisa para identificar eventos e documentos relativos à Identidade Nacional da República Democrática de Timor-Leste ao longo da história, bem como de figuras nacionais que se distinguiram nesse processo. Com base no material recolhido, organizem uma exposição na sala de aula, debatendo o título a dar à exposição.



Arquivo e Museu da Resistência Timorense



Bandeira das FALINTIL

### Emblema Nacional

O emblema nacional, designado por belak, simboliza o globo terrestre onde se inclui o território de Timor-Leste e é o símbolo da unidade nacional. O lema UNIDADE, AÇÃO E PROGRESSO, nele inscrito, representa os valores básicos da política e moral em que assenta a vida da nação e do povo.

### Hino Nacional

Pátria é o hino nacional da República Democrática de Timor-Leste. Composta em 1975 por Afonso de Araújo com letra de Francisco Borja da Costa, “Pátria” foi adotada em 2002 com a Restauração da Independência como hino Nacional.

*“Pátria “*

*Pátria, pátria!*

*Timor-Leste, nossa nação.*

*Glória ao Povo e aos Heróis*

*Da nossa libertação.*

*Vencemos o colonialismo*

*Gritamos, abaixo o imperialismo*

*Terra livre, Povo livre,*

*Não, não, não à exploração.*

*Avante, unidos, firmes e decididos.*

*Na luta contra o imperialismo,*

*O inimigo dos Povos,*

*Até à vitória final,*

*Pelo caminho da revolução!*

*Pátria, pátria!*

*Timor-Leste, nossa nação,*

*Glória ao Povo e aos Heróis*

*Da nossa libertação.*

### Patriotismo

O patriotismo remete para um sentimento de amor, dedicação e orgulho pela pátria e seus símbolos (bandeira, hino, brasão), implicando ainda fazer algo de bom pelo país ou nação. Encontram-se diferentes formas das pessoas manifestarem o apego e ligação ao seu país: orgulho quando o país é representado em competições desportivas internacionais; orgulho nos seus representantes culturais; ou defender o país, combatendo e lutando. A Constituição da República Democrática de Timor-Leste, por exemplo, salienta e valoriza o contributo de todos os que lutaram pela independência nacional.

### Artigo 11.º da Constituição da República Democrática de Timor-Leste

(Valorização da resistência)

1. A República Democrática de Timor-Leste reconhece e valoriza a resistência secular do Povo Maubere contra a dominação estrangeira e o contributo de todos os que lutaram pela independência nacional.
2. O Estado reconhece e valoriza a participação da Igreja Católica no processo de libertação nacional de Timor-Leste.
3. O Estado assegura proteção especial aos mutilados de guerra, órfãos e outros dependentes daqueles que dedicaram as suas vidas à luta pela independência e soberania nacional e protege todos os que participaram na resistência contra a ocupação estrangeira, nos termos da lei.
4. A lei define os mecanismos para homenagear os heróis nacionais.

Importa distinguir “patriotismo” de “nacionalismo”. O “nacionalismo” é o movimento ideológico que procura alcançar e manter a autonomia, unidade e identidade para uma população. Esta ideia surgiu após a Revolução Francesa (1789-1799) e a Revolução Americana de 1776 e teve grande influência na organização de muitos estados durante o século XIX pois serviu para mobilizar os países na criação de circunstâncias políticas propícias ao seu desenvolvimento económico e material. Mas, o nacionalismo foi também usado abusivamente nalgumas nações por setores nacionalistas conservadores para sustentarem diferenças étnicas que estiveram na base de movimentos fascistas e certas formas de racismo e xenofobia, alegando a existência de relações entre características biológicas das “raças” e diferenças culturais e históricas dos povos. Essas diferenças foram utilizadas abusivamente para tentar afirmar a superioridade de certas raças e defender o direito de dominar ou mesmo suprimir outras. Por exemplo estiveram na base da perseguição aos judeus e aos ciganos levada a cabo pelo regime nazi ou na instauração do regime de apartheid na África do Sul, numa clara violação dos Direitos humanos e das regras de convivência democrática.



Arquivo e Museu da Resistência Timorense



## Subtema 2.1. Contextos de Desenvolvimento Pessoal

### Atividade 2.1. O Meu Conceito de Desenvolvimento

Propomos-te que componhas uma criação artística (ensaio, poema, desenho ou colagem) onde mostres o que é para ti o desenvolvimento. Apresenta-a aos teus colegas.

### Atividade 2.2. A Entrevista

Todos temos direitos relacionados com o desenvolvimento e a participação social. O meio em que vivemos influencia o processo de desenvolvimento, promovendo-o ou colocando-lhe obstáculos. Situações de grande pobreza, conflito armado ou catástrofe natural constituem contextos onde é difícil conciliar e proteger as necessidades de desenvolvimento com a realidade social. Propomos que reflitas sobre o desenvolvimento pessoal em diferentes contextos.

1. Com os teus colegas de turma formem grupos de 4 ou 5 elementos. Cada grupo escolhe um contexto específico de desenvolvimento (por exemplo, conflito armado, catástrofe natural, grande pobreza, viver nas montanhas ou viver na cidade) e cria uma personagem a viver nesse contexto. Atribuem-lhe um nome, idade, sexo ou outras características de que se lembrem (por exemplo, composição da família) e apresentem aos restantes grupos.
2. Cada grupo elege um elemento para desempenhar a personagem criada pelo grupo. Os restantes vão imaginar que são repórteres, responsáveis por fazer uma reportagem sobre estes contextos de vida e fazem perguntas para elucidar como é o dia a dia dessa personagem (por exemplo, pedir para descrever como passa um dia normal, como faz para ir para a escola/trabalhar, como ocupa os tempos livres, quais são as suas maiores necessidades e esperanças, quais são os seus maiores medos, de que sente mais falta, que direitos seus estão ameaçados, o que não pode fazer e gostaria de fazer). Propomos que coloquem as cadeiras em forma de duplo círculo: um círculo exterior e um círculo interior, de modo que cada cadeira do círculo interior esteja emparelhada com uma cadeira do círculo exterior. Os alunos que se sentam no círculo interior assumem o papel das personagens criadas; os alunos do círculo exterior desempenham o papel de repórteres e fazem a entrevista. Depois de 3 minutos de discussão os alunos do círculo interior mudam para a cadeira seguinte (avançando uma posição) e são entrevistados por outro aluno do círculo exterior (todos ganham um novo interlocutor) e as entrevistas decorrem até todos os alunos do círculo interior terem mudado de posição.
3. No final, cada um comunica à turma como se sentiu no papel de entrevistador/entrevistado, comparam os contextos que criaram com o meio em que vivem e tiram conclusões sobre a influência dos contextos no comportamento.

## Subtema 2.2. Desenvolvimento Pessoal

### Atividade 2.3. As Experiências de Jean Piaget

Jean Piaget (autor abordado no subtema 2 “Pessoa em desenvolvimento”) utilizou uma metodologia inovadora no estudo do desenvolvimento cognitivo, que consistia na realização de jogos e experiências com crianças de idades diferentes para avaliar os seus raciocínios. Propomos que realizes uma das experiências idealizadas por Jean Piaget, intitulada “conservação dos líquidos”, junto de duas crianças de idades diferentes (uma com 4 ou 5 anos e outra com 7 ou mais anos), que sejam tuas familiares ou amigas. Compara as respostas que obténs de cada uma delas e apresenta os resultados das tuas investigações à turma.

#### Conservação dos líquidos

**Material:** 2 copos idênticos (que designamos por copos A1 e A2); 1 copo mais alto e estreito (que designamos por copo B); e 1 copo mais baixo e largo (que designamos por copo C); 1 garrafa com água.

**Apresentação:** Começa por apresentar a experiência à criança, convidando-a a fazer um jogo contigo. Depois introduz as condições da experiência, dizendo-lhe, a apontar para os copos A1 e A2:

- “Como vês estes dois copos são iguais. Despeja a mesma quantidade de água em cada um deles”

Antes de começar a prova assegura-te de que a criança concorda que os copos têm exatamente a mesma quantidade de água:

- “Estes copos têm a mesma quantidade de água, certo?” “Se tu beberes este copo e eu este, bebemos tanto um como o outro ou sou eu que bebo mais?”

#### Experiência:

Na primeira parte da experiência: Despeja a água do copo A1 em B, coloca-o ao lado de A2 e pergunta:

- “E agora, continuamos a ter tanta água num copo como no outro, és tu que tens mais ou sou eu?” (anota a resposta).

Depois de a criança responder, despeja a água de B em A1, coloca-o ao lado de A2 e pergunta:

- “E agora, estes copos têm a mesma quantidade, ou um tem mais ou menos que o outro?” “Se tu beberes este copo e eu beber este, bebemos tanto um como o outro ou sou eu que bebo mais?” (anota a resposta).

**Na segunda parte:** Despeja a água de A1 em C. Proceda como na primeira parte, anotando as respostas da criança.

### Atividade 2.4. Dilemas Morais

Junta-te aos teus colegas para organizarem um debate sobre o dilema de Heinz (que descrevemos na página 57 deste manual). Propomos que se formem dois grupos: um dos grupos pensa em soluções para o dilema e o outro funciona como um júri colocando questões reflexivas sobre as soluções encontradas (por exemplo, que consequências positivas e negativas têm para as diferentes personagens do dilema de Heinz). Anotem as soluções e os respetivos argumentos no quadro e analisem os impactos positivos e negativos.

Solução do dilema	Impactos positivos	Impactos negativos
...	...	...
...	...	...
...	...	...

### Atividade 2.5. Quem Sou?

1) Junta-te a um colega e imaginem que vão ser entrevistados para um programa de televisão intitulado “Quem sou eu?” Entrevistem-se um ao outro sobre quem são. Inspira-te nas questões seguintes ou introduz outras que consideres pertinentes (podes alterar a ordem das questões):

#### Entrevista

“Como te chamas? Que idade tens? Onde vives? Que país mais gostarias de visitar? De que tipo de música gostas? Qual a tua comida favorita? O que te deixa zangado? Qual é a pessoa famosa que mais admiras? O que mais gostas de fazer? Qual é o teu programa favorito na televisão? Se tivesses muito dinheiro o que mais gostarias de comprar? Que profissão gostarias de ter no futuro? O que mais desejas mudar no mundo? Em que és particularmente bom? O que te faz feliz? Diz o nome de uma pessoa ou acontecimento que tenha tido grande influência para te tornares a pessoa que és”.

2) Com base nas tuas respostas à entrevista, escreve um pequeno texto que te caracterize.

3) Agora, pensa como te apresentarias se estivesse noutra situação, por exemplo: a) numa entrevista de emprego; b) com uma pessoa que acabaste de conhecer numa festa; c) com uma pessoa que acabaste de conhecer num país estrangeiro. No teu caderno anota os tópicos a partir dos quais te descreverias em cada uma destas situações.

As descrições contêm sempre os mesmos elementos ou são diferentes? O que varia? Porquê?

Como me apresentaria...		
Numa entrevista de emprego	A pessoa que acabei de conhecer numa festa	A uma pessoa que acabei de conhecer num país estrangeiro
...	...	...

### Atividade 2.6. Representações da Minha identidade

Seleciona e traz para a aula plantas, fotografias, frutos ou objetos que representem a tua identidade e constrói um móbil, poster ou colagem que retrate as diversas facetas de quem és. Apresenta a tua criação à turma.

### Atividade 2.7. A Minha Identidade no Tempo

Pensa em como te vês (quais os papéis que desempenhas, desejos, ocupações, direitos e responsabilidades) em três momentos diferentes da tua vida: a) no presente; b) há 5 anos atrás; e c) daqui a 5 anos. Copia e preenche o quadro seguinte no teu caderno. O que se mantém? O que se transformou?

Quem sou eu?		
Hoje	Há 5 anos atrás	Daqui a 5 anos
...	...	...

### Atividade 2.8. As Minhas Necessidades

No quadro que te apresentamos em baixo vais encontrar um conjunto de necessidades humanas definidas pelo psicólogo norte-americano Henry Murray (1938), organizadas em 10 domínios diferentes.

Necessidade	Definição ou exemplo
Realização	Fazer algo difícil ou importante; ultrapassar obstáculos; aperfeiçoar-se e superar-se.
Afiliação	Aproximar-se e cooperar com prazer com outras pessoas; agradar e conquistar a sua afeição; manter-se leal a um amigo.
Domínio	Controlar o meio em que vive; influenciar o comportamento dos outros através da sugestão, persuasão ou comando; convencer os outros que tem razão ou que a sua opinião é a correta.
Exibição	Causar boa impressão; ser visto e ouvido; provocar, divertir ou chocar; monopolizar as conversas.
Evitamento social	Evitar a humilhação; abandonar situações embaraçosas que podem conduzir à humilhação; não fazer as coisas com medo de falhar.
Comportamento de apoio	Ser simpático e responder às necessidades de outra pessoa; ajudar uma pessoa em perigo ou necessidade; ajudar, apoiar, proteger, confortar.
Ordem	Colocar coisas em ordem; procurar harmonia, organização, equilíbrio, clareza.
Jogo	Agir por divertimento; realizar atividades agradáveis; dedicar os tempos livres ao desporto, conviver com amigos, ir a festas.
Sexo	Procurar e promover uma relação amorosa; ter atividade sexual.
Reforço	Ter ajuda de um aliado; ser protegido, apoiado, orientado, perdoado; ter sempre alguém que apoia.

Individualmente, analisa a lista e identifica as necessidades que, nesta fase da vida, mais influenciam o teu comportamento. Podes copiá-las para o teu caderno (como a lista apresentada em baixo) e classificá-las de 1 (nada importante) a 5 (muito importante), colocando o número na coluna mais estreita.

Nada importante	Pouco importante	Importante	Muito importante	Muitíssimo importante
1	2	3	4	5

As minhas necessidades	
...	...
...	...
...	...

### Atividade 2.9. Quando Posso...?

O aumento da idade e, por conseguinte o desenvolvimento, está associado à aquisição de novos direitos e deveres sociais. Por exemplo, a idade legal de voto ou a idade da habilitação legal para conduzir.

1. Junta-te a um colega e faz uma pesquisa para descobrires quais os direitos que vais adquirindo à medida que a tua idade vai aumentando e te aproximas da maioridade.

Aos 5 anos posso...	...
Aos 12 anos posso...	...
Aos 16 anos posso...	...
Aos 18 anos posso...	...
Aos 21 anos posso...	...

2. A idade em que determinados direitos devem ser adquiridos suscita dúvidas e tem sido debatida na sociedade civil; por exemplo nalguns países europeus tem-se questionado a diminuição da idade legal de voto para os 16 anos.

Organiza um debate com os teus colegas para discutir este tema. Propomos que formem três grupos: um concorda com a diminuição da idade voto para os 16 anos, outro discorda e o outro está indeciso. Os dois primeiros grupos argumentam as suas posições e tentam convencer o grupo indeciso. Anotem no quadro os argumentos de cada grupo e no final avaliem se mantiveram ou alteraram as vossas posições e que argumentos vos fizeram mudar.

## Subtema 2.3. Indivíduo como Cidadão

### Atividade 2.10. As Minhas Pertences

Todos pertencemos a diferentes grupos com os quais partilhamos características, gostos, necessidades, laços afetivos, papéis ou tarefas. Os grupos a que pertencemos e o modo como nos sentimos ligados contribuem para definirmos uma imagem de quem somos e de qual é o nosso lugar e papel na sociedade.

Individualmente, pensa a que grupos pertences na tua comunidade (e/ou no teu país), anota-os no teu caderno e avalia (numa escala de 0= nada a 5=muitíssimo) o quanto te sentes ligado a esses grupos.

Nada importante	Pouco importante	Importante	Muito importante	Muitíssimo importante
1	2	3	4	5

Grupo	Grau de ligação
<i>Exemplo: Grupo desportivo</i>	3
...	...
...	...
...	...

### Atividade 2.11. Quantos Grupos Existem na Turma?

1. Enumerem uma lista de critérios a partir dos quais se possam constituir diferentes grupos na turma e anotem-nos no quadro (por exemplo, sexo, idade, crenças religiosas, preferências musicais, clube desportivo ou outros).

2. Definam um espaço na sala para cada grupo e assinalem-no colocando um cartão à sua frente (o espaço fica designado para esse grupo, por exemplo, grupo sexo feminino). Cada um vai dirigir-se ao grupo ou grupos a que pertence (podem pertencer a mais do que um) e escreve o seu nome no cartão.

3. No final, partilhem uns com os outros como se sentiram durante a atividade e analisem-na a partir das seguintes questões. Anotem as vossas conclusões no quadro.

- Quantos grupos se formaram? Alguém ficou surpreendido com os grupos formados?
- Como cada um adquiriu a pertença a estes grupos (passaram a pertencer a esse grupo a partir do momento em que nasceram, alguém vos influenciou para pertencer ou foi uma escolha individual)?
- Houve quem pertencesse a diferentes grupos ao mesmo tempo? Como é pertencer a grupos diferentes ao mesmo tempo: foi difícil conciliarem as pertences, sentiram-se divididos?
- Como se sentiram ao pertencer a um grupo com muitos elementos? E a um grupo com menos elementos?
- Houve grupos só com um elemento (que não formaram grupo com mais ninguém)? Como se sentiram os colegas que não tinham mais elementos no seu grupo?

### Atividade 2.12. Desafios à Identidade na Sociedade Civil

1. Juntem-se em grupos de 4 ou 5 elementos e identifiquem situações em que a identidade de cidadania possa estar em risco, ou seja, situações em que as pessoas sentem que não têm os mesmos direitos e deveres que os outros cidadãos (por exemplo, situações de grande pobreza) e comuniquem à turma. Anotem todas as situações identificadas no quadro.
2. Depois cada grupo seleciona uma dessas situações e cria uma personagem a viver nela, atribuindo-lhe um nome, idade, sexo, ou outras características de que se lembrem e dramatizam uma entrevista que permita explicar a sua situação e perceber como se sente (por exemplo, como ficou nesta situação, quais são as suas maiores dificuldades, de que apoio necessita, a quem recorre em situação de dificuldade, o que já fez para tentar resolver a sua situação). Anotem as vossas impressões no quadro.
3. Depois da entrevista, podem organizar um debate para discutir possíveis medidas do Estado e da sociedade civil para proteger e apoiar estas pessoas.

### Atividade 2.13. Imagens do Nosso País

- 1) Junta-te com os teus colegas em grupos de 4 ou 5 elementos. Recolham nos meios de comunicação social (jornais, revistas, rádio, televisão) ou na Internet imagens que retratem o vosso país (imagens que retratam o modo como vêm o vosso país e como pensam que os outros vêm o vosso país).
- 2) Preparem uma exposição com as imagens recolhidas na sala de aula.
- 3) Com base na exposição organizem um debate e anotem as conclusões sobre as seguintes questões:

- a) Existe uma só imagem do país ou múltiplas?
- b) Existem imagens contraditórias?
- c) Há imagens melhores do que outras?
- d) O governo deve promover uma imagem do país e como pode fazê-lo?

- 4) Com base na informação que recolheram sobre a identidade nacional e as imagens do país juntem-se em grupos para: a) criar um filme promocional da República Democrática de Timor-Leste ou b) um guia de apoio com informações úteis (por exemplo, língua(s) falada(s), moeda utilizada, hábitos, tradições, festas ou eventos, locais de interesse a visitar) para turistas ou outros cidadãos estrangeiros que visitem o país.

### Atividade 2.14. Os Significados de “Ser Timorense”

Em pequenos grupos, vais discutir com os teus colegas o que caracteriza a vossa identidade nacional. Elaborem uma lista com as características que encontrarem e apresentem-nas à turma. Anotem todas as ideias no quadro e selecionem as 5 principais características de “Ser Timorense” (podem proceder por votação). Finalmente debatam o significado das características apontadas e escrevam um texto síntese sobre o que significa “Ser Timorense”.

## Glossário

**Desenvolvimento** - é o processo através do qual uma pessoa se modifica desde o nascimento até à morte. Inclui diferentes períodos ou fases de desenvolvimento: período pré-natal e nascimento (2 primeiros anos de vida), primeira infância (2-6 anos), segunda infância (6-12 anos), adolescência, início da idade adulta, idade adulta intermédia, vida adulta tardia ou velhice. Cada uma das fases é caracterizada por desafios e tarefas específicas de desenvolvimento.

**Desenvolvimento cognitivo** - processo de complexificação do pensamento e do raciocínio.

**Desenvolvimento moral** - processo de complexificação do juízo sobre o bem/mal, justo/injusto.

**Desenvolvimento psicossocial** - construção e definição progressiva da identidade do indivíduo (sentimento de si) ao longo da vida e em diferentes etapas, em resposta a necessidades individuais, sociais e culturais.

**Desenvolvimento sócio-emocional** - refere-se à aquisição progressiva de competências comunicacionais, bem como de competências para regular as emoções de forma socialmente aceitável e para compreender e adaptar-se às emoções dos outros.

**Egocentrismo infantil** - característica do pensamento infantil que resulta de a criança se centrar apenas no seu ponto de vista ou perspectiva, sentindo dificuldades em “descentrar-se” (ou seja, em sair da sua posição) para compreender as opiniões e pontos de vista dos outros. Ao longo do desenvolvimento ocorre uma descentração progressiva que permite evoluir no raciocínio.

**Identidade cultural** - reflete o modo com o indivíduo se reconhece através dos valores que partilha com a sua comunidade, grupo ou cultura.

**Identidade de cidadania** - sentir-se um cidadão com os mesmos direitos e deveres que qualquer outro cidadão do seu país.

**Identidade nacional** - processo pelo qual um povo (uma comunidade com laços de consanguinidade, solidariedade e cidadania) toma consciência de interesses, história e projetos comuns e procede à integração das suas parcelas regionais através do ordenamento político de fatores materiais e culturais (tornando-se mais capaz de ser integrado em comunidades supranacionais).

**Identidade pessoal** - modo como as pessoas se vêem e sentem em relação a si e como compreendem a sua individualidade de forma consistente ao longo do tempo.

**Identidade social** - parte do autoconceito do indivíduo que deriva do conhecimento que tem da sua pertença a um determinado grupo social e o valor e significado emocional que atribui a essa pertença. Por oposição ao sentimento individual e único do Eu que caracteriza a identidade pessoal, a identidade social envolve identificações coletivas que correspondem a um sentimento de Nós.

**Moratória psicossocial** - representa um compasso de espera e experimentação em relação a compromissos adultos; um espaço para a procura de alternativas e a experimentação de papéis que contribuem para a construção interna da identidade pessoal.

**Nação** - uma população humana que habita um território histórico e que partilha mitos e memórias históricas comuns, cultura pública e de massas, economia comum e os mesmos direitos e deveres legais.

---

**Nacionalismo** - movimento ideológico que procura alcançar e manter a autonomia, unidade e identidade para uma população, que alguns dos seus membros pensam constituir uma “nação” atual ou potencial.

**Patriotismo** - sentimento de amor e devoção à pátria e aos seus símbolos (bandeira, hino, brasão).

**Racismo** - é uma teoria que afirma a superioridade de certas raças, o que constitui base para defender o direito de dominar ou suprimir outras. Sustenta, uma atitude preconceituosa e discriminatória contra indivíduos de determinadas raças ou etnias.

**Símbolos nacionais** - representam a identidade nacional (hino nacional, bandeira e emblema da Nação).

**Xenofobia** - representa um preconceito (associado a sentimentos de medo, ódio ou aversão) contra estrangeiros ou grupos étnicos e culturais diferentes daquele a que pertence o indivíduo. Atitudes xenófobas incluem o impedimento à imigração de estrangeiros ou de pessoas pertencentes a diferentes culturas e etnias (consideradas como ameaça) ou mesmo a defesa do extermínio desses grupos. Por esta razão a xenofobia tende a ser associada a preconceitos étnicos ou ligados à nacionalidade.

## Bibliografia

- Azmitia, M., Syed, M. & Radmacher (Eds). (2008). *The intersections of personal and social identities: New directions for child and adolescent development*. New York: Jossey-Bass.
- Barrett, M. (Ed.). (2007). *Children's knowledge, beliefs and feelings about nations and national groups*. New York: Psychology Press.
- Berger, K. S. (2004). *The developing person through the life span*. New York: Worth Publishers.
- Boyd, D. & Bee, H. (2009). *Lifespan development* (5ª Ed). New York: Pearson.
- Brett, P. (2007). *GCSE Citizenship studies*. Dunstable: Folens.
- Côte, J. & Levine, C. (2002). *Identity formation, agency and culture: A social psychological synthesis*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Damásio, A. (2000). *Sentimento de si*. Lisboa: Publicações Europa-América.
- Erikson, E. (1980). *Identity and the life cycle*. New York: W. W. Norton & Company.
- Henriques, M., Reis, J. & Loia, L. (2006). *Educação para a cidadania: Saber & Inovar*. Lisboa: Plátano Editora.
- Huddleston, T. (2004) *Citizens & Society: Political Literacy Resource Pack*. Citizenship Foundation / Hodder & Stoughton.
- Lourenço, O. (1992). *Psicologia do desenvolvimento moral. Teoria, dados e implicações*. Coimbra: Livraria Almedina.
- Kohlberg, L. (1976). *Moral stages and moralization*. In T. Lickona (Ed.), *Moral development and behaviour*. New York: Holt McDougal.
- Marcia, J. (1993). *Ego identity status*. In J. Marcia, S. Waterman, D. Matteson, S. Archer, & J. Orlofsky (Eds.) *Ego identity: a handbook for psychosocial research*. New York: Springer.
- Murray, H. (1938). *Exploration in personality*. Boston: Allyn & Bacon.
- Newberg, N. (2010). *Rebirth: Civic engagement from adolescence to adulthood* In D. Swanson, M. Edwards e M. Spencer (Eds.) *Adolescence: Development during a global area*. New York: Elsevier.
- Piaget, J. (1932). *The moral judgment of the child*. London: Routledge & Keagan Paul Ltd.
- Piaget, J.(1990). *Seis estudos de Psicologia*. Lisboa: Publicações Dom Quixote.
- Saarni, C. (1999). *The development of emotional competence*. New York: The Guilford Press.
- Sampaio, D. & Barros, E. (2009). *A razão dos avós*. Lisboa: Caminho.
- Smith, P., Cowie, H. & Blades, M. (2001). *Compreender o desenvolvimento da criança*. Lisboa: Edições Piaget.
- Swanson, D., Edwards, M. & Spencer, M. (Eds.) (2010). *Adolescence: Development during a global era*. New York: Elsevier.
- Smith, A. (1991). *National Identity*. London: Penguin.
- Documentos:**
- Convenção Internacional sobre os Direitos da Criança*, aprovada pela Assembleia Geral das Nações Unidas, em 20 de novembro de 1989.
- Princípios das Nações Unidas para o Idoso*, aprovados pela Assembleia Geral das Nações Unidas, em 16 de dezembro de 1991.
- Recursos Digitais:**
- Arquivo & Museu da Resistência Timorense*  
[www.amrtimor.org](http://www.amrtimor.org)
- Fundo das Nações Unidas para a Infância*  
[www.unicef.org](http://www.unicef.org)
- Secretaria de Estado da Cultura da República Democrática de Timor-Leste*  
[www.unilat.org](http://www.unilat.org)
- Turismo de Timor-Leste*  
[www.turismotimorleste.com](http://www.turismotimorleste.com)

## I N T R O D U Ç Ã O

O exercício da cidadania democrática não se funda apenas no conhecimento político (literacia política) mas também na compreensão e aquisição de princípios inerentes à dignidade da pessoa humana e acolhidos pelas constituições dos Estados democráticos (literacia ética). Esta unidade centra-se nos contributos da reflexão ética e da ação moral para a vida em sociedade e exercício da cidadania. O primeiro subtema apresenta os conceitos de ética e moral, relacionando-os com a política e especificando o seu enquadramento em termos cívicos. O segundo subtema aborda o comportamento (ação moral) na relação com a cidadania; e, finalmente, no terceiro subtema abordam-se novos desafios à reflexão ética na sociedade contemporânea.

Ao longo desta unidade serás confrontado com propostas de atividades para reflexão e exercícios sobre ética, valores e conduta cívica. Através deles poderás aprofundar a tua identidade moral e o teu posicionamento ético e cívico.



## 3. Ética, Valores e Comportamento Social

### **84 3.1. Ética e Moral na Sociedade Civil**

84 3.1.1. Ética e Moral

85 3.1.2. Ética e Política

86 3.1.3. Moral Cívica

### **87 3.2. Dilemas e Condutas Morais na Sociedade Civil**

87 3.2.1. Caráter Intencional e Valorativo da Ação Humana

88 3.2.2. Moralidade e Juízo Moral

91 3.2.3. Ética e Comportamento Cívico

### **96 3.3. Desafios Éticos nas Sociedades Contemporâneas**

96 3.3.1. Ética Prática e Transformações Sociais

96 3.3.2. Novas Reflexões Éticas

98 3.3.3. Ética e Tolerância

### Citação

*“Cada um de nós deveria perguntar a si próprio: que lugar tem a ética no meu cotidiano? Ao pensar nesta pergunta, pergunte a si próprio: o que penso eu que é uma vida boa, no sentido mais pleno do termo? Trata-se aqui de uma pergunta fundamental. Fazer esta pergunta é perguntar: que tipo de vida admiro verdadeiramente, e que tipo de vida espero poder vir a passar em revista quando for mais velho e quando reflectir sobre o modo como vivi? Será suficiente dizer «Foi divertida»? Serei alguma vez realmente capaz de dizer com autenticidade que foi divertida? Seja qual for a sua posição e o seu estatuto, pode perguntar – dentro dos limites do possível – o que quer atingir com a sua vida”.*

Fonte: Singer (2000)

### Sabias que...

A palavra “norma”, provém do latim “norma” que significa regra, preceito ou lei. As normas representam modelos de ação sobre o que se deve seguir ou o que se deve respeitar e obedecer. Existem vários tipos de normas: morais, religiosas, éticas, técnicas ou jurídicas. Quando são impostas e sancionadas pelo direito, as normas dizem-se normas jurídicas e tornam-se lei.

### Citação

*“ (...) ao contrário de outros seres vivos ou inanimados, nós seres humanos, podemos inventar e escolher em parte a nossa forma de vida. Podemos optar por aquilo que nos parece bom, ou seja conveniente para nós, frente ao que nos parece mau e inconveniente. E como podemos inventar e escolher, podemos enganar-nos (...). Assim, parece prudente estarmos atentos ao que fazemos e procurar adquirir um certo saber viver que nos permita acertar. Esse saber viver, ou arte de viver, é aquilo que se chama ética”.*

Fonte: Savater (1993)

## 3.1. Ética e Moral na Sociedade Civil

### 3.1.1. Ética e Moral

A “moral” refere-se a um conjunto de princípios, normas, costumes e juízos de valor, vigente numa sociedade ou grupo social que é interiorizado pelos seus membros de modo a agirem de acordo com o que é considerado bom ou justo. Este conjunto normativo indica aos membros de uma comunidade: 1) o que deve ser valorizado como bom e mau (bem e mal); 2) como se deve distinguir o bem do mal; e 3) qual o comportamento necessário, aconselhável, permitido ou proibido.

A “ética” constitui uma reflexão teórica sobre a moral vivida na vida quotidiana, ou seja, reflete sobre as razões porque se consideram válidas (bons e justos) as normas e costumes duma determinada comunidade ou grupo social. Ao refletir sobre a moral, a ética tem por finalidade encontrar e fundamentar o agir bem e ter uma vida orientada pelo bem. Para isso, a ética tem três funções essenciais: 1) estudar os comportamentos e os diversos códigos morais e analisar problemas morais; 2) fundamentar as leis/códigos morais, proporcionando critérios e princípios que justifiquem as normas vigentes num determinado contexto social; e 3) aplicar os princípios éticos a diversos aspetos da vida quotidiana. Deste modo, influencia os comportamentos e atitudes individuais e coletivas.

A vida quotidiana coloca-nos com frequência perante situações que exigem uma decisão, porque estão em jogo as noções de bem e mal, justo ou injusto; ou seja, são situações em que temos necessidade de tomar opções morais. Refletir e procurar fundamentar os valores e normas permite fazer avaliações morais mais justas e justificar as decisões.

Perante problemas e conflitos de carácter moral, os seres humanos recorrem à sua “consciência moral”. Esta representa um ajuizamento interior organizador da ação (ponderar o que deve ou não deve ser feito), considerando a realização do bem e o impedimento do mal. Este ajuizamento pode considerar as normas religiosas e/ou jurídicas, mas distingue-se porque enquanto estas se impõem do exterior, a ação moral é autoimposta pela consciência. Isto significa que, apesar da sociedade ter normas e padrões de comportamento estabelecidos e institucionalmente aceites, somos livres para avaliar criticamente o conteúdo dessas regras e valores. As ações humanas apenas adquirem valor ético quando fundamentadas na decisão livre e consciente. A liberdade de consciência constitui um direito fundamental consagrado na Constituição.

**Figura 3.1.** Relação entre normas, consciência e ação moral



### 3.1.2. Ética e Política

A ética funda-se na capacidade de escolher o que mais nos convém para vivermos o melhor possível. O objeto da política é organizar o melhor possível a convivência social, para que cada pessoa possa escolher o que lhe convém. Assim, qualquer pessoa que queira viver bem não pode alhear-se da política.

Porém há diferenças entre ética e política. A ética ocupa-se do que a própria pessoa faz com a sua liberdade; e a política tenta coordenar aquilo que muitos fazem com as suas liberdades, da maneira mais benéfica para o conjunto. O exercício da política, tanto para os atores políticos como para os cidadãos, obriga a conjugar atitudes e decisões que se desenrolam num quadro de responsabilidades coletivas com os valores éticos que fundamentam o código moral e de relacionamento interpessoal. Entre a ética pessoal e a ética política há uma diferença básica: na vida pessoal espera-se que cada indivíduo aja de acordo com a ética dos princípios morais aceites em cada sociedade; enquanto na ética política prevalece uma ética de responsabilidade (ou seja, a defesa do bem público e interesse nacional).

Existem diferenças significativas entre as competências cívicas (essenciais para exercer a cidadania e para viver numa sociedade) e as exigências morais (princípios e valores universais). Nem todas as exigências cívicas são exigências morais, e nem todas as exigências morais são exigências cívicas. Por isso, a ética e a política estão sempre em equação na consciência do cidadão ou do governante responsável. O cumprimento das normas não invalida a exigência ética, e a exigência ética não pode alhear-se das necessidades da sociedade.

#### Sabias que...

A objeção de consciência é uma posição subjetiva que determina o não-cumprimento de obrigações e a não-prática de atos legalmente previstos, por convicções (éticas, morais, religiosas) do sujeito, estando este incumprimento isento de sanções. O artigo 45.º da Constituição da República Democrática de Timor-Leste assume a liberdade de consciência e o direito à objeção de consciência. Considera-se objetor de consciência quem, por motivos de ordem ética, moral ou religiosa, esteja convicto de que não lhe é legítimo obedecer a uma ordem específica por considerar que esta atenta contra a vida ou a dignidade da pessoa humana.

#### Proposta de Atividade

A liberdade de consciência é um direito consagrado na Constituição. Reflete sobre as questões seguintes:

- 1) Durante a Segunda Guerra Mundial algumas pessoas recusaram-se a combater por sentirem que a sua consciência as impedia de matar outras. Estavam a agir moral ou imoralmente?
- 2) Os objetores de consciência são bons ou maus cidadãos?

Discute com os teus colegas o papel da liberdade de consciência na organização do comportamento numa sociedade democrática.

### Quadro 3.1. Valores cívicos

**Coragem:** a força de sustentar convicções quando a consciência o exige.

**Tolerância:** capacidade de aceitar posições diferentes das nossas, desde que fundadas no respeito pela dignidade humana.

**Patriotismo:** lealdade aos princípios e valores nacionais

**Espírito de compromisso:** capacidade de chegar a acordo com outras pessoas.

**Respeito pela lei:** respeito pela lei (mesmo quando não se concorda com ela inteiramente) e esforço para modificar a legislação considerada injusta ou desapropriada.

**Solidariedade:** preocupação com o bem-estar alheio (sobretudo com os grupos mais carenciados social e economicamente).

**Participação:** empenhamento nos assuntos de interesse público.

**Abertura:** tomar em consideração pontos de vista alheios.

**Transparência:** expressão de verdade nas condutas dos cidadãos e nos atos das instituições.

**Respeito pelos outros:** respeito pelos outros terem voz, serem iguais perante a lei e sustentarem ideias diversas das nossas.

**Civilidade:** recurso a argumentação racional e recusa da força e da ameaça no relacionamento humano, no respeito pelo património e pela propriedade privada.

Fonte: Henriques, Reis, & Loia (2006)



### Proposta de Atividade

Observa à tua volta e pesquisa nos meios de informação exemplos de condutas cívicas, que traduzam os valores cívicos apresentados no quadro 3.1., em diversos contextos de participação: família, escola, comunidade, nível nacional e global. Depois apresenta aos teus colegas.

Uma das missões da ética na sociedade contemporânea consiste em procurar esclarecer o fenómeno da moral cívica que nas palavras de Cortina (1997), uma filósofa espanhola contemporânea: “não é uma moral individual, nem tão pouco uma moral religiosa, não depende de uma determinada ideologia política, nem se reduz ao direito mas que apesar de tudo isso é indispensável para construir uma sociedade justa”. Mas o que define a moral cívica? Que valores e princípios comporta?

### 3.1.3. Moral Cívica

Como abordaste na unidade 1, a vida social é governada por um conjunto de valores que subjazem à distribuição dos bens e garantia das necessidades dos cidadãos. Para além dos direitos cívicos e políticos, a segunda geração de direitos humanos introduziu o conceito de justiça social, com o objetivo de minorar as desigualdades entre pessoas e classes sociais. A teoria da justiça social preocupa-se em garantir que os bens económicos, culturais e de saúde sejam distribuídos de modo justo e equitativo por todos os cidadãos.

A cidadania e a vivência numa sociedade democrática implicam uma escala de valores e um conjunto de princípios cívicos que configuram a construção da comunidade de cidadãos, como sejam: bem comum, solidariedade, justiça, liberdade, igualdade e subsidiariedade. O quadro 3.1. apresenta e define valores cívicos fundamentais. Através deles julgam-se excessos e desvios cívicos: comportamentos individuais e coletivos que excedem por defeito o que se espera da vida em democracia.

A “moral cívica” define-se como um conjunto de normas que permitem agir de modo a satisfazer e cumprir os direitos e as obrigações individuais (viver e participar) numa sociedade democrática, tendo na base a aceitação e a partilha de um conjunto mínimo (indispensável) de valores éticos (quadro 3.1.). A conduta social rege-se pela consciência cívica (inseparável da consciência moral, mas relativa à convivência social). Representa uma instância cujo objetivo é julgar, avaliar e circunscrever as ações de um indivíduo em relação aos outros e às diversas instituições sociais. Esta consciência ordena ou proíbe determinadas ações, baseando-se nos imperativos do respeito pelo outro, aperfeiçoamento das instituições, luta pela justiça e equidade e por um futuro melhor para a humanidade.

## 3.2. Dilemas e Condutas Morais na Sociedade Civil

No subtema anterior abordámos o quadro de valores e normas (morais, do direito e da política) para a ação humana. Neste subtema aprofundamos a reflexão ética que caracteriza as opções e ações morais dos indivíduos em sociedade.

### 3.2.1. Caráter Intencional e Valorativo da Ação Humana

O problema da definição da liberdade na ação humana (somos livres de decidir as nossas ações ou as nossas ações são determinadas por fatores externos) constitui um aspeto essencial da moralidade, pois as pessoas apenas podem ser responsabilizadas por aquilo que podem escolher livremente. Nesta linha encontramos duas correntes de pensamento, o **determinismo** que considera que os seres humanos, porque fazem parte do Universo, estão sujeitos às suas leis e agem em concordância; e o **liberalismo**, que defende que os seres humanos são essencialmente livres.

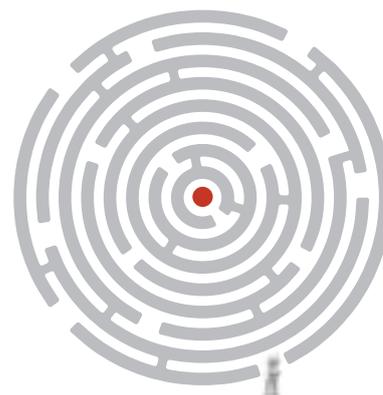
A liberdade humana não é absoluta, exerce-se num campo real de possibilidades do sujeito: é condicionada por aspetos físicos e biológicos, histórico-culturais e inerentes ao desenvolvimento pessoal (ver unidade 2). No entanto, o ser humano exerce a sua liberdade escolhendo um determinado caminho, podendo a sua consciência moral impor-lhe alguns limites.

A ação humana consciente é intencional (direcionada e autodeterminada) e concretiza-se através de escolhas entre um conjunto de possibilidades, ou seja, implica decidir com base em valores, normas e na capacidade autocrítica de cada indivíduo. Fernando Savater (1993), um filósofo espanhol contemporâneo, refere que “embora não possamos escolher o que nos acontece, podemos escolher o que fazer perante aquilo que nos acontece. Quando decidimos fazer algo, fazemo-lo porque preferimos fazer isso a outra coisa, ou porque preferimos fazer isso a não o fazer. Nem sempre fazemos o que queremos; por vezes somos forçados a escolher entre opções que não escolhemos; e, outras vezes, é preciso fazer uma escolha quando preferíamos não o fazer.”

Esta possibilidade de cada um impor leis morais a si mesmo, através da própria razão representa a autonomia pessoal. Podemos agora definir liberdade moral e responsabilidade moral:

**Liberdade moral:** possibilidade de uma pessoa se orientar pelos valores que reconhece como bons.

**Responsabilidade moral:** reconhecimento da autoria da ação e obrigação de responder perante a própria consciência.



### Proposta de Atividade

*Pensa sobre as seguintes questões e discute-as com os teus colegas:*

- 1. Uma mulher vítima de violência doméstica, que assassinou o companheiro/marido agressor, é moralmente responsável pelas suas ações?*
- 2. Existe alguma diferença entre um assassinio premeditado ou a morte acidental num acidente causado por um indivíduo embriagado; os responsáveis devem ser punidos de forma diferente?*

*Que conclusões retirar sobre a relação entre liberdade e responsabilidade moral?*



### Proposta de Atividade

De entre este conjunto de ações procura identificar a situação que :  
1) embora em conformidade com a norma moral, supõe uma intenção destituída de valor ético; 2) embora viole a norma, supõe uma intenção ética valiosa; 3) tanto a intenção como a norma não resistem a um escrutínio ético mais rigoroso; 4) está em conformidade com a norma e a intenção é valiosa.

a) Mentir às autoridades acerca do paradeiro de um amigo, implicado numa conspiração política porque se considerou o dever de proteger o amigo de uma perseguição injusta.

b) Oferecer dinheiro a instituições de caridade porque se pretende ser bem visto socialmente.

c) Para ajudar o colega, deixar que este copie no teste.

d) Participar em campanhas de recolha de alimentos para poder contribuir para minorar situações de pobreza.

## Intenção e Norma

A distinção entre moral e ética sugere que: a moral está ligada aos costumes sociais e às normas objetivas de conduta; a ética aponta para a intenção que preside a uma determinada ação. A intenção representa o julgamento íntimo e individual sobre o que é permitido ou proibido (fundamento interior da ação). A norma é institucionalizada e impõe-se a partir do exterior. Uma ação é moral se tem acordo externo com a norma e acordo interno com a intenção. Por exemplo, participar em campanhas de recolha de alimentos para poder contribuir para minorar situações de pobreza está em conformidade com a norma e tem subjacente uma intenção valiosa. Já oferecer dinheiro a instituições de caridade porque se pretende ser bem visto socialmente, embora esteja em conformidade com a norma moral, supõe uma intenção destituída de valor ético.

Como todos vamos sendo expostos e socializados segundo as normas, tende a haver coincidência entre os códigos externos (aquilo que é permitido ou proibido) e intenção (o que a pessoa sente que pode ou deve fazer). Mas isso nem sempre acontece. Por exemplo, para ajudar um colega (intenção) posso permitir-lhe que copie no teste (ação que transgredir a norma). Neste caso, apesar de transgredir a norma, a ação supõe uma intenção ética valiosa. Como podemos então avaliar o carácter moral de uma ação?

Fernando Savater (1993), define as boas ações como aquelas que convêm à nossa condição de seres racionais, promovendo tanto a nossa humanidade como a dos outros. As más ações, pelo contrário, são as que não nos convêm e que nos diminuem por serem contrárias àquilo que devíamos ser.

### 3.2.2. Moralidade e Juízo Moral

A moralidade representa o esforço pessoal para orientar a conduta por princípios racionalmente justificados, tendo em conta os nossos interesses e os interesses de todos os que serão afetados pelas nossas ações. É a reflexão ética que apoia a tomada de opções morais, fundamentando decisões e possibilitando maior discernimento em termos de moral individual e moral cívica. A reflexão ética é particularmente relevante perante dilemas morais.

**Dilema moral (ou ético)** é uma situação que envolve conflito entre imperativos morais, ou seja, em que a obediência a um dos imperativos morais implica a transgressão de outro (nenhuma das soluções é completamente aceitável).



Existem dilemas morais clássicos como o dilema de Heinz (ver unidade temática 2). Mas no nosso quotidiano somos confrontados com dilemas éticos e morais que desafiam a nossa autonomia pessoal e a capacidade de participação social e cívica (no subtema 4 vais conhecer alguns dos dilemas da sociedade contemporânea). Na resolução dos dilemas morais necessitamos recorrer ao raciocínio ou juízo moral.



### Proposta de Atividade

*Pensa em exemplos de dilemas morais com os quais podes ser confrontado na tua escola e anota-os. Organiza uma lista e debate-os com os teus colegas.*

## Raciocínio Moral

O juízo moral é o raciocínio subjacente ao juízo sobre o bem/mal e justo/injusto. O raciocínio moral e as capacidades de argumentação e decisão (capacidade de crítica e autocrítica) são essenciais numa sociedade para preservar a autonomia pessoal e manter a ligação à sociedade. Ao longo do desenvolvimento ocorre uma complexificação da capacidade de ajuizamento sobre o que é bom ou mau, correto ou incorreto. Em cada um dos estádios de desenvolvimento moral, os indivíduos recorrem a princípios diferentes para ajuizar sobre o seu comportamento moral (quadro 2.5., pág. 58, unidade temática 2): no estádio pré-convencional as decisões morais baseiam-se no evitamento da punição e das represálias de autoridades exteriores; no estádio convencional os juízos morais centram-se nas regras ou normas do grupo ou comunidade do indivíduo e na aprovação social (normativa) do seu comportamento; no estádio pós-convencional os juízos morais envolvem a conciliação entre direitos individuais e necessidades sociais, sendo a moralidade orientada pelo contrato social, pelos direitos individuais e pela lei democraticamente aceite, ou seja, por princípios éticos universais.

O raciocínio moral é condição necessária, mas não suficiente, para as pessoas terem condutas morais. Contudo, a probabilidade de apresentar condutas morais aumenta se esse raciocínio tiver acontecido. O envolvimento em discussões morais aumenta a probabilidade de atender aos interesses e necessidades dos outros. Por isso, os seguintes princípios de raciocínio moral poderão ser relevantes no contexto da sociedade civil:

- Tomar consciência (refletir) de como os seus comportamentos afetam os outros;
- Tentar colocar-se no lugar de quem é afetado pelos seus comportamentos;
- Pensar se concordaria com aquilo que decide fazer;
- Pensar se acha que aquilo que vai fazer é uma coisa correta (se coincide com aquilo que acha geralmente correto as pessoas fazerem)

Outros fatores podem influenciar as escolhas e a conduta individual, principalmente, as emoções e as crenças. Por exemplo, ver alguém ser assaltado e não denunciar por medo das represálias, mesmo sabendo que é errado e que no lugar da pessoa que está a ser assaltada gostaria que alguém a ajudasse. Ou seja, o raciocínio moral não é condição suficiente para uma ação moral. A passagem para a ação ou conduta envolve coragem moral.

### Coragem Moral

A coragem moral é demonstrada por uma pessoa ao defender e afirmar os seus valores morais (especialmente quando as restantes pessoas optam por não o fazer) e, nesse sentido, marca a diferença entre o raciocínio moral e a realização da conduta moral. Envolve ultrapassar o medo da perda de integridade física (por exemplo, ser agredido) e da perda da aprovação social (por parte da maioria). Podem identificar-se cinco componentes na coragem moral:



*Martin Luther King, Jr., ativista e líder do movimento dos direitos civis dos afro-americanos nos Estados Unidos da América, citado frequentemente como um grande exemplo de coragem moral no século XX, retratado num selo do Togo*

#### Para Pesquisar

*Que personalidades, na história do nosso país ou mundo, demonstraram grande coragem moral?*

**Identificação de uma situação moral:** reconhecer uma situação moral e não a ignorar, o que apela aos valores e princípios morais de cada pessoa;

**Realização de uma escolha moral:** quando confrontada com uma situação moral, a pessoa tem de escolher qual a melhor opção moral, apelando para os seus valores, princípios e normas. A decisão baseia-se naquilo que a pessoa considera ser o mais correto (não necessariamente de acordo com a regra jurídica).

**Comportamento ou conduta:** tomada a decisão moral, segue-se a realização de um comportamento para concretizar essa decisão. O comportamento é essencial porque separa a coragem moral do raciocínio moral. Uma coisa é reconhecer um dilema moral e pensar sobre o que é mais correto fazer, outra é concretizar a decisão (ou seja, é preciso saber o que fazer e concretizar).

**Caráter individual do comportamento ou conduta:** a coragem moral é concretizada pelo indivíduo ou grupo, que suporta as consequências do sucesso ou fracasso da sua ação.

**Presença de medo:** enfrentar o medo é crucial para a coragem moral, porque é aqui que mais se evidencia a individualidade, ou seja, o indivíduo tem de enfrentar o medo sozinho e ninguém o pode substituir. Sentir medo demonstra que o indivíduo compreende as implicações da situação e as consequências de determinado comportamento.

### 3.2.3 Ética e Comportamento Cívico

A ideia de que existem determinados princípios que as pessoas devem respeitar e aceitar na vida social é intrínseca à cidadania. Como vimos no subtema 1, estes princípios não são escolhidos arbitrariamente, são os razoáveis e necessários para que todos os cidadãos se desenvolvam numa sociedade justa e tolerante.

#### Exigências Morais e Competências Cívicas

A vida em democracia requer o exercício de competências cívicas que garantam a adaptação e ajustamento do cidadão à sua comunidade política. Sem estas competências cívicas não é possível planear ou cumprir a satisfação dos direitos individuais. No quadro 3.2. estão representadas competências (ou virtudes) cívicas, situadas entre defeitos e excessos. Estas virtudes são o que define o bom cidadão.

Quadro 3.2. Competências Cívicas

Defeitos	Competências cívicas	Excessos
Cobardia	<b>Coragem:</b> a força de sustentar convicções quando a consciência o exigir; sem coragem cívica os indivíduos tornam-se permeáveis face aos líderes de opinião, às pressões do grupo ou à comunicação social	Temeridade
Permissividade	<b>Tolerância:</b> capacidade de aceitar posições diversas desde que fundadas no respeito pela dignidade humana. Distingue-se do dogmatismo, que recusa atitudes de oposição e de permissividade, que é indiferente à dignidade da vida humana.	Fanatismo
Sentimento apátrida	<b>Patriotismo:</b> lealdade aos princípios e valores nacionais. É uma virtude central em qualquer democracia e exige a recusa de atitudes como o nacionalismo xenófobo, que ataca as outras nações, e o cosmopolitismo desnacionalizado, que não se identifica com nenhuma.	Nacionalismo xenófobo
Passividade	<b>Compromisso:</b> capacidade de chegar a acordo com outras pessoas. A democracia assenta no predomínio do bem comum sobre os bens particulares, por isso a cidadania deve preparar cada indivíduo para fazer cedências.	Autoritarismo
Subserviência	<b>Legalidade:</b> a supremacia do Direito tem duas consequências: respeito pela norma legislada, mesmo sem com ela concordar inteiramente; e esforço para modificar a legislação que consideramos injusta ou desapropriada.	Legalismo
Prodigalidade	<b>Solidariedade:</b> preocupação com o bem-estar alheio. Sem solidariedade, é impossível enfrentar os grandes problemas públicos, sobretudo os relacionados com grupos mais carenciados. A solidariedade não dispensa a justiça.	Igualitarismo
Abstencionismo	<b>Concertação social:</b> a participação na democracia exige tentativas sempre renovadas para alcançar os fins públicos. A democracia é talvez o mais difícil dos regimes políticos, porque exige concertação permanente dos interesses.	Partidarismo
Corrupção passiva e ativa	<b>Transparência:</b> expressão da verdade nas condutas dos cidadãos e nos atos das instituições. Permite que a tomada de decisões em democracia não seja dominada por interesses ocultos (agressões ao bem comum).	Anarquismo
Individualismo	<b>Pluralismo:</b> respeito pelos que sustentam ideias diversas das nossas. Uma sociedade pluralista é ameaçada pelos defensores do partido único e pelos defensores do abstencionismo.	Totalitarismo
Servilismo	<b>Civilidade:</b> as normas de civilidade e cortesia envolvem um conjunto de práticas pautadas pelo recurso à argumentação racional e pela recusa da força e da ameaça no relacionamento humano e do desrespeito pelo património público e propriedade privada.	Irresponsabilidade

Fonte: Pureza (2001)



Mohandas Karamchand Gandhi, apologista da desobediência civil não-violenta, retratado num selo do Cazaquistão.

### Para Pesquisar

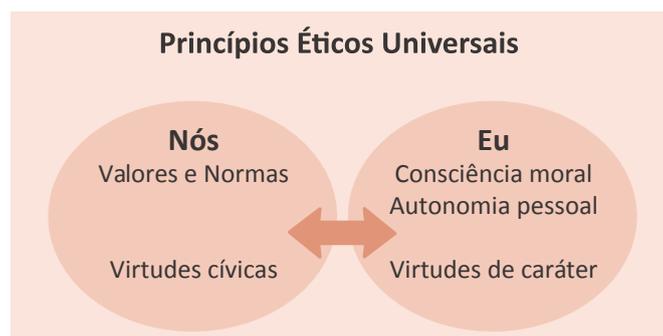
Procura exemplos de desobediência civil na história do teu país ou de outros países.

As virtudes ou competências cívicas necessitam ser equilibradas por exigências éticas (valores éticos universais). Sem a reflexão ética, a integração no contexto social e político transforma-se numa adaptação conformista e sem crítica, ou seja, numa adaptação às tendências dominantes da maioria e na instauração do servilismo ao poder do mais forte (como acontece nos regimes fundamentalistas e totalitários e na corrupção das democracias).

O exercício da cidadania, o sucesso pessoal e social dos cidadãos dependem da capacidade de exercer o raciocínio moral e as capacidades de argumentação de forma a alcançar um equilíbrio desejável entre autonomia pessoal e sentido de comunidade. Um exemplo deste balanceamento encontra-se na desobediência civil, que implica a transgressão de uma lei considerada imoral, mas que sujeita os participantes às consequências legais da infração. Por exemplo, nos primeiros anos do movimento pelos direitos civis nos EUA, cidadãos afro-americanos transgrediram uma lei que os excluía de determinadas secções dos restaurantes, sentando-se nas mesas destinadas a cidadãos brancos. Neste caso, o uso de meios ilegais pode ser encarado como uma extensão do uso de meios legais para garantir uma decisão democrática. Esta extensão pode tornar-se necessária se os canais normais de garantia dos direitos não funcionarem adequadamente. Nestas situações, desobedecer à lei não é uma tentativa de exercer coerção sobre a maioria; a desobediência tenta informar a maioria. Os cidadãos que enveredam pela desobediência civil, desde que não resistindo às forças da ordem, nem recorrendo a violência e aceitando as sanções legais pelos seus atos, manifestam sinceridade, respeito pela lei e pelos princípios fundamentais da democracia.

Que características ou componentes do comportamento humano podem contribuir para alcançar e concretizar estas virtudes cívicas? Ou, que comportamentos e forças de carácter sustentam as virtudes cívicas e o comportamento cívico?

Figura 3.2. Virtudes cívicas e virtudes de carácter



## Comportamento Pró-social

O exercício de uma conduta cívica exige a realização de comportamentos pró-sociais. Este tipo de comportamento remete para ações com o objetivo de beneficiar (apoiar, ajudar, confortar, partilhar ou proteger) outra pessoa ou grupo de pessoas, sem o indivíduo prever qualquer tipo de recompensa externa. Estas ações acarretam frequentemente algum tipo de custos por parte de quem as desempenha, como autossacrifício ou risco. A capacidade de realizar comportamentos pró-sociais emerge na infância, quando a criança adquire a competência emocional de reconhecer e compreender as emoções dos outros e vai-se alargando aos restantes domínios da vida social. Grande parte dos sistemas de crenças religiosas incentiva estes comportamentos, associando-os a valores como a generosidade e solidariedade. A capacidade de contribuir para o bem comum constitui uma competência essencial para a vida democrática e comunitária.



## Virtudes de Caráter

Os códigos ou regras morais que regem a conduta são relativos e podem alterar-se consoante as circunstâncias sociais e culturais; isto é, não dependem apenas da nossa vontade e intenção. No entanto, a disposição moral (ou disposição para a moralidade) de uma pessoa remete para o seu caráter. Inclui componentes como: capacidade de empatia, autocontrolo, justiça e sentido de obrigação (características que facilitam a realização de condutas morais). Estas características aproximam-se das virtudes propostas por filósofos e pensadores morais como Aristóteles que defendia a coragem, justiça, temperança ou autocontrolo e sabedoria, ou Confúcio que advogava o altruísmo, cortesia, sabedoria moral, integridade, fidelidade e honradez. Como refere Peter Singer (2000) “... talvez Aristóteles tivesse razão: quanto mais praticamos a virtude, seja porque razão for, mais possibilidades temos de nos tornarmos virtuosos também intrinsecamente”. A mesma opinião é partilhada por Cortina (2007), que salienta a importância da educação emocional e dos afetos para o êxito pessoal e social”.



Confúcio

*“Num mundo entusiasmado com o saber produtivo (...) é fecundo recordar que o contacto com a realidade para qualquer ser humano é afetivo. Se alguém adoecesse de cegueira emocional não teria interesse em nada, nem poderia escolher entre alternativas, mesmo que tivesse altíssimo quociente intelectual.”*

Fonte: Cortina (2007)

### ! Sabias que...

O “Confucionismo” é um sistema filosófico, criado pelo pensador e filósofo chinês Kung-Fu-Tzu (Confúcio) que viveu entre 551 e 479 AC, que advoga o desenvolvimento da virtude e da perfeição moral.

O quadro 3.3. apresenta as principais virtudes de caráter no exercício das competências cívicas e suas componentes psicológicas.

**Quadro 3.3.** Forças de Caráter

<p><b>1. Sabedoria e conhecimento:</b> forças cognitivas que enquadram o uso e aquisição do conhecimento</p>	<p><b>Criatividade [originalidade, engenho]:</b> encontrar formas novas de pensar sobre as coisas; inclui a realização artística.</p> <p><b>Curiosidade [interesse, abertura à experiência]:</b> gostar de experimentar, interessar-se por temas, explorar e descobrir.</p> <p><b>Abertura [pensamento crítico]:</b> pensar de múltiplas perspetivas, não tirar conclusões precipitadas, não ter receio de mudar de opinião, não se prender a uma visão.</p> <p><b>Amor pelo conhecimento:</b> gostar de aprender, adquirir novas competências e conhecimentos, de modo formal (na escola) ou informal (por sua conta).</p> <p><b>Perspetiva [sabedoria]:</b> ser capaz de aconselhar os outros com sensatez; ter uma perspetiva do mundo que faz sentido para si e para os outros.</p>
<p><b>2. Coragem:</b> forças emocionais que envolvem o exercício da vontade para atingir objetivos, ultrapassando oposições internas ou externas</p>	<p><b>Bravura [valor]:</b> não se deixar intimidar por ameaças, dificuldades ou sofrimento; defender aquilo que considera certo e agir de acordo com as suas convicções mesmo que sejam impopulares.</p> <p><b>Persistência [perseverança, empreendedorismo]:</b> acabar o que se começa; persistir numa linha de ação, mesmo que haja obstáculos; prazer em concluir as tarefas.</p> <p><b>Integridade [autenticidade, honestidade]:</b> dizer a verdade, apresentar-se de forma genuína e agir com sinceridade; não ser pretensioso, assumir a responsabilidade pelos sentimentos e ações.</p> <p><b>Vitalidade [entusiasmo, vigor, energia]:</b> encarar a vida com entusiasmo e energia; não fazer as coisas pela metade; viver a vida como uma aventura; sentir-se vivo e ativo.</p>
<p><b>3. Humanidade:</b> forças de caráter interpessoal que envolvem aproximação dos outro</p>	<p><b>Amor:</b> valorizar as relações de proximidade emocional com outras pessoas; sentir-se próximo e ligado aos outros.</p> <p><b>Gentileza [generosidade, cuidado, compaixão, altruísmo, simpatia]:</b> fazer favores, ajudar, cuidar e fazer bem aos outros.</p> <p><b>Inteligência social [inteligência emocional, inteligência pessoal]:</b> ter consciência das motivações e sentimentos próprios e dos outros; saber o que fazer em diferentes situações sociais.</p>
<p><b>4. Justiça:</b> forças de caráter cívico na base de uma vida em comunidade e sociedade</p>	<p><b>Cidadania [responsabilidade social, lealdade, trabalho de equipa]:</b> trabalhar em equipa, ser leal ao grupo ou comunidade de pertença; fazer a parte que nos compete.</p> <p><b>Justiça:</b> tratar os outros com igualdade; não permitir que sentimentos pessoais interfiram nas decisões que afetam outras pessoas; conceder aos outros oportunidades em igualdade de circunstâncias.</p> <p><b>Liderança:</b> encorajar o grupo a que se pertence a concluir as tarefas, mantendo as boas relações; organizar e levar à realização as atividades do grupo.</p>

<p><b>5. Temperança:</b> forças que protegem dos excessos</p>	<p><b>Perdão:</b> perdoar quem fez mal/errou; aceitar os erros dos outros; dar uma segunda oportunidade, não ser vingativo.</p> <p><b>Humildade e modéstia:</b> não tentar ser mais especial do que se é; não procurar evidenciar-se; deixar que os atos falem por si.</p> <p><b>Prudência:</b> ser cuidadoso acerca das escolhas que faz; não correr riscos desnecessários; não fazer ou dizer coisas de que se pode vir a arrepender.</p> <p><b>Autorregulação ou autocontrole:</b> controlar o que fazemos e sentimos; ser disciplinado, regular as nossas emoções e vontades.</p>
<p><b>6. Transcendência:</b> forças que sustentam a ligação ao transcendente e conferem sentido à vida.</p>	<p><b>Apreciação da beleza e excelência:</b> ser capaz de reparar e apreciar a beleza e a excelência em vários domínios da vida (como natureza, arte, ciência, vida diária).</p> <p><b>Gratidão:</b> perceber e agradecer as coisas boas que acontecem; encontrar tempo para expressar agradecimento.</p> <p><b>Esperança [otimismo, orientação para o futuro]:</b> esperar o melhor do futuro e trabalhar para o alcançar; acreditar que um futuro bom é algo alcançável.</p> <p><b>Humor:</b> gostar de rir e brincar; fazer os outros sorrir; ver o lado bom das coisas.</p> <p><b>Espiritualidade [religiosidade, fé, propósito/sentido]:</b> ter crenças coerentes acerca do propósito e sentido do universo; saber qual o seu lugar; ter crenças sobre o sentido da vida que ajudem a modelar o comportamento e sejam reconfortantes.</p>

Fonte: adaptado de Peterson & Seligman (2004)

O exercício ético na conduta social coloca os seres humanos perante uma multiplicidade de situações morais em que a individualidade se tem de articular com a sociabilidade na família, trabalho e vida política.

*“Existe no ser humano uma ética para si que é ao mesmo tempo uma ética para o outro e uma ética para todos. É a ética que nos impõe:*

- *manter a nossa autonomia espiritual;*
- *tentar ser justo e verdadeiro;*
- *salvaguardar a nossa integridade;*
- *corrigir as nossas derivações;*
- *não sermos possuídos pelo que possuímos;*
- *tentar transformar os nossos acontecimentos em experiência, a nossa experiência em sagesa;*
- *tentar melhorar envelhecendo, isto é, «ser melhor»”.*

Fonte: Morin (1984)

### Proposta de Atividade

*Procura identificar no texto de Edgar Morin algumas das virtudes de carácter apresentadas no quadro 3.3.*

### 3.3. Desafios Éticos nas Sociedades Contemporâneas

#### 3.3.1. Ética Aplicada e Transformações Sociais e Tecnológicas

A ética prática ou ética aplicada tem um campo vasto que representa a aplicação da ética a questões práticas. Um olhar atento aos contextos de vida, revela-nos ramificações éticas nas decisões e escolhas. Com referência a Peter Singer (2000): “A ética não é um sistema ideal, nobre na teoria, mas inútil na prática. O inverso está mais perto da verdade: um juízo ético que seja mau na prática sofre necessariamente de um defeito teórico, porque a finalidade do juízo ético é orientar a prática”.

No contexto de desenvolvimento social, tecnológico e de globalização das sociedades contemporâneas, caracterizado por profunda transformação das possibilidades da ação humana, a reflexão ética torna-se cada vez mais importante.

#### 3.3.2. Novas Reflexões Éticas

À medida que a ciência evolui, o ser humano adquire poderes antes associados à natureza e progressão do ciclo de vida: por exemplo, no que respeita ao nascimento, à vida e à morte. As questões são: será legítimo o exercício desses poderes? O que é tecnicamente possível será eticamente aceitável? Alguns exemplos de temas em que se discute a articulação do progresso científico com o respeito pela vida são: aborto, reprodução medicamente assistida, eutanásia, prolongamento artificial da vida, transplantes de órgãos e experimentação médica. Estes novos problemas, com grande repercussão social e científica, não encontram, pela sua novidade e complexidade, resposta nos referenciais éticos tradicionais. Por isso, surgiu uma nova ética, centrada no fenómeno biológico e que se designa bioética.

No texto seguinte, Fernando Savater clarifica como as questões centrais da bioética se relacionam com a intervenção em duas dimensões essenciais da vida humana: nascimento e morte. Também demonstra a complexidade dos processos de decisão envolvidos, pelo confronto entre a consciência individual (decisão individual) e a consciência social (normas institucionais).

#### Sabias que...

*O termo de “bioética” foi proposto em 1970 pelo professor Van Rensselaer Potter, um oncologista norte-americano que definia a bioética como a “ciência da sobrevivência humana”.*

*“(...) Os chamados progressos da investigação médica criaram numerosas questões no campo dos valores éticos. A pergunta básica poderia enunciar-se do seguinte modo: Até onde é lícito ir demasiado longe? (...) A recém surgida bioética é assim um ramo cada vez mais frondoso da ética aplicada dedicada a expor, e eventualmente resolver, as dúvidas morais suscitadas pelas alarmantes possibilidades do desenvolvimento médico, genético, etc. É geralmente admitido*

*que a decisão última em torno destas questões não cabe apenas aos especialistas científicos implicados directamente na investigação, mas requer consenso também de filósofos, juristas, políticos, personalidades religiosas, etc. (...). Mas quais são os temas problemáticos de que se ocupa preferencialmente a bioética? Um exame sumário revela-nos que se agrupam em torno dos dois pólos da existência humana, o começo e o fim. A respeito do nascimento surgem as questões do aborto, a manipulação genética, a fecundação intra-uterina, a reprodução clónica e coisas semelhantes; acerca da morte surgem as perguntas sobre a eutanásia, o suicídio, o prolongamento vegetativo da existência e a legalidade de tratamentos de alto risco ainda em fase experimental. Tanto num grupo de questões como noutra, o que se contrapõe, em última análise, é a decisão individual frente à consciência social e institucional estabelecida. Pode-se permitir aos indivíduos que resolvam, cada qual por si, dilemas cujo impacto público pode ser enorme? Ou, por outro lado, devem as instituições mediar regulativamente, inclusive para restringir a liberdade experimental dos indivíduos? Nesse último caso, quem deverá formar o conselho de sábios que deve ser consultado para estabelecer as normativas sobre tais problemas? Apela-se neste debate para noções de liberdade individual e de sobrevivência da espécie; testemunham o que há de mais público e de mais íntimo; entre em jogo o mais humano da cultura com todas as suas audácias e com toda a sua necessidade de respeito.”*

Fonte: Savater (2006)

A decisão perante estes dilemas éticos deve ser uma decisão informada, exigindo acesso à informação e compreensão de aspetos científicos, legais e sociais.

Outros exemplos de temas que colocam dilemas éticos são: direitos dos animais, preservação do planeta e sustentabilidade, aumento da pobreza e das desigualdades sociais, tratamento das minorias étnicas e religiosas, igualdade de género e ética no mundo dos negócios. Mas aqui as questões são de outro âmbito: exercício do poder, gestão das desigualdades e das assimetrias e respeito pela dignidade e direitos humanos à escala global. Todas merecem um esforço consciente de reflexão e questionamento ético.

*“A ética está presente em todos os aspectos da nossa vida quotidiana. Está subjacente a muitas das nossas escolhas, sejam elas pessoais ou políticas, ou quando ultrapassam essa distinção. Às vezes, surge-nos fácil e naturalmente, noutras circunstâncias pode ser muito exigente. Contudo, a ética só muito raramente se intromete na nossa vida consciente e, geralmente, de maneira confusa. Para fazermos as escolhas decisivas correctamente, consideradas adequadas, temos,*

### Para Pesquisar

*Faz uma pesquisa sobre dilemas éticos colocados pelas novas tecnologias e transformações sociais na sociedade contemporânea abordados pela bioética (por exemplo, o prolongamento artificial da vida, o testamento vital, a eutanásia, o rastreio genético). Organiza uma lista dos temas que identificaste. Depois seleciona um e aprofunda a tua pesquisa sobre as questões científicas e sociais do tema. Apresenta os teus resultados à turma.*

*antes de mais, de tomar consciência das ramificações éticas da maneira como vivemos. Só assim é possível tornar a ética uma parte mais consciente e coerente da vida quotidiana”.*

Fonte: Singer (2000)

### 3.3.3. Ética e Tolerância



A globalização crescente salienta a necessidade de construir sociedades tolerantes e justas que aceitem e, sobretudo, respeitem e valorizem a diversidade (encarando-a como um recurso e não um problema social), a diversos níveis: religiosa, política, cultural, de estilos e opções de vida. A tolerância radica na capacidade de compreender e aceitar valores diferentes desde que fundados no respeito pela dignidade humana.

A existência de um código moral único tende a conduzir a situações de passividade acrítica, comprometendo o exercício da democracia, pela supressão da diferença. A tolerância não significa que todas as teorias morais são igualmente válidas (isso implicaria aceitar como válidas aqueles que não toleram outras perspectivas). A tolerância associa-se a uma perspectiva pluralista que respeita ideias diversas, mas que as pode analisar criticamente. Para garantir a continuidade social e o sentido de comunidade, é necessário uma vontade comum entre os cidadãos, mesmo que as pertenças políticas, religiosas ou culturais sejam diferentes.

Os valores que predominam numa sociedade pluralista tolerante são: respeito pelos direitos humanos de primeira, segunda e terceira geração (ver unidade temática 1), respeito pelos valores de liberdade, igualdade e solidariedade e atitude de tolerância ativa (respeito, defesa e valorização da diferença) e não somente passiva (aceitação acrítica ou indiferença). Deste modo, favorece-se o diálogo e o entendimento. Pluralismo moral não significa amoralidade (ausência de moralidade), mas aceitação e respeito (crítico) por aquilo que é moralmente diferente.

*“A diversidade corretamente entendida conduz à universalidade. Mas tem de ser um universalismo ponderado, isto é, construído no diálogo intercultural. Um novo universalismo que aposte decididamente pela diversidade na unidade. De tal modo que liberdade, igualdade, etc., consigam vir a ser únicos na diversidade, em função das diferentes relações.”*

Fonte: Carracedo & Rosales (2000)



### Subtema 3.1. Ética e Moral na Sociedade Civil

#### Atividade 3.1. O Barómetro Moral

Junta-te aos teus colegas de turma e debate sobre: “Como está o barómetro moral da nossa: a) escola?; b) sociedade?; c) país?”

Para cada um dos tópicos, indica numa escala de 1 a 5 a opção aproximada da tua opinião.

Muito baixo	Baixo	Nem alto nem baixo	Alto	Muito alto
1	2	3	4	5

Propomos que analisem as respostas e construam um gráfico com as opiniões da turma sobre o barómetro moral. Analisem e discutam razões para os resultados obtidos.

#### Atividade 3.2. Um Questionário para Avaliar a Moral?

1. Junta-te aos teus colegas de turma e reflitam sobre o significado das expressões: “alguém tem falta de ética” ou “alguém não tem moral”. Anotem as vossas ideias no quadro, distinguindo entre ética e moral.
2. A partir dos resultados anteriores construam cinco questões para avaliar a consciência moral. Reflitam sobre: Que atitudes e comportamentos vão medir? Que aspetos da moral avaliam? A que normas e comportamentos se referem? Porque escolheram estas questões? São suficientes para avaliar a consciência moral de alguém?

#### Atividade 3.3. Escolhas Morais para a Comunidade Global

Analisa a Declaração Universal dos Direitos Humanos e identifica escolhas morais básicas (valores e princípios éticos universais) para a comunidade global (por exemplo, dignidade *versus* desumanidade). Elenca as tuas escolhas.

#### Atividade 3.4. O Meu Código Pessoal de Ética

1. Junta-te a 3 ou 4 colegas e responde às seguintes questões.:

- 1) Justifica-se fazer uma coisa má por uma boa razão?
- 2) As necessidades da maioria são mais importantes que as necessidades de uma minoria ou de um indivíduo?
- 3) O que é errado para os outros também é errado para mim?
- 4) Somos livres nas nossas escolhas morais?
- 5) Ser moral é comportar-se de acordo com regras?
- 6) Quando decidimos sobre se um comportamento é moral ou não baseamo-nos na razão ou em sentimentos?
- 7) Devemos ajudar preferencialmente os nossos familiares em vez de um estranho?
- 8) Devemos seguir sempre a nossa consciência?

Fonte: adaptado de Bowie (2004)

2. Partilhem os vossos resultados com a turma e listem os tópicos enunciados.
3. Agora, individualmente, sintetiza a tua posição perante estas questões, respondendo no teu caderno (na escala de 1 a 5 abaixo representada) qual a opção que mais se adequa à tua opinião.
4. Reflete sobre o que define o teu código moral pessoal.

Discordo completamente	Discordo	Não concordo nem discordo	Concordo	Concordo muito
1	2	3	4	5

### Subtema 3.2. Dilemas e Condutas Morais na Sociedade Civil

#### Atividade 3.5. Resolver Dilemas Morais: Quantas são as Soluções Possíveis?

“Um amigo conta-te um segredo e pede para prometeres não contar nada a ninguém. Dás a tua palavra. Conta-te que atropelou uma pessoa acidentalmente e que, por isso, vai refugiar-se em casa de um familiar para fugir à polícia. Quando a polícia te procura, para obter informações sobre o paradeiro do teu amigo, o que fazes? Contas o que sabes? Não contas? Haverá outra solução?”

Propomos que resolvam este dilema moral. A turma debate as diferentes soluções, refletindo nos seguintes pontos: como é que a solução afeta os diversos intervenientes? Se estivessem no lugar das pessoas afetadas pelas decisões até que ponto concordariam com o que acabaram de decidir? Se estivessem de fora a observar e vissem outras pessoas a fazer o que decidiram, considerariam correto?

#### Atividade 3.6. O Difícil é Escolher: Hierarquizar Princípios de Conduta

1. Analisa os seguintes princípios de conduta e decide, numa escala de 1 a 5, quanto os consideram importantes.

Nada importante	Pouco importante	Nem muito nem pouco importante	Importante	Muito importante
1	2	3	4	5

- 1) Colocar-se na posição de quem é afetado pelas nossas ações;
- 2) Pensar se os outros concordariam com aquilo que estamos a fazer;
- 3) Pensar se o que vamos fazer é correto;
- 4) Tratar os outros como gostaríamos de ser tratados;
- 5) Pensar antes de agir;
- 6) Manter-se sempre fiel aos princípios;
- 7) Ser consistente na forma como age;
- 8) Seguir os instintos;
- 9) Em dúvida, seguir a maioria.

Fonte: adaptado de Bowie (2004)

2. Junta-te a três ou quatro colegas, analisem os princípios de conduta anteriores e ordenem-nos segundo a sua ordem de importância (do menos para o mais importante) para a vida em sociedade e a salvaguarda do bem-comum, justificando a vossa posição. Apresentem os resultados à turma e debatam para chegar a uma ordenação consensual.

### Atividade 3.7. O que Significa Ser um Bom Cidadão?

1. Junta-te a três ou quatro colegas e reflitam sobre o que significa ser um bom cidadão. Anotem os significados. Realizem o mesmo exercício em relação a outros papéis sociais: vizinho, aluno, amigo, filho.

O que significa ser...	
Um bom cidadão?	...
Um bom vizinho?	...
Um bom aluno?	...
Um bom amigo?	...
Um bom filho?	...

2. Procurem semelhanças e diferenças nos diversos papéis assumidos. Depois pensem como responderiam a estas questões se fossem membros de outras culturas ou vivessem noutra tempo histórico. Identifiquem as diferenças e discutam as causas.

### Atividade 3.8. O Nosso Código de Cidadania

A vida nas sociedades democráticas é governada por um conjunto de princípios éticos e morais comuns a todos os cidadãos.

1. Comentem a seguinte afirmação “Desde pelo menos Aristóteles que se debateu se ser «um bom cidadão» é o mesmo que ser um «cidadão bom». A resposta básica é que há diferenças significativas entre as chamadas competências cívicas e as exigências morais” (Henriques, Reis e Loia, 2006).

2. A partir dos teus conhecimentos sobre o que define as “virtudes cívicas” junta-te aos teus colegas e construam um código de cidadania que contenha orientações básicas para ser um “bom cidadão”.

3. Reflete se as tuas condutas e comportamentos se aproximam da definição de bom cidadão e regista as qualidades e virtudes cívicas que precisas desenvolver.

### Atividade 3.9. O Meu Portfolio Cívico

Organiza um *dossier* onde registas, durante pelo menos 3 dias, os teus comportamentos cívicos na família, escola e comunidade. Podes incluir neste *dossier*: notícias, fotografias, registos de acontecimentos que consideres exemplos de condutas cívicas. Este *dossier* representa o teu portfolio cívico.

### Subtema 3.3. Desafios Éticos nas Sociedades Contemporâneas

#### Atividade 3.10. Sociedade, Ciência e Religião – Diferentes Perspetivas à Conversa

Imagina uma situação em que em virtude de crenças religiosas, uma família impede que o seu filho seja submetido a uma cirurgia, mesmo sabendo que sem essa intervenção ele não sobreviverá.

Propomos-te que estabeleças um debate sobre este tema. Forma quatro grupos de trabalho e procede à distribuição de papéis (cada grupo representa o papel de um dos protagonistas da história):

- um grupo assume o papel dos pais da criança;
- um grupo assume o papel dos líderes religiosos;
- um grupo assume o papel dos médicos;
- um grupo assume o papel da opinião pública, colocando questões aos restantes grupos para compreender melhor as suas posições.

Cada grupo deve preparar os seus argumentos e defender as respetivas posições numa discussão alargada moderada pelo professor. Enunciem as conclusões do debate.

#### Atividade 3.11. Dilemas da Bioética

Eutanásia, aborto, testamento vital são temas que colocam questões éticas muito delicadas.

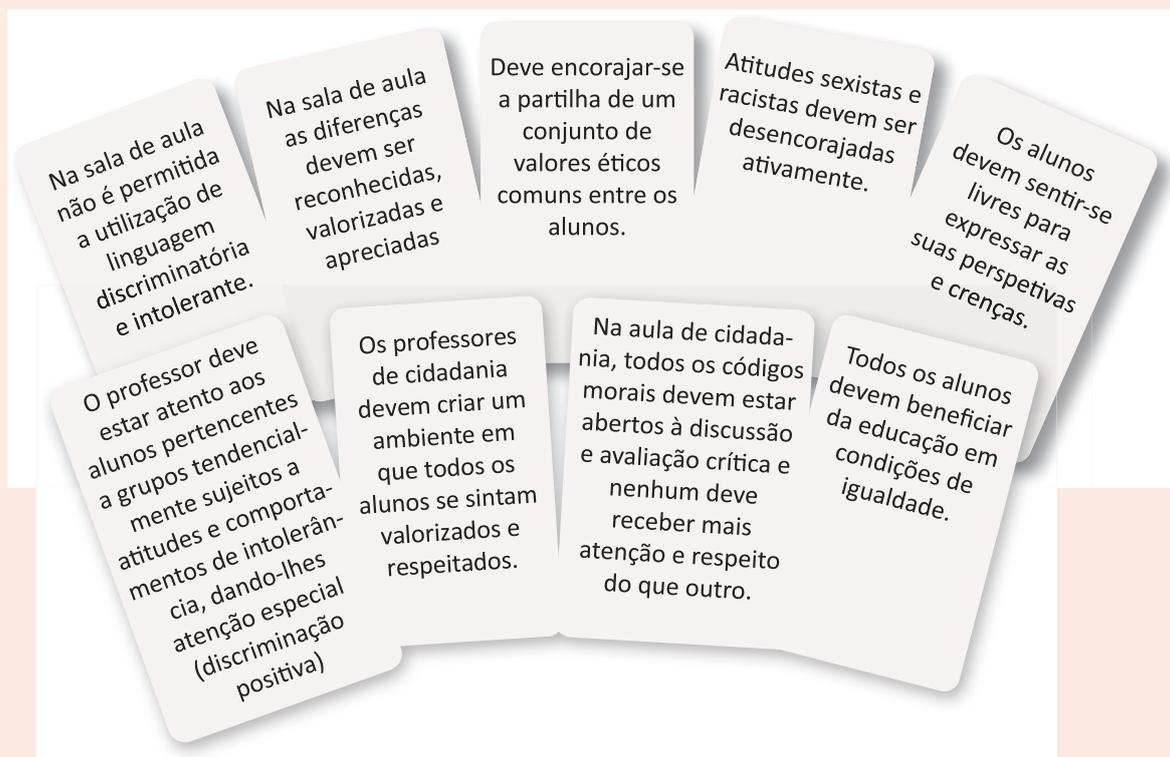
Propomos que selecionem um destes temas e o debatam criando três grupos diferentes na turma:

- um grupo assume uma posição favorável;
- um grupo assume uma posição contrária;
- um grupo constitui-se como júri.

Cada grupo prepara os argumentos favoráveis e contrários documentando-se. No final, o júri elabora um veredicto sobre quem ganhou o debate e enuncia as principais conclusões alcançadas pela turma.

#### Atividade 3.12. Tolerância na Sala de Aula

1. Junta-te a três ou quatro colegas e, com base no que sabem sobre tolerância, organizem por ordem de importância (do menos para o mais importante) 9 cartões que contêm princípios para o exercício da tolerância na sala de aula. Cada grupo comunica a sua ordenação à turma. Em conjunto devem procurar alcançar uma ordenação consensual. Caso não sejam bem sucedidos devem proceder por votação. Finalmente, depois de partilharem as conclusões, devem chegar a um consenso para excluir um dos nove cartões.



Fonte: adaptado de Bowie (2004)

2. Construam um cartaz ou um mural de apoio à tolerância na vossa escola: escolham uma imagem alusiva e criem um slogan ou uma palavra de ordem para incluir na vossa obra.

## Glossário

**Altruísmo** - agir exclusivamente em prol do bem dos outros; opõe-se ao egoísmo.

**Bioética** - aplicação da ética às ciências biológicas (medicina, genética e políticas públicas). Envolve temas como o aborto, eutanásia, transplantação de órgãos ou clonagem humana.

**Comportamento pró-social** - representa um tipo de conduta que favorece o bem-estar dos outros (por exemplo, comportamentos de solidariedade, conforto e ajuda). Está na base de muitas condutas morais. Debate se existem condutas verdadeiramente altruístas (ou seja, realizadas com a única intenção de favorecer o bem-estar dos outros), por isso muitos autores preferem usar o conceito de comportamento pró-social, em alternativa a altruísmo.

**Consciência cívica** - é uma instância cujo objetivo é julgar, avaliar e circunscrever as ações de um indivíduo em relação aos outros e às diversas instituições sociais. Ordena ou proíbe determinadas ações, baseando-se nos imperativos do respeito pelo outro, aperfeiçoamento das instituições, luta pela justiça, equidade e por um futuro melhor para a humanidade.

**Consciência moral** - representa a capacidade interior de orientação, avaliação e crítica da conduta em função de valores; ajuizamento interior do que deve ou não ser feito, considerando a realização do bem e o impedimento do mal.

**Coragem moral** - marca a diferença entre raciocínio e passagem à ação moral (agir moralmente exige coragem moral); envolve a conjugação de elementos como escolher, exercer uma conduta e ter medo.

**Crença** - estado mental cujo conteúdo é uma proposição (verdadeira ou falsa); em conjunto com fatores motivacionais, a crença intervém na direção e controlo do comportamento voluntário. Corresponde a uma atitude passiva e acrítica de aceitação, que pode levar à superstição, dogmatismo e intolerância.

**Ética** (por vezes também designada filosofia moral) - é a reflexão sobre as condutas e normas subjacentes. A ética reflete sobre a legitimidade das condutas, pelo que é obra essencial dos filósofos. Estuda as diferentes filosofias ou sistemas utilizados para explicar e produzir juízos sobre o que é certo, errado, bom ou mau.

**Ética aplicada ou ética prática** - foca-se em temas que suscitem questionamento ético como o aborto ou a eutanásia.

**Ética cívica** - fundamentos éticos da moral cívica; princípios do cidadão bom.

**Eutanásia** - significa facilitar a morte de alguém em sofrimento (físico e psicológico) penoso, insuportável e não curável, por seu desejo manifesto, para abreviar esse sofrimento.

**Imoral/Imoralidade** - um ato imoral é o considerado mau ou errado.

**Intenção** - aquilo que se quer alcançar através da ação.

**Justiça social** - é um tipo de justiça que se começou a desenhar na segunda geração de direitos humanos e que tem por objetivo minorar as desigualdades entre pessoas e classes sociais. Preocupa-se que os bens económicos, culturais e de saúde sejam distribuídos de modo justo e equitativo. Constitui uma das bases da moral e da consciência cívica.

**Literacia ética** (educação ética) - os valores cívicos devem ser orientados para uma participação social dirigida para a procura do bem comum e justiça. A literacia ética pretende aumentar a compreensão e aquisição de princípios inerentes à dignidade da pessoa humana, princípios acolhidos pelas constituições dos Estados Democráticos.

**Moral** - do latim *moralis*, refere-se ao conjunto de normas seguidas pelos indivíduos de modo a agirem de acordo com o considerado bom ou correto. A questão básica da moral é a orientação da conduta correta, ou seja, saber em cada momento o que se deve fazer.

**Moral cívica** - respeita ao conjunto de normas seguidas para agir de modo a satisfazer e cumprir os direitos e obrigações individuais (viver e participar) numa sociedade democrática; tem na base a aceitação e partilha de um conjunto mínimo (indispensável) de valores cívicos.

**Obediência/desobediência** - refere-se a seguir ordens ou instruções. Na ética existem dilemas entre obedecer à autoridade (normas sociais e legais) e obedecer à consciência.

**Pluralismo** - teoria segundo a qual existem várias perspectivas válidas sobre um tema. Em ética, o pluralismo moral indica que diferentes teorias morais captam partes da verdade sobre a vida moral, mas não toda a verdade; distingue-se do relativismo, pois não confere igual validade a todas as teorias, nem exclui a possibilidade de que exista uma verdade; apenas considera que a verdade está disseminada por diversas teorias ou perspectivas.

**Relativismo** - defende que não existe uma verdade, ou se existe não é possível conhecê-la; todas as teorias são igualmente válidas.

**Sistema de valores** - conjunto de crenças e práticas éticas e morais associadas a uma perspectiva da verdade. Pode fazer parte de um sistema de crenças religiosas ou de uma ideologia laica (não religiosa).

**Valor/juízo de valor** - o valor é definido como um bem, um princípio moral; um juízo de valor é uma apreciação do valor moral de uma ação.

**Virtudes cívicas** - competências necessárias à vida em democracia; inclui responsabilidade moral, autodisciplina, respeito pelo valor individual, dignidade humana, respeito pela Supremacia do Direito, capacidade crítica e vontade de negociar e alcançar compromissos. Estas competências permitem satisfazer e cumprir direitos individuais. Definem o que é ser um “bom cidadão”.

**Virtudes de carácter** - representam forças de carácter (mecanismos e processo psicológicos) que permitem atingir as virtudes éticas.

**Virtudes éticas** - a teoria das virtudes éticas indica que ser bom (fazer o correto) requer a prática de certo tipo de comportamento. Virtudes éticas representam comportamentos e competências, elencadas ao longo da história por filósofos e pensadores morais ou religiosos. São exemplos de virtudes éticas: sabedoria, humanidade, temperança, justiça e transcendência.

## Bibliografia

Bowie, R. (2004). *Ethics and tolerance in citizenship. A guide for citizenship*. Canterbury: Christchurch University College. Acedido em [http://www.citized.info/pdf/induction/RB\\_Ethics\\_and\\_tolerance.pdf](http://www.citized.info/pdf/induction/RB_Ethics_and_tolerance.pdf).

Carracedo, J. R. & Rosales, J. L. (2000). *Cidadania, Nacionalismo y derechos humanos*. Madrid: Trotta.

Cortina, A. (1997). *Ética aplicada e democracia radical*. Madrid: Editorial Tecnos.

Cortina, A. (2007). *Ética de la razón cordial – Educar en la ciudadanía en el siglo XXI*. Oviedo: Ediciones Nobel.

Cortina, A. (1997). *La ética de la sociedad civil*. Madrid: Grupo Anaya.

Henriques, M., Reis, J. & Loia, L. (2006). *Educação para a cidadania: Saber & inovar*. Lisboa: Plátano Editora.

Huddleston, T. & Rowe, D. (2001). *Good thinking: Education for citizenship and moral responsibility*. Citizenship Foundation/Evans Bros.

Mosham, D. (2005). *Adolescent psychological development - Rationality, morality and identity* (2ª Ed.). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.

Newberg, N. (2010). Rebirth: Civic engagement from adolescence to adulthood. In D. Swanson, M. Edwards, & M. Spencer (Eds.) *Adolescence: Development during a global area*. New York: Elsevier.

Peterson, C. & Seligman, M. (2004). *Character strengths and virtues. A handbook and classification*. Washington: APA.

Sampaio, D. & Barros, E. (2009). *A razão dos avós*. Lisboa: Caminho.

Savater, F. (1993). *Ética para um jovem*. Queluz de Baixo: Editorial Presença.

Savater, F. (2006). *O Conteúdo da felicidade*. Porto: Âmbar.

Singer, P. (2000). *Escritos sobre uma vida ética*. Lisboa: Publicações D. Quixote.

Singer, P. (2002). *Ética prática*. Lisboa: Gradiva.

## I N T R O D U Ç Ã O

A comunicação está presente em toda a atividade humana: quando conversamos, escutamos alguém, exprimimos os nossos sentimentos ou opiniões... É neste encontro de perspectivas e experiências que crescemos e construímos o mundo em que vivemos. Por isso, a comunicação é tão importante para o desenvolvimento individual e social, pois é através dela que cada ser humano edifica a sua identidade, assimila valores e aprende a viver em sociedade.

Viver em sociedade exige abertura e capacidade para lidar com as diferenças, o que nem sempre é fácil. Como todos somos diferentes, por vezes, é inevitável existirem opiniões distintas. Os conflitos fazem parte da vida. Contudo, o conflito não é necessariamente negativo, pois ao promover o confronto de ideias, permite alargar perspectivas e gerar mudanças.

Esta unidade centra-se na comunicação enquanto processo (elementos, formas, níveis de comunicação e fatores que nela interferem), nos seus estilos (enfatizando a comunicação assertiva) e na gestão de conflitos (estratégias para lidar com os conflitos). Ao longo desta unidade poderás realizar vários exercícios que te irão ajudar a melhorar a forma como comunicas e, conseqüentemente, as tuas relações com os outros.



## 4. Comunicação e Relacionamento Interpessoal

### **108 4.1. Processo de Comunicação**

**108** 4.1.1. Conceito de Comunicação

**109** 4.1.2. Processo de Comunicação

**111** 4.1.3. Formas de Comunicação

**111** 4.1.4. Níveis de Comunicação

### **113 4.2. Estilos de Comunicação**

**113** 4.2.1. Estilos de Comunicação

**114** 4.2.2. Comunicação Assertiva

**116** 4.2.3. Empatia e Escuta Ativa

**117** 4.2.4. Debate e Argumentação

**118** 4.2.5. Negociação e Mediação

### **119 4.3. Comunicação e Gestão de Conflitos**

**119** 4.3.1. Noção de Conflito

**120** 4.3.2. Tipos de Conflito

**121** 4.3.3. Formas de Gestão de Conflitos

**122** 4.3.4. Estilos de Gestão de Conflitos

### ! Sabias que...

A palavra comunicar vem do latim *comunicare* que significa «pôr em comum», «entrar em relação com».

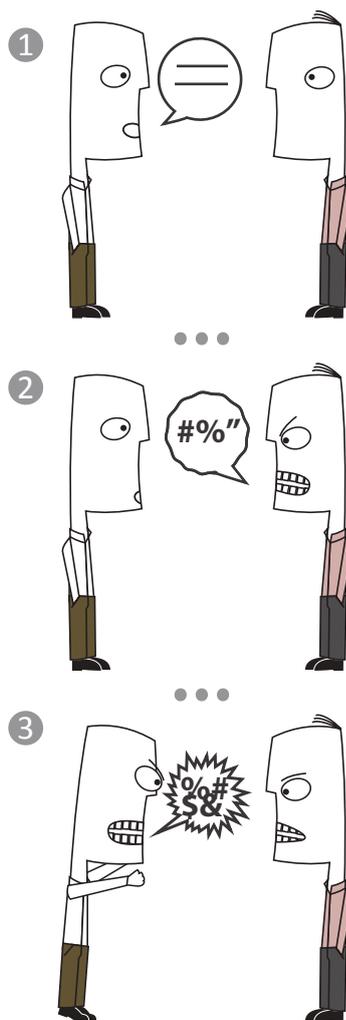
### 4.1. Processo de Comunicação

#### 4.1.1. Conceito de Comunicação

Quando pensamos em “comunicação”, associamos de imediato à ideia de *transmitir mensagens*, ou seja, à troca de opiniões, emoções, sentimentos e experiências com outras pessoas. E quando o fazemos, por palavras ou gestos, estamos a comunicar.

Aquilo que comunicamos e a forma como o fazemos tem influência no comportamento do interlocutor. Se comunicamos com agressividade, é provável que a outra pessoa nos retribua a mensagem no mesmo tom. Se comunicamos de forma assertiva e escutamos o outro com atenção, é provável que comunique connosco de forma tranquila e nos escute. Assim, podemos considerar que na comunicação o “*comportamento gera comportamento*”, ou seja, o comportamento do emissor influencia o comportamento do recetor e vice-versa.

A comunicação está sempre presente, por isso é considerada um processo universal e inevitável. De facto, é impossível não comunicar, pois mesmo quando *não queremos comunicar*, estamos a transmitir uma mensagem: a de que não queremos comunicar. Vejamos a situação seguinte:



Comportamento gera comportamento

“O João entra no avião que o vai levar a Bruxelas. Sabe que tem 2 horas de descanso, em que nem o telefone nem o telemóvel tocam, em que ninguém chega com papéis para assinar. No cais de embarque não viu ninguém conhecido o que lhe deu a satisfação de nem sequer ter que “fazer conversa” durante a viagem. É até possível que ponha algum sono em dia. Chegado a Bruxelas as negociações que vai estabelecer exigem dele uma atenção e disponibilidade totais e daí a sua satisfação por este “interregno comunicacional”. Instalados os passageiros, o avião faz-se à pista de voo. Terminados os avisos sonoros, João começa a instalar-se no seu “sossego e hibernação” quando a vizinha do lado “mete conversa”. Para não ser mal-educado nem excessivamente desagradável, João vai respondendo monossilabicamente, ou com pequenos “hum, ... amm, hum”, às interpelações e ao débito verbal da sua parceira de viagem. Ao fim de 10 minutos está furioso com ela, que o obriga a participar de uma conversa que não lhe interessa, e não sabe como sair da situação. Fecha os olhos e passa mesmo pelo sono. Mas a vizinha, que nem dá conta do seu adormecimento (...), chama-o, desperta-o e continua a conversa. Sentindo que nem o sono o salvou, João ganha coragem e diz-lhe: “desculpe, mas na realidade não quero conversar, quero é descansar”. A vizinha fica ligeiramente amuada mas cala-se. Passado uns minutos levanta-se e vai sentar-se ao pé de uma outra passageira que parece aceitar com agrado a conversa.”

Fonte: Alarcão (1999)

Percebemos, através do exemplo, que a forma como interagimos interfere, positiva ou negativamente, na relação com os outros. Por isso é relevante treinarmos a nossa capacidade de expressão, experimentando novas formas de comunicação e comportamento, para melhorar as nossas relações com os outros.

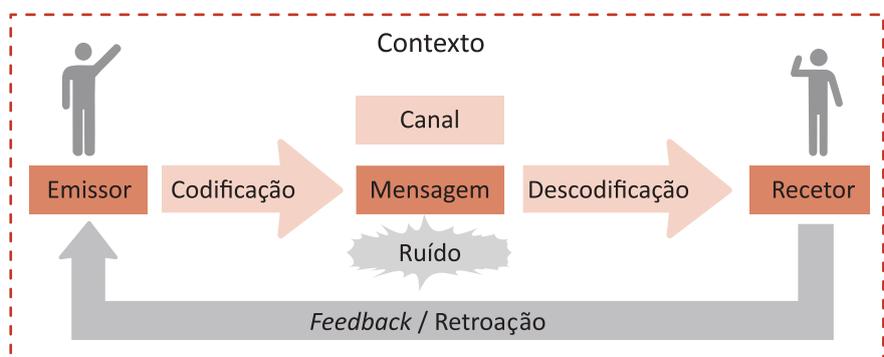
#### 4.1.2. Processo de Comunicação

Temos vindo a descrever a comunicação como uma troca de mensagens entre pessoas (processo bilateral). Esta característica distingue “comunicação” de “informação”, pois a informação é unilateral, no sentido em que não implica retorno da mensagem transmitida.

Para melhor compreender o processo de comunicação interpessoal, deve atender-se aos seguintes elementos que a compõem: “emissor”, “mensagem”, “recetor”, “canal”; “codificação” e “descodificação”; “contexto” em que ocorre a comunicação; “ruídos” que interferem e *feedback* do recetor sobre a mensagem que recebeu do emissor.

O processo de comunicação inicia-se no *emissor* que transmite a mensagem ao recetor através de um canal. Vejamos, na figura seguinte, como estes elementos se interligam:

**Figura 4.1.** Processo de comunicação interpessoal



Fonte: adaptado de Pires & Xavier (2000)

O emissor codifica a mensagem que envia e o recetor descodifica-a. O *feedback* ajuda o emissor a adaptar a mensagem ao seu destinatário. Por exemplo, numa palestra, um bom orador deve ter em consideração o *feedback* do público (por exemplo, no público alguém diz: “Está a ouvir-se mal!”) e ajustar a comunicação às reações do público (por exemplo, falando mais alto). O *feedback* mostra-nos como a nossa mensagem foi percebida pelos outros, permitindo-nos melhorar a interação e tornar a comunicação mais eficaz: por exemplo, se notamos que não estamos a ser percebidos (pelas expressões ou palavras dos outros) podemos reformular ou esclarecer o que pretendemos transmitir.

#### **Quadro 4.1.** Elementos do processo de Comunicação

**Emissor:** quem codifica a mensagem e a transmite através de um canal.

**Canal:** meio de transmissão da mensagem (por exemplo, cabos telefónicos ou ondas de rádio).

**Mensagem:** conteúdo da comunicação.

**Recetor:** destinatário da mensagem a quem compete descodificá-la. O recetor tem de conhecer os códigos do emissor para perceber a mensagem.

**Codificação:** processo de construção da mensagem, em que o emissor usa um código para tornar a mensagem perceptível ao recetor.

**Descodificação:** processo de interpretação da mensagem pelo recetor.

**Código:** conjunto de sinais e palavras utilizadas pelo emissor para transmitir ideias e sentimentos ao recetor.

**Contexto:** conjunto de variáveis (por exemplo, pessoas envolvidas na comunicação ou local onde ocorre, como na escola ou em casa) que podem influenciar a forma como o emissor comunica e como o recetor interpreta a mensagem.

**Ruído:** algo que interfere na comunicação, entre a emissão e receção, e prejudica a interpretação da mensagem (por exemplo, barulho).

**Feedback/Retroalimentação:** reação do recetor à mensagem do emissor.

No quotidiano, tendemos a afirmar que compreendemos o que os outros nos querem transmitir, por isso consideramos que não temos problemas de comunicação. Considera-se que a comunicação ocorre com eficácia quando a mensagem é recebida tal como o emissor a pretendia transmitir. No entanto, nem sempre o processo de comunicação é assim tão fácil. Com frequência, a mensagem sofre algumas distorções ao longo do processo de comunicação. Ou seja, o significado atribuído à mensagem recebida não corresponde àquele que foi transmitido. Analisemos o seguinte exemplo:

O Coronel diz ao Capitão:

*“– Capitão, dando-se amanhã o Eclipse do Sol, determino que a companhia esteja formada, com o uniforme, no campo de exercício, onde darei explicações em torno do raro fenómeno que não acontece todos os dias. Se por acaso chover, nada se poderá ver e, neste caso, a companhia fica dentro do quartel.”*

O Capitão diz ao Sargento:

*“– Sargento, por ordem do meu Coronel, amanhã haverá um Eclipse do Sol em uniforme da companhia. Toda a Companhia terá que estar formada no campo de exercício, onde o coronel dará explicações necessárias, o que não acontece todos os dias. Se chover, o fenómeno será mesmo dentro do quartel.”*

O Sargento diz ao Cabo:

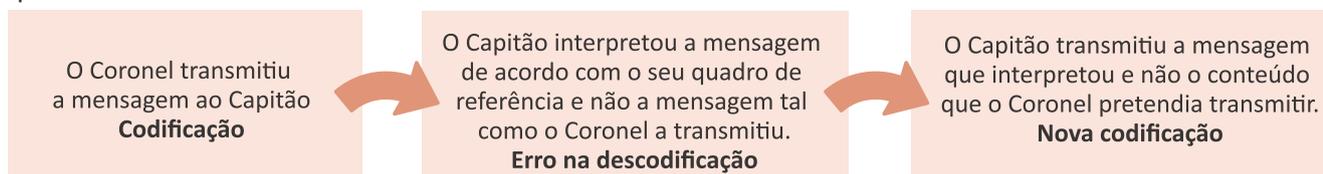
*“– Cabo, o nosso Coronel fará amanhã um Eclipse do Sol no campo de exercício. Se chover, o que não acontece todos os dias, nada se verá. Em uniforme de companhia, o coronel dará as explicações necessárias dentro do quartel.”*

O Cabo diz aos Soldados:

*“– Amanhã, se chover, parece que o Coronel vai ser eclipsado na parada. É pena que não aconteça todos os dias.”*

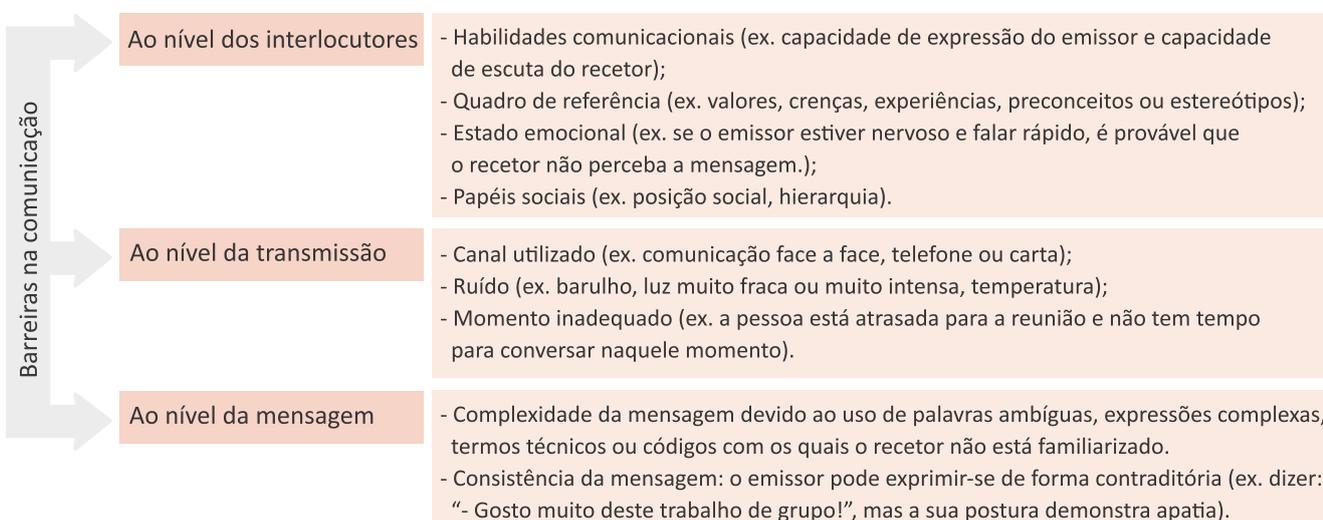
Fonte: Pires & Xavier (2000)

Este exemplo demonstra como o sentido da mensagem foi sendo alterado à medida que esta era transmitida. O que aconteceu foi:



E assim sucessivamente até à mensagem que chega aos soldados. Estamos então perante uma distorção na comunicação. Isto é, há deturpações entre a emissão e a receção da mensagem.

**Figura 4.2.** Barreiras na Comunicação



As distorções da mensagem estão associadas a diversos fatores que afetam a fidelidade da comunicação, ou seja, a exatidão da mensagem recebida. Estamos a falar de barreiras na comunicação.

### 4.1.3. Formas de Comunicação

A comunicação humana é mais do que aquilo que a verbalização de palavras, pois inclui o que exprimimos através da nossa postura, expressões e comportamentos. Assim, podemos considerar que a comunicação humana assume duas formas complementares: a *digital* e a *analógica*.

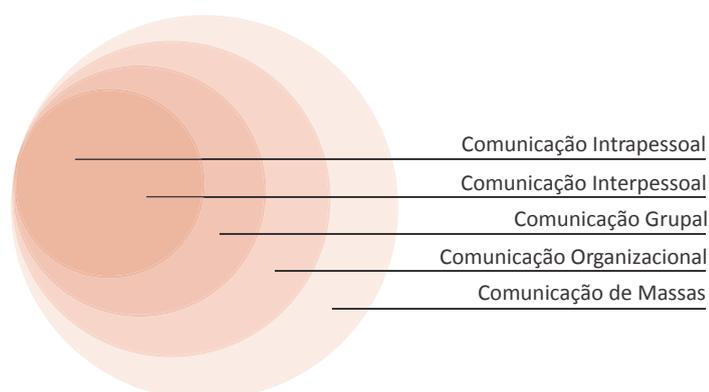
A **comunicação digital** envolve o conteúdo da mensagem e corresponde à comunicação verbal, pois usa a palavra para transmitir o conteúdo da mensagem, ou seja, transmite-se através da linguagem. A **comunicação analógica** demonstra a relação existente entre os interlocutores e compreende a comunicação não-verbal, ou seja: postura, gestos, expressões faciais, entoação da voz, sequência e ritmo das palavras.

Em geral, estas duas formas coexistem e complementam-se. Por exemplo, se alguém diz a outra pessoa «gosto muito de ti» com um tom de voz elevado e com uma entoação agressiva, o interlocutor duvida da veracidade do conteúdo da mensagem verbal. Mas se alguém diz essas palavras com voz doce, o interlocutor acredita.

### 4.1.4. Níveis de Comunicação

A comunicação pode apresentar diferentes características consoante o contexto em que ocorre e os interlocutores envolvidos. Podemos comunicar connosco próprios (intrapessoal), com o nosso melhor amigo (interpessoal), com um grupo de amigos (grupal), com os colegas da escola (organizacional), mas também através dos meios de comunicação como a rádio, a televisão ou o jornal (comunicação de massas). Como se pode observar na figura 4.3., estes níveis são interdependentes.

**Figura 4.3.** Níveis de Comunicação



### ! Sabias que...

*Para minimizar os efeitos das barreiras na comunicação, devemos ter em atenção os seguintes aspetos:*

- Ter um discurso claro e objetivo;
- Ritmo e tom de voz adequado;
- Adequar a mensagem às características do recetor;
- Fazer sínteses.

### ⚙️ Proposta de Atividade

*Através da comunicação analógica, experimenta transmitir algumas emoções aos teus colegas e interpretar as emoções que eles te transmitem.*



Televisão de Timor-Leste



Jornalistas registam o hasteamento da bandeira

### Comunicação Intrapessoal

Quando a pessoa comunica consigo própria. Consiste num diálogo interior, em que emissor e recetor são a mesma pessoa. Acontece frequentemente quando os indivíduos refletem sobre as suas preocupações, dilemas, aspirações ou para tomar decisões. A comunicação intrapessoal pode ocorrer de forma consciente (quando reflete sobre o desempenho na escola ou planeia o fim de semana) ou inconsciente (quando sonha). É importante para cada pessoa na medida em que possibilita uma reflexão sobre si, sobre a sua interação com os outros e sobre o mundo. Promove o autoconhecimento, melhora as interações sociais e dá sentido à vida.

### Comunicação Interpessoal

A comunicação ocorre entre duas ou mais pessoas. Por exemplo, quando três amigos se encontram e conversam sobre assuntos do dia a dia.

Neste nível, a comunicação digital e analógica é particularmente relevante, pois a forma como os interlocutores comunicam tem influência direta nos seus comportamentos. Por exemplo, a linguagem utilizada ou a postura adotada (mais ou menos empática), fornecem elementos aos interlocutores que lhes permitem adequar a sua comunicação e torná-la mais eficaz.

### Comunicação Grupal

A comunicação ocorre no seio de pequenos grupos e desempenha um papel fundamental na manutenção da coesão grupal, visto que facilita a compreensão e cooperação entre os membros. Cada pessoa deve adotar uma postura recetiva ao diálogo e à relação com os outros (saber escutar a opinião dos outros).

Os grupos podem ser classificados como: primários (compostos por um número restrito de elementos, que mantêm uma relação de grande proximidade, pautada por afetividade, como a família, o grupo de amigos ou a turma) e secundários (grupo numeroso que comunica muitas vezes de forma indireta e cuja interação é determinada por relações de trabalho ou estatuto no grupo, por exemplo, partidos políticos e empresas).

### Comunicação Organizacional

Corresponde ao processo de transmissão de informação no interior das organizações. As organizações são heterogéneas (tais como uma empresa ou uma escola), apresentando dimensões, objetivos e estruturas bastante diversificadas. No contexto organizacional, a comunicação pode ser *informal* (por exemplo, uma conversa entre colegas) ou *formal* (por exemplo, escrever uma carta a fazer um pedido ao diretor da escola). O que diferencia estes dois tipos de comunicação é a formulação da mensagem (ou seja, a linguagem usada).

### Comunicação de Massas

Permite que o emissor se dirija a um grande número de destinatários ao mesmo tempo, através da televisão, rádio, cinema e imprensa. Desempenha funções tão importantes como: informar (os meios de comunicação informam sobre o contexto social, através de notícias, debates, artigos de opinião ou entrevistas); educar (explicam e interpretam factos sociais que ajudam a formar a opinião pública e a transmitir a herança cultural, afirmando-se como um elemento de socialização que transmite valores e ensina a viver em sociedade) e de entreter (através de programas televisivos ou de telenovelas, por exemplo, serve para as pessoas se divertirem e passarem o tempo).

## 4.2. Estilos de Comunicação

### 4.2.1. Estilos de Comunicação

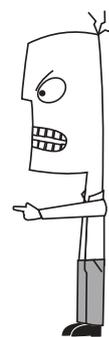
Existem quatro estilos de comunicação: “agressivo”, “passivo”, “manipulador” e “assertivo”. Todas as pessoas têm características destes diversos estilos, mas geralmente existe um predominante em cada pessoa, que caracteriza a sua relação com os outros. O uso de cada um destes estilos pode ser mais ou menos eficaz conforme a situação, mas o estilo assertivo tende a ser o mais eficaz na maior parte das situações. Compete a cada pessoa ponderar sobre os fatores presentes na situação e decidir a melhor forma de obter maior eficácia nas relações com os outros e na sua realização pessoal.

#### Proposta de Atividade

*Sabes qual o teu estilo de comunicação predominante? Descobre-o realizando um questionário de autodiagnóstico (Atividade 4.3.).*

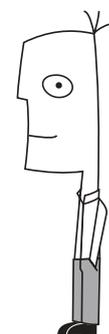
#### Estilo Agressivo

Quando uma pessoa usa o estilo agressivo sobrepõe os seus interesses aos dos outros, demonstrando sentido de superioridade e dominação. Este estilo envolve: comportamentos de ataque e provocações aos outros, tom de voz alto, sorrisos irónicos e desprezo pela opinião dos outros. Tende a ser ineficaz nas relações interpessoais, uma vez que inibe o diálogo, e está associado ao medo, frustração e vingança.



#### Estilo Passivo

Quando uma pessoa usa o estilo passivo mostra dificuldades de autoafirmação, falta de autoconfiança e sobrevalorização do poder dos outros. Este estilo envolve: não exprimir a sua opinião, nem tomar iniciativas por receio de dececionar os outros, evitar confrontos e tentar agradar a todos. Tende a ser ineficaz porque a pessoa não se afirma nem se manifesta e os outros desconhecem aquilo que pensa e sente.



#### Estilo Manipulador

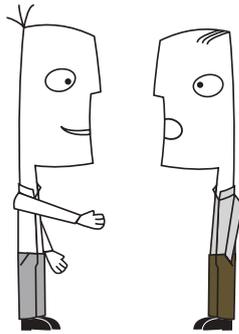
Quando uma pessoa usa o estilo manipulador procura influenciar os outros para alcançar os seus objetivos. Este estilo caracteriza-se por não verbalizar claramente o que ambiciona, mas pressionar os outros a agirem como pretende; desvalorizar opiniões distintas da sua e fazer chantagem. Este estilo tende a ser ineficaz, pois quando o comportamento manipulador é descoberto, a pessoa perde credibilidade e dificilmente a consegue recuperar.



#### Estilo Assertivo

A pessoa que usa o estilo assertivo demonstra capacidade de autoafirmação, isto é, de mostrar o que sente e pensa (autenticidade). A pessoa que usa este estilo: defende os seus direitos e respeita os dos outros; sabe lidar com

as diferenças e escutar opiniões distintas; tem facilidade em estabelecer e manter relações interpessoais; sabe estabelecer compromissos realistas, negociar interesses mútuos e assumir a sua responsabilidade. Esta tende a ser a forma mais eficaz de comunicar e interagir, mas nem sempre é fácil, por isso de seguida vamos aprender a comunicar com assertividade.



### 4.2.2. Comunicação Assertiva

Para melhorarmos a nossa capacidade de comunicar de forma assertiva, podemos seguir os quatro passos que a técnica DESC (estratégia de autoafirmação) sugere.

Imagina que a tua professora criticou um trabalho que fizeste alegando que está incompleto. Tu gostaste muito de fazer o trabalho e também te esforçaste muito. Concordas que está incompleto, mas gostavas de o completar. Vamos ver como podes ser assertivo:

**Quadro 4.2.** Técnica DESC

Descrever	Começa por descrever os factos de forma objetiva, sem introduzir juízos de valor. “A professora disse que o meu trabalho está incompleto.”
Expressar	Depois exprime os sentimentos, preocupações e opiniões em relação à mensagem que recebeste. “Fiquei triste, porque me esforcei muito e gostei muito de fazer este trabalho!”
Sugerir	Em seguida, sugere uma alternativa, uma proposta de mudança, de forma construtiva e não depreciativa. “Eu gostava de completar este trabalho com a ajuda da professora, mesmo que não conte para a nota!”
Concluir	Por último, conclui demonstrando os benefícios da tua proposta. “Se completar o trabalho vou saber onde falhei e os próximos trabalhos vão ser melhores.”



#### Proposta de Atividade

*Experimenta aplicar a técnica DESC a situações do teu dia a dia.*

#### Na comunicação assertiva deves:

**Falar na primeira pessoa.** Colocar o enfoque da comunicação em ti, nos teus sentimentos e pensamentos, mas com o cuidado de evitar excessiva autocentração. Por exemplo, em vez de centrares a frase no outro: “Estás sempre a fazer barulho e a distrair-me!”, podes focar em ti: “Não consigo concentrar-me com o barulho e gostaria de continuar a trabalhar, pode ser?”.

**Ter um discurso claro e objetivo.** Utilizar frases curtas e claras para facilitar a interpretação da mensagem e evitar mal entendidos. Por exemplo, em

vez de dizer: “Lembras-te do trabalho que fizemos há uns tempos atrás? Aquele em que fizemos um trabalho de campo e umas entrevistas a algumas pessoas.”, podes dizer: “Lembras-te do trabalho que fizemos sobre os direitos humanos?”.

**Separar factos de opiniões.** Quando não se distingue o facto (aquilo que efetivamente aconteceu) das opiniões (os juízos de valor sobre os acontecimentos), corre-se o risco de deturpar a mensagem.

**Fazer críticas construtivas.** Apresentar os argumentos no sentido de melhorar ou aperfeiçoar algo, pode ser fazer uma apreciação geral ao trabalho de grupo, referindo os aspetos bons e os ainda incompletos, e apresentar sugestões para os desenvolver. É uma crítica construtiva porque aprecia o trabalho global, reconhece o que tem de bom e sugere fatores de melhoria (opõe-se à crítica pejorativa que se limita a evidenciar as falhas). Por exemplo, ser não assertivo é dizer: “Estás sempre a chegar atrasado! Assim não dá para assumir compromissos contigo”, e ser assertivo é dizer: “Aconteceu alguma coisa? Para a próxima gostaria que chegasses a horas para podermos rentabilizar o trabalho. Pode ser?”.

**Fazer perguntas assertivas.** Colocar questões concretas para obter informações específicas (por exemplo: “Que aspetos sugeres alterar no trabalho?”).

**Procurar compreender o sentimento do outro.** Essa procura faz-se através da escuta ativa, que envolve estar atento ao que o outro diz e como se exprime (por exemplo, o tom de voz) e reformular a mensagem que interpretou para garantir que a compreendeu.

Por exemplo, imagina que uma pessoa está a desabafar com outra e, a dado momento, quem escuta sente a necessidade de verificar se está a acompanhar a mensagem:

“Dizes-me que ficaste muito irritada com tudo o que aconteceu...”

Mas agora sentes-te desanimada, não é?

Será que percebi mesmo o que querias dizer?”

Reformula o que ouviu

Verbaliza o sentimento que a outra pessoa exprime

Pergunta se está interpretar bem a mensagem



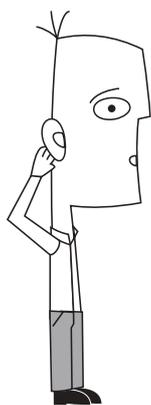
### Proposta de Atividade

*E tu, como é que comunicas? Sabes quais são as tuas maiores habilidades e dificuldades? Pensa quando falas: 1) Com uma pessoa (por exemplo, o teu maior amigo); 2) Em pequenos grupos (com amigos ou família); 3) Grandes grupos (como a turma). Identifica as tuas habilidades e dificuldades.*

### Para interiorizar uma prática assertiva, devo...

- Ser autoafirmativo e assumir as responsabilidades, sem violar os direitos dos outros.
- Ser autêntico, independentemente daquilo que os outros gostariam que fosse.
- Procurar não reagir impulsivamente ao comportamento dos outros.
- Reconhecer que todas as pessoas têm um estilo próprio de comunicar, mas que a comunicação assertiva tem mais benefícios e é mais eficaz no relacionamento interpessoal.

Saber comunicar também envolve saber escutar. E como aprendemos a escutar?



### 4.2.3. Empatia e Escuta Ativa

Quando abordamos a comunicação assertiva, começamos por referir o relevo de compreender o sentimento do outro, para além da informação que transmite. A empatia é esta capacidade de compreender o universo do outro, a sua forma de estar, pensar e sentir. A empatia é então uma atitude de compreensão centrada no outro.

Saber escutar o outro é a forma principal para conseguirmos ser empáticos. Escutar é diferente de ouvir: ouvir é captar o conteúdo da mensagem; escutar envolve compreender o conteúdo da mensagem do outro e aquilo que está a sentir (as suas emoções).

Escutar de forma ativa é experimentar, ainda que em sentido abstrato, «colocar-se no lugar do outro», esforçando-se por sentir e pensar como ele. Este exercício mental permite entender certas perspetivas e condutas de alguém que, à primeira vista, não pareçam coerentes. Adotando a perspetiva desse alguém a realidade ganha um novo sentido.

Escutar ativamente (isto é, escutar com empatia) implica atribuir sentido ao que ouvimos a partir do quadro de referência do outro (suas opiniões e comportamentos) e não do nosso. É experimentar ver o mundo a partir da perspetiva do outro, descentrando o nosso ponto de vista. Significa demonstrar abertura e aceitação por opiniões distintas, mas não significa estar de acordo com elas. Esta postura permite criar condições para que possamos discordar e contra-argumentar, aumentando também a possibilidade de sermos escutados. Quando não escutamos o outro, dificilmente podemos esperar que nos escute.

#### ! Sabias que...

**escutar é diferente de ouvir!**

*Ouvir significa prestar atenção à informação transmitida pelo emissor.*

*Escutar é procurar compreender a mensagem que o outro transmite, através da comunicação digital e analógica.*

Sentimo-nos escutados quando percebemos que o outro está concentrado em nós, mantendo contacto visual, pronunciando algumas expressões que demonstram estar a acompanhar o nosso raciocínio (ex: “Hum”, “Pois”) e fazendo algumas reformulações (isto é, pequenas sínteses).

A reformulação é muito importante na comunicação interpessoal, pois permite:

A quem escuta, certificar-se de estar a interpretar corretamente a mensagem e demonstrar interesse pelo assunto que o outro está a partilhar;

A quem fala, garantir que está a ser ouvido e compreendido, tendo a oportunidade de explicar melhor algum aspeto menos esclarecido.

Assim, a reformulação é uma dimensão fundamental da escuta ativa que fomenta a empatia, facilita o diálogo e evita interpretações erradas da mensagem.

#### 4.2.4. Debate e Argumentação

O debate consiste na discussão de um determinado assunto, onde são apresentados diferentes pontos de vista, argumentos, ideias e opiniões a favor e contra esse assunto. Antes do debate, define-se o tema e recolhe-se informação, recorrendo, por exemplo, a livros, manuais, jornais, revistas, internet e entrevistas. Durante o debate, os participantes expõem os argumentos e existe uma pessoa que modera a discussão. Esta pessoa é designada por moderador e tem como função: iniciar o debate; motivar a partilha de ideias, convidando os participantes a falar; dar a palavra a quem pedir para intervir; evitar que a discussão se afaste do tema proposto; ser imparcial, ou seja, não apoiar nenhuma das partes que participa; e, finalizar o debate.

A argumentação está presente no debate, e implica que as pessoas exponham os seus argumentos. Argumentar significa apresentar dados, factos e afirmações, que focam os aspetos positivos e negativos do assunto, possibilitando a sua visão global.

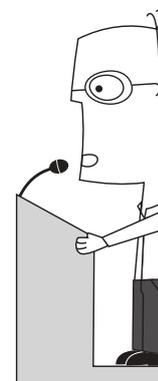
#### Proposta de Atividade

*Pensa na última vez que conversaste com alguém (amigo, familiar ou professor, por exemplo) e te sentiste escutado. Que sinais do teu interlocutor te fizeram sentir escutado? Esses sinais tiveram alguma influência na forma como te exprimiste?*

#### Proposta de Atividade

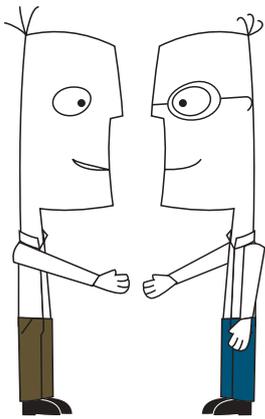
*Com base no que acabaste de aprender e nas tuas experiências, reflete sobre:*

- 1) vantagens de escutar ativamente*
- 2) desvantagens de não escutar ativamente*



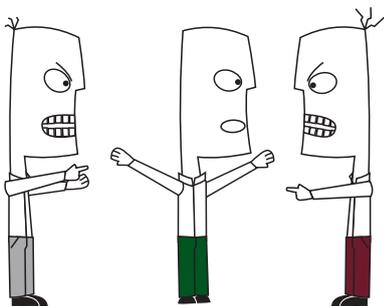
#### 4.2.5. Negociação e Mediação

A negociação faz parte do nosso quotidiano. Em muitos aspetos do nosso dia a dia estamos a negociar, por exemplo: quando alguém combina um tema para um trabalho ou quem vai às compras. A negociação processa-se através do diálogo e visa alcançar um acordo. Exige colaboração entre as partes envolvidas e ajuda a resolver problemas entre pessoas em conflito, visto que traduz uma relação de interdependência, onde as ações de uns afetam os resultados dos outros.



Em qualquer negociação existem vários fatores que influenciam a relação entre os seus intervenientes, em particular: 1) o poder das pessoas (consoante o seu estatuto ou papel social) e a sua capacidade para tomar decisões, por exemplo, numa negociação entre um patrão e um empregado, sabem que o patrão tem mais poder de decisão do que o empregado; 2) os conhecimentos sobre o assunto e as competências de comunicação (como a capacidade de escuta e de argumentação) determinam como a pessoa expõe o seu ponto de vista e consegue convencer o outro a colaborar; 3) a qualidade da relação entre as pessoas, pois é mais fácil negociar com um amigo do que com um desconhecido; 4) o tempo para negociar, já que quanto maior for a pressão de tempo, maior a tendência para resistir na expectativa de que a outra parte ceda primeiro; neste caso podem surgir impasses ou períodos de estagnação.

Para enfrentar impasses há uma alternativa: em vez de a negociação se estabelecer entre duas partes, integra-se uma terceira pessoa, um elemento neutro ou imparcial (não toma partido de nenhuma das partes) e ajuda a alcançar o acordo. Este processo designa-se por mediação.



A mediação ocorre entre duas ou mais pessoas através de um mediador. O mediador tem a função de fazer com que aqueles que estão em confronto analisem a situação sob várias perspetivas, evitando que se centrem apenas no seu ponto de vista. Promove o diálogo e a escuta entre os intervenientes, ajuda-os a pensar de forma diferente e a encontrarem soluções para o problema, mas não tem poder de decisão.

Também aqui a comunicação é determinante. Aliás, o diálogo é a condição para alcançar o acordo, pois permite que cada interveniente tome consciência de que não existe apenas uma verdade ou solução (aquela que defende). A abertura ao diálogo facilita a resolução de problemas e a gestão de conflitos. Este é o tema do próximo capítulo.

### 4.3. Comunicação e Gestão de Conflitos

A comunicação é um instrumento fundamental na gestão de conflitos, já que facilita a partilha de ideias, sentimentos e opiniões entre as partes em confronto. Neste caso, a capacidade de escutar ativamente, argumentar e dar *feedback* constituem elementos essenciais para diminuir as distorções comunicacionais e resolver os problemas de forma eficaz. Por vezes, pequenos detalhes na comunicação (como as palavras usadas ou a entoação adotada) podem gerar interpretações erradas da mensagem, o que pode ser decisivo para resolver o conflito.

#### 4.3.1. Noção de Conflito

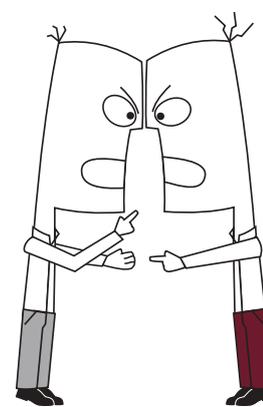
O conflito designa a existência de divergências entre as pessoas ou grupos, devido ao confronto de interesses, objetivos, perspetivas e aspirações. Geralmente o conflito é despoletado por uma situação que evidencia a discórdia entre as pessoas (por exemplo, umas são a favor e outras são contra a clonagem animal) ou quando ocorrem distorções na comunicação (devido a ruídos durante a comunicação).

Nas situações de conflito, as pessoas tendem a centrar-se mais naquilo que as afasta (as diferenças), do que no debate construtivo dos seus interesses e objetivos (o que têm em comum). Estas circunstâncias não ajudam a resolver o conflito, por isso cada pessoa deve fazer um esforço para partilhar propostas que contribuam para a resolução do problema e apelar à colaboração e negociação. Esta postura implica converter a interação centrada no conflito numa interação orientada para a resolução do problema. O conflito faz parte das relações humanas e por isso é natural que nem sempre as necessidades e aspirações de cada pessoa sejam compatíveis com as dos outros. Apesar de associarmos o conflito a situações de tensão e de desacordo, não significa que seja negativo, pois pode gerar ideias inovadoras e conduzir à mudança.

Saber lidar com o conflito é importante para evitar a sua intensificação e consequências negativas nas relações interpessoais (por exemplo, rutura). Mas também para poder encará-lo como uma oportunidade de mudança e aprendizagem, aproveitando os aspetos positivos. Para que o conflito evolua num sentido positivo é fundamental discutir abertamente e partilhar as diferenças, incluindo: explorar a perspetiva do outro, fomentar a confiança e o respeito mútuo, favorecer a cooperação e encontrar soluções mais eficazes para o problema.

#### Citação

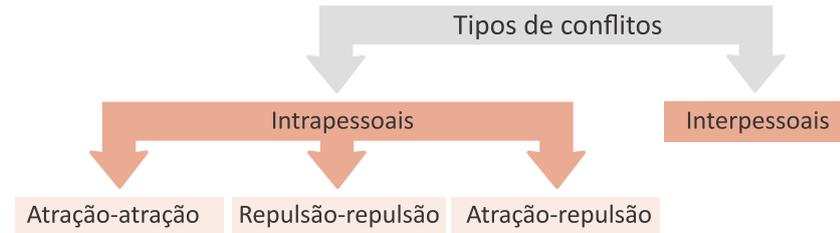
*“A regra de ouro da conduta é a tolerância mútua, porque nunca pensamos todos da mesma forma e sempre veremos só uma parte da verdade sob diferentes ângulos.”*  
Ghandi



### 4.3.2. Tipos de Conflito

Existem diversos tipos de conflitos: intrapessoais (ocorrem de nós para nós, por exemplo quando estamos indecisos entre assistir a um jogo de futebol ou assistir a uma peça de teatro); interpessoais (entre nós e os outros, como quando conversamos com um amigo que tem uma opinião diferente da nossa sobre o aquecimento global).

Figura 4.4. Tipos de conflito



O **conflito intrapessoal** consiste no conflito interior que ocorre quando uma pessoa tem de responder a uma situação antagónica, que envolve interesses opostos. Pode ser:

**Atração-atração.** A pessoa tem de optar entre hipóteses igualmente atrativas, cuja coexistência é impossível (por exemplo, ver dois programas na televisão no mesmo horário).

**Repulsão-repulsão.** A pessoa tem de escolher entre alternativas desagradáveis; trata-se de ponderar “o mal menor” (por exemplo, o empregado não gosta do patrão, mas não quer perder o emprego).

**Atração-repulsão.** A pessoa tem de tomar uma decisão que envolve benefícios e constrangimentos (por exemplo, quer comer e emagrecer).

O **conflito interpessoal** ocorre entre pessoas que entram em confronto devido às suas diferenças, que incluem: cultura, estatuto, papéis sociais, idade, género, aspirações, experiências. Estas diferenças condicionam a posição social de cada pessoa e como interpreta a realidade. É frequente e natural que as pessoas percecionem a mesma situação de múltiplas formas. Por exemplo, as formas de entretenimento mais apetecíveis diferem entre avós, pais e filhos.

Figura 4.5. 6 Passos para a resolução de conflitos



1 - **Identifica as necessidades:** O que pretendes?

2 - **Define o problema:** Qual é o problema?

3 - **Procura várias alternativas:** Que possibilidades existem para resolver o problema?

4 - **Avalia as soluções:** A solução agrada-te?

5 - **Escolhe a melhor solução:** Que solução poderia resolver o problema?

6 - **Analisa como a solução é aplicada:** O problema ficou realmente resolvido?

#### Como resolver um conflito...

- Identificar a natureza do conflito. Qual o problema que está na origem do conflito, causas e consequências.
- Adotar uma postura de abertura e empenho na resolução do problema, argumentando os teus pontos de vista e tecendo críticas construtivas.
- Escutar ativamente a outra parte, mantendo firmeza sobre os teus princípios, mas procurando criar um clima de concordância que fomente a racionalidade no debate de ideias.

- Separar pessoas de problemas. O problema não é a outra pessoa, mas a relação que estabelece com ela.
- Tomar consciência das diferenças, sem as categorizar como certas ou erradas. Ser diferente significa apenas que não é igual (não é melhor, nem pior).
- Não reagir a provocações para não aumentar a tensão no conflito. Isto implica controlar as emoções geradas pelo ataque, ter a capacidade de analisar o problema com objetividade e planejar cuidadosamente o próximo passo.
- Apresentar os benefícios da negociação e da procura de consensos entre as partes no conflito, para alcançar uma solução adequada para ambas (ao invés de favorecer só uma das partes).

#### Proposta de Atividade

*Pensa em situações de conflito e experimenta aplicar os 6 passos para a resolução de conflitos.*

### 4.3.3. Formas de Gestão de Conflitos

Perante o conflito, as pessoas podem ativar diferentes estratégias: “evitar”, “desativar” ou “enfrentar”. A escolha da estratégia depende da ponderação que cada um faz da situação.

**Figura 4.6.** Estratégias para gerir o conflito



Quando as pessoas decidem **enfrentar o conflito** podem fazê-lo através de três estratégias:

**Ganhar-perder.** A solução só satisfaz umas das partes, a que tem mais força e consegue exercer a sua autoridade e conquistar os seus objetivos. Por exemplo, num grupo nem todos os elementos estão de acordo quanto ao tema escolhido para realizar o trabalho. Estamos perante um conflito. Numa estratégia de ganhar-perder, pode acontecer que os elementos mais influentes (por exemplo, os melhores alunos) consigam sobrepor a sua vontade à intenção dos restantes. Neste caso, a parte mais forte (os melhores alunos) ganha e os restantes perdem.

**Perder-perder.** A solução não satisfaz nenhuma das partes, pois as pessoas envolvidas evitam que o “adversário” ganhe e não se concentram na resolução do problema. Retomando o exemplo anterior, imagina que o professor se apercebe da discórdia e decide o tema que o grupo irá desenvolver. Desta forma, nenhuma das partes aborda o tema que gostaria, mas sim aquele que o professor define.

#### Proposta de Atividade

*Pensa em situações de conflito e apresenta propostas de solução, de acordo com o que acabaste de aprender sobre estratégias para enfrentar o conflito: a) ganhar-perder; b) perder-perder; c) ganhar-ganhar.*



### Proposta de Atividade

*O conflito faz parte das relações interpessoais, por isso certamente já foste confrontado com conflitos. Pensa em três situações de conflito e reflete sobre como agiste em cada uma delas. Utilizaste alguma das estratégias que analisámos? Perante a situação e a estratégia que adotaste, que vantagens e/ou desvantagens identificas na forma como decidiste lidar com o conflito?*

**Ganhar-ganhar.** A solução satisfaz ambas as partes, pois as pessoas partilham as suas perspetivas e resolvem as suas diferenças. Esta estratégia é a mais eficaz, pela cooperação e negociação, mas principalmente porque a solução é benéfica para todos. Por exemplo, supõe que o grupo procura conciliar os vários temas propostos para incluir no trabalho. Cada membro apresenta os seus argumentos sobre a importância do tema e as suas motivações para abordá-lo. Depois negociam uma forma de articular os temas, o que implica cedências de todos. É provável que cada pessoa não aborde o tema como gostaria, mas todos têm a oportunidade de abordar um dos aspetos que gostariam.

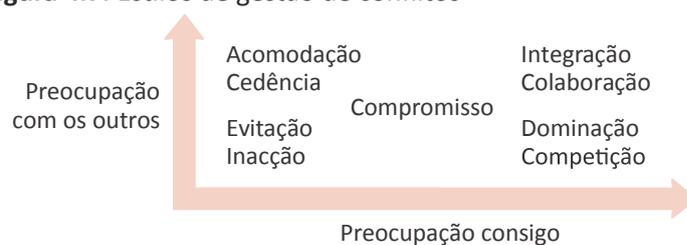
As pessoas, por vezes, procuram **evitar o conflito** na expectativa que desapareça com o tempo. Fazem-no, por exemplo, mudando de assunto ou afirmando que está tudo bem. Imagina que estavas a partilhar com um amigo uma notícia polémica que tinha saído no jornal. Pelo decorrer do diálogo, apercebeste que é um assunto delicado para o teu amigo e que a discussão não está a ser pacífica. Como tal, preferes não aprofundar mais o debate e mudas de assunto para evitar que o confronto de ideias se agrave e prejudique a vossa relação.

Outra possibilidade ocorre quando as pessoas pretendem **desativar ou interromper o conflito** até que a situação esteja mais calma. É uma estratégia para ganhar tempo e recolher mais informações, que permite ganhar outra perspetiva sobre a situação. Nas situações de conflito, é frequente que a tensão gerada entre as pessoas envolvidas no confronto dificulte a gestão das suas emoções (como o nervosismo ou a irritação), o que irá condicionar a análise objetiva da situação. Ao interromper o conflito, as pessoas conseguem reduzir a tensão do seu estado emocional, fazer uma leitura mais ponderada sobre a situação e informar-se junto de outras pessoas ou de outros meios de informação (como livros). Desta forma, reúnem elementos que permitem argumentar melhor e negociar com os outros.

#### 4.3.4. Estilos de Gestão de Conflitos

Na gestão de conflitos é importante considerar duas dimensões: “preocupação consigo” (satisfação dos interesses pessoais) e “preocupação com os outros” (realização dos interesses dos outros). A combinação destas dimensões possibilita cinco estilos de gestão de conflitos:

**Figura 4.7.** Estilos de gestão de conflitos



Fonte: adaptado de Neves, Garrido & Simões (2008)

Cada estilo tem vantagens e inconvenientes. Não existe uma maneira única ou ideal para lidar com os conflitos. Há que ponderar cada situação. Daí a importância de desenvolver conhecimentos e competências sobre gestão de conflitos, para facilitar a adoção das estratégias mais adequadas.

**Quadro 4.3.** Caracterização dos estilos de gestão de conflitos

Estilo	Relação entre preocupação consigo e com outros	Caracterização
Acomodação	Baixa preocupação consigo e alta com outros	<p>Visa a satisfação dos interesses dos outros em detrimento dos próprios interesses.</p> <p>É indicada quando a outra parte é potencialmente mais forte e se pretende preservar a relação pessoal (abdicando de possíveis ganhos que o conflito poderia proporcionar).</p> <p>É inadequado quando o assunto é relevante para a pessoa que adota este estilo, ou quando a outra parte está a ser eticamente incorreta.</p>
Integração	Alta preocupação com os outros e consigo	<p>Pretende-se satisfazer simultaneamente os interesses de cada uma das partes em conflito (estratégia “ganhar-ganhar”).</p> <p>Implica assertividade, colaboração e abertura para explorar de forma construtiva diferentes perspetivas sobre o problema. É o estilo de gestão de conflitos mais eficaz.</p> <p>É conveniente quando a resolução do problema é complexa, as perspetivas podem ser conciliadas ou se procura criatividade.</p> <p>É pouco funcional quando existe pouco tempo para resolver o problema.</p>
Evitação	Baixa preocupação consigo e com os outros	<p>Procura-se evitar o conflito.</p> <p>É apropriado quando os benefícios do conflito são inferiores aos potenciais ganhos ou quando é preciso diminuir a tensão das partes envolvidas e/ou recolher informações para poder resolver o conflito de forma mais construtiva.</p> <p>É ineficaz quando o problema requer uma solução rápida, envolvendo ambas as partes.</p>
Dominação	Alta preocupação consigo e baixa com os outros	<p>Centra-se na satisfação dos próprios interesses, desconsiderando os interesses da outra parte (estratégia “ganhar-perder”).</p> <p>É comum na tomada de decisões urgentes.</p> <p>É inapropriado quando as partes em conflito são poderosas e existe a possibilidade de rutura na relação ou quando há tempo para procurar uma alternativa mais satisfatória para todos.</p>
Compromisso	Preocupação média consigo e com os outros	<p>Consiste no esforço ponderado de satisfazer os interesses das partes em conflito, recorrendo a cedências de ambas as partes.</p> <p>É útil quando ambas as partes têm o mesmo poder e procuram diminuir as diferenças ou quando é preciso uma solução temporária.</p>

## Subtema 4.1. Processo de Comunicação

### Atividade 4.1. Repete a História

Forma um grupo de quatro alunos para se ausentar da sala por um curto período de tempo, enquanto o professor lê uma história em voz alta para a turma. Depois, um dos alunos que ficou na sala e escutou a história deve oferecer-se para contar a história que escutou ao primeiro aluno que entra novamente na sala. Este conta-a ao aluno seguinte e assim sucessivamente até ao último aluno. Cada versão da história é contada em voz alta. Durante esta atividade, os restantes alunos escutam os seus colegas e registam as alterações à história original. No final, leem novamente a história original e comparam-na com a última versão que foi contada.

### Atividade 4.2. O Jornal da Escola

Falou-se na existência de vários níveis de comunicação, nomeadamente, na comunicação de massas. Já imaginaste escrever para o jornal da escola e partilhares com os teus colegas inúmeras informações, como por exemplo, pesquisas que desenvolveste para um trabalho e consideras importante divulgá-las, iniciativas na escola e na comunidade, o testemunho de pessoas importantes que gostarias de entrevistar... Tantas possibilidades à tua escolha!

Esta atividade exige responsabilidade e compromisso, pois consiste num trabalho a desenvolver ao longo de todo o ano letivo. Quando se pensa em criar ou manter um jornal escolar, é preciso começar por:

- 1) sensibilizar alunos e professores,
- 2) eleger em coordenador para o jornal,
- 3) escolher um nome para o jornal e definir a periodicidade da sua publicação (por exemplo, um jornal no final de cada período ou de cada ano letivo),
- 4) angariar recursos (na escola e na comunidade) para a sua publicação,
- 5) incentivar alunos, pais, professores e funcionários da escola a produzir informação para o jornal escolar.

Quando as condições necessárias para realizar o projeto estão reunidas, debes:

- 1) Pensar nos temas que gostarias de abordar no jornal;
- 2) Planear todas as ações (objetivos, estratégias, material, duração);
- 3) Dar corpo à ideia, ou seja, construir o jornal escolar propriamente dito (implica desenvolver as informações, entrevistas ou notícias, para publicar);
- 4) Avaliar o impacto ou os resultados do jornal e do trabalho que desenvolveste.

## Subtema 4.2. Estilos de Comunicação

### Atividade 4.3. Qual o Meu Estilo de Comunicação?

Responde às seguintes questões no teu caderno, assinalando verdadeiro (V) ou falso (F) para cada afirmação consoante penses ou atues de acordo com a forma descrita.

### Exercício de autodiagnóstico

Questões:	V	F
1. Digo muitas vezes sim, quando, no fundo, queria dizer não.		
2. Defendo os meus direitos sem atentar contra os direitos dos outros.		
3. Se não conheço bem uma pessoa, prefiro fingir aquilo que penso/sinto.		
4. Sou, a maior parte das vezes, autoritário e decidido.		
5. Geralmente, é mais fácil atuar por intermédio de outra pessoa do que diretamente.		
6. Não receio criticar os outros e dizer-lhes aquilo que penso.		
7. Não ousa recusar tarefas que não fazem parte das minhas atribuições.		
8. Não receio manifestar a minha opinião perante interlocutores hostis.		
9. Quando há debate prefiro retirar-me e “ver no que a coisa dá”.		
10. Várias vezes me censuram de por ter “espírito de contradição”.		
11. Tenho dificuldade em escutar os outros.		
12. Faço o possível para ficar no “segredo dos deuses”.		
13. Consideram-me, em geral, bastante habilidoso nas relações com os outros.		
14. Mantenho relações assentes na confiança e não na dominação ou calculismo.		
15. Prefiro não pedir ajuda, pois podem pensar que não sou competente.		
16. Sinto-me inibido quando tenho que realizar uma ação pouco habitual.		
17. Dizem que não sei defender os meus direitos.		
18. Sinto-me à vontade nas relações face a face.		
19. Faço “fitas” muitas vezes; é a melhor maneira de obter o que quero.		
20. Sou um “fala-barato” e corto a palavra a outros sem me dar conta.		
21. Sou ambicioso e faço o que for necessário para realizar os meus objetivos.		
22. Em geral, sei o que é preciso fazer; isso ajuda a ser bem sucedido.		
23. Perante desacordos, procuro compromissos realistas assentes em interesses mútuos.		
24. Prefiro “pôr as cartas na mesa”.		
25. Tenho tendência para deixar para mais tarde o que tenho que fazer.		
26. Deixo muitas vezes um trabalho por acabar.		
27. Em geral, mostro aquilo que sou, sem dissimular os meus sentimentos.		
28. É preciso muita coisa para me intimidarem.		
29. Meter medo aos outros pode ser um meio para garantir o poder.		
30. Quando “me levam à certa” uma vez, vingo-me na próxima.		
31. Quando se critica alguém é muito fácil censurar as contradições dessa pessoa.		
32. Sei tirar partido do sistema (leis e regras).		
33. Sou capaz de ser eu próprio, continuando a ser aceite.		

Questões:	V	F
34. Quando não estou de acordo, sei dizê-lo com calma e clareza.		
35. Tenho a preocupação de não incomodar os outros.		
36. Tenho dificuldade em tomar decisões.		
37. Não gosto de ser a única pessoa dentro de um grupo a pensar de determinada maneira; prefiro, nesse caso, retirar-me.		
38. Não tenho receio de falar em público.		
39. A vida é uma “selva”.		
40. Não tenho nenhum receio de enfrentar desafios perigosos e arriscados.		
41. Criar conflitos pode ser mais eficaz que reduzir tensões.		
42. A franqueza é uma boa maneira de ganharmos confiança nas relações com os outros.		
43. Sei escutar e não corto a palavra aos outros.		
44. Levo até ao fim o que decidi fazer.		
45. Não tenho receio de exprimir os meus sentimentos tal como os sinto.		
46. Tenho jeito para “levar as pessoas” e impor as minhas ideias.		
47. O elogio é um bom meio de se obter o que se pretende.		
48. Tenho dificuldade em controlar o tempo quando uso a palavra.		
49. Sei utilizar bem a ironia mordaz.		
50. Tenho tendência a deixar-me explorar um pouco.		
51. Gosto mais de observar do que de participar.		
52. Gosto mais de estar na “geral” do que na “primeira fila”.		
53. Não penso que a manipulação seja uma solução eficaz.		
54. Não é necessário anunciar depressa demais as nossas intenções.		
55. Choco muitas vezes as pessoas com as minhas atitudes.		
56. Prefiro ser “lobo” do que ser cordeiro.		
57. Manipular os outros é muitas vezes a única maneira prática de obter o que queremos.		
58. Geralmente, sei protestar sem agressividade excessiva.		
59. Regra geral procuro evitar problemas.		
60. Não gosto de “ser mal visto”.		
<b>Total</b>		

Instruções para fazer a análise dos resultados:

1º - Atribui 1 ponto a cada resposta verdadeira e 0 para cada falsa. Copia o próximo quadro para o caderno, coloca os pontos nos quadrados correspondentes a cada questão e soma o total de pontos para cada coluna.

Estilos de comunicação:							
Passivo		Agressivo		Manipulador		Assertivo	
1		4		3		2	
7		6		5		8	
15		10		9		14	
16		11		12		18	
17		20		13		23	
25		21		19		24	
26		28		22		27	
35		29		31		33	
36		30		32		34	
37		39		41		38	
50		40		42		43	
51		48		46		44	
52		49		47		45	
59		55		54		53	
60		56		57		58	
Total:		Total:		Total:		Total:	

2º - Copia o seguinte gráfico para o teu caderno e preenche-o de acordo com os resultados obtidos:

—				
—				
—				
—				
10				
—				
—				
—				
—				
5				
—				
—				
—				
—				
	Passivo	Agressivo	Manipulador	Assertivo

Fonte: Chalvin (1989) cit. por Fachada (2010)

#### Atividade 4.4. Experimentar Diferentes Estilos de Comunicação

Sem verbalizares o estilo de comunicação que vais desempenhar, vais encenar algumas características que melhor traduzem esse estilo de modo a que os teus colegas o consigam descobrir. O quadro seguinte pode dar-te uma ajuda:

Estilos	Comportamentos e expressões características
Agressivo	Exemplo: Postura rígida e tensa, fala alto, faz barulho, interrompe os outros sistematicamente, tem um sorriso irónico, faz gestos rápidos.
Passivo	Exemplo: Postura descontraída, demonstra concordância acenando afirmativamente com a cabeça, tom de voz trémulo e oscilante (ora baixo, ora alto).
Manipulador	Exemplo: Fala em «nós» e não na primeira pessoa («eu»), tem um discurso cheio de esquemas para alcançar os seus fins e persuadir os outros.
Assertivo	Exemplo: Fala em tom moderado, tem um discurso positivo centrado na solução, demonstra simpatia, olhar atento, postura descontraída mas firme.

#### Atividade 4.5. Testa a Tua Assertividade

Segue-se um conjunto de 14 questões sobre a capacidade assertiva. Para cada questão, assinala no teu caderno, numa escala de 1 a 5, qual a opção que mais se adequa à tua opinião.

Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
1	2	3	4	5

1. Peço aos outros para me fazerem coisas sem me sentir culpado ou ansioso	
2. Quando alguém me pede para fazer alguma coisa que não quero, digo não, sem me sentir ansioso.	
3. Sinto-me à vontade para falar para um grupo grande de pessoas.	
4. Exprimo com segurança as minhas opiniões sinceras a figuras com autoridade (ex. a um chefe).	
5. Quando experimento sentimentos intensos (fúria, frustração, decepção, etc.), verbalizo-os facilmente.	
6. Quando exprimo fúria, faço-o sem culpar os outros por me enfurecerem.	
7. Tenho à vontade para tomar a palavra num grupo.	
8. Quando cometo um erro reconheço-o.	
9. Quando o comportamento de outros me causa problemas, digo-lhes.	
10. Travar novos conhecimentos em sociedade é algo que faço facilmente e com à vontade.	
11. Ao expor as minhas convicções, faço-o sem qualificar as opiniões dos outros de “loucas”, “ridículas” ou “irracionais”.	
12. Assumo que a maioria das pessoas são completamente fiáveis, e não tenho dificuldade em delegar tarefas aos outros.	
13. Ao fazer algo que nunca fiz, confio que posso aprender a fazê-lo.	
14. Acredito que as minhas necessidades são tão importantes como as dos outros, e que tenho o direito de as satisfazer.	
Total	

Fonte: Llyod (1988)

#### Atividade 4.6. Usar Palavras Assertivas

Lê com atenção os seguintes exemplos e indica, para cada expressão, se está descrita de forma assertiva ou não assertiva. Em seguida, reformula apenas as expressões que consideraste não assertivas, reescrevendo-as de forma assertiva.

a) *“Este trabalho está péssimo!”*

Escreve, no teu caderno, a opção certa: Assertivo  Não Assertivo

Caso seja necessário, reformula:

Exemplo: - *“Este trabalho poderia ser melhorado se pesquisasse mais informação sobre o tema e aprofundasse mais os conteúdos.”* – Desta forma, transmite que o trabalho não está muito bom e faz críticas construtivas focando os aspetos que poderiam ser melhorados no trabalho.

b) *“É um incompetente! Já viu o que fez?”*

Escreve, no teu caderno, a opção certa: Assertivo  Não Assertivo

Caso seja necessário, reformula:

c) *“Não consegui perceber o que disse. Importa-se de repetir, por favor?”*

Escreve, no teu caderno, a opção certa: Assertivo  Não Assertivo

Caso seja necessário, reformula:

d) *“Não pode ter esse comportamento aqui dentro. Saia!”*

Escreve, no teu caderno, a opção certa: Assertivo  Não Assertivo

Caso seja necessário, reformula:

e) *“Desculpe, reparou que aqui não é permitido fumar? Se não se importa, pode apagar o cigarro?”*

Escreve, no teu caderno, a opção certa: Assertivo  Não Assertivo

Caso seja necessário, reformula:

Agora, dá exemplos de expressões assertivas para cada uma das seguintes situações:

Expressar um sentimento:	<i>“Fico aborrecido quando ele não cumpre o que promete!”</i>
Fazer um pedido:	...
Agradecer a alguém:	...
Recusar um convite:	...
Fazer uma crítica construtiva:	...

#### Atividade 4.7. Aplica a Técnica D.E.S.C.

Lê com atenção o caso do José e da Carla e procura resolver a situação, utilizando a técnica D.E.S.C.

O José está aborrecido com a Carla porque esta chegou tarde para realizar o trabalho que tinham combinado. Já não é a primeira vez que tal acontece e o facto de estar a tornar-se cada vez mais sistemático começa a gerar um mau ambiente entre ambos.

Há um problema que está a prejudicar a relação entre os dois colegas. Como ajudarias o José a expor a situação de forma assertiva?

Descrever	...
Expressar	...
Sugerir	...
Conclusão	...

#### Atividade 4.8. Debater um Assunto Polémico

Já sabes que ser cidadão ativo é ter um olhar atento sobre a realidade e refletir sobre ela. Este exercício incide na discussão de assuntos polémicos da atualidade. A partir de jornais, notícias, interesses pessoais, acontecimentos locais, entre outras tantas possibilidades, a turma deve eleger um assunto para debater e explorar os seus aspetos positivos e negativos.

#### Atividade 4.9. Ouvir ou Escutar?

Indica, no quadro que se segue, características de alguém que consideras um mau ouvinte e um bom ouvinte.

Mau ouvinte	Bom ouvinte
Exemplo: <i>“Interrompe sistematicamente o meu discurso.”</i>	Exemplo: <i>“Deixa-me exprimir a minha ideia e só depois coloca questões.”</i>
...	...
...	...

## Subtema 4.3. Comunicação e Gestão de Conflitos

### Atividade 4.10. Pode o Conflito Gerar Mudança?

Lê atentamente o seguinte texto:

*“Conflito significa a existência de ideias, sentimentos, atitudes ou interesses antagônicos e colidentes que se podem chocar. Sempre que se fala em acordo, aprovação, coordenação, resolução, unidade, consentimento, harmonia, deve-se lembrar que essas palavras pressupõem existência ou eminência dos seus opostos, como desacordo, desaprovação, dissensão, desentendimento, incongruência, discordância, inconsistência, oposição – o que significa conflito. O conflito é a condição geral do mundo animal (Konrad Lorenz, 1966). O homem sobressai-se dentre os animais pela sua capacidade de atenuar, embora nem sempre, de eliminar esta condição. A sociedade e a civilização – requisitos básicos da vida humana – são viáveis graças a um alto grau de objectivos entre os homens, ou pelo menos, devido a alguns mecanismos ou regras que imponham ordem a acomodação.*

*Conflito e cooperação são elementos integrantes da vida de uma organização (...). Hoje considera-se cooperação e conflito como dois aspectos da actividade social ou, melhor ainda, dois laços de uma mesma moeda, sendo que ambas são inseparavelmente ligadas na prática.”*

Fonte: Chiavenato (1987) cit. in Fachada (2010)

Responde às seguintes questões:

1. Em que medida o conflito pode ser benéfico?
2. Qual a relação existente entre o conflito e a cooperação?

### Atividade 4.11. Passos para Resolver um Conflito

Junta-te a três colegas e resolve o caso da Luísa e da Mariana:

O professor lançou o desafio à turma de apresentarem produtos característicos do seu país. Luísa e Mariana ficaram entusiasmadas com o trabalho e juntaram-se para fazer o trabalho. No entanto, decidir qual o produto a apresentar não foi tarefa fácil, pois tinham interesses diferentes e não estavam a conseguir chegar a um acordo. A Luísa gosta muito das bonecas de Ataúro; a Mariana prefere falar dos Tais.

Como ajudarias a Luísa e a Mariana a resolverem o problema? Copia para o teu caderno e preenche o quadro que se segue:

1. Necessidades de Luísa	1. Necessidades de Mariana
2. Definir o problema	
3. Propor alternativas de resolução	
4. Avaliar soluções para a Luísa	4. Avaliar soluções para a Mariana
5. Escolher a melhor solução	
6. Decidir como e quando aplicar a solução	

#### Atividade 4.12. Recrutamento de Pessoal para Empresa

Junta-te a três colegas. Imaginem que fazem parte da Secção de Recursos Humanos de uma empresa e estão encarregues de selecionar a pessoa com melhor perfil para o cargo de Diretor de Produção. Devem chegar a um acordo e justificar a razão da vossa escolha, o que implica negociar e construir consensos no grupo.

##### Perfil do candidato pretendido:

- Experiência profissional em gestão industrial;
- Motivação para aprender novas competências profissionais;
- Boa capacidade de gestão, organização e planeamento;
- Boa capacidade de trabalhar em equipa e de liderar;
- Boas competências relacionais: assertividade, argumentação, negociação e cooperação;
- Sentido de responsabilidade e espírito de iniciativa;
- Boa capacidade de análise, de resolução de problemas e de tomar decisões.

##### Candidatos ao cargo:

**Alexandrina, 30 anos**, fala português e inglês. Está desempregada há dois anos. Considera-se uma pessoa ativa e, por isso, quer trabalhar.

**Fernando, 34 anos**. Tem experiência profissional em indústrias. Tem tendência para o alcoolismo.

**Maria, 27 anos**, é casada e tem um filho de 1 ano. Exprime-se com facilidade. Sofre de problemas de saúde. Tem dificuldades financeiras e precisa de um emprego.

**Tomas, 37 anos**, fala português, tétum e inglês. Está habituado a lidar com outras pessoas, é dinâmico e demonstra iniciativa.

**Lúcia, 26 anos**, licenciada. Sem experiência em empresas. Excelentes competências relacionais e forte motivação para trabalhar.

### Atividade 4.13. Quem Será Promovido?

Junta-te a três colegas e imagina que fazem parte de uma equipa de trabalho de uma empresa local e que um dia o vosso chefe vos comunica que um dos membros da equipa será promovido. Todos ficam muito contentes com o comunicado. O chefe delega nos seus colaboradores a responsabilidade de decidir quem será promovido. O entusiasmo inicial é agora substituído por um dilema!

Com base nos teus conhecimentos sobre formas de lidar com o conflito, experimenta simular cada uma dessas formas (evitar, negar ou enfrentar) e analisa qual seria a mais eficaz para resolver o problema.

### Atividade 4.14. Quem Fica no Barco?

Imagina que vais num barco com mais 7 pessoas. A dado momento, detetam uma fuga no barco que está a deixar a água entrar. Sabem que precisam de libertar algum peso para o barco não se afundar. Começam a lançar a mercadoria ao mar, mas reparam que não é o suficiente. A única solução é reduzir o número de tripulantes...

Perante esta situação, cada “aluno tripulante” é convidado a encenar uma personagem à sua escolha e a apresentar argumentos válidos para poder permanecer no barco. Após os 7 tripulantes se manifestarem, a turma decide, em conjunto, quem permanece no barco e quais as razões da sua escolha.

### Atividade 4.15. O dilema de Mário

Lê o caso do Mário:

O Mário é um trabalhador muito dedicado. O patrão gosta do seu trabalho e sabe que pode contar sempre com ele. O negócio vai correndo bem. No final do mês, costumam ter sempre mais encomendas. Certo dia, um cliente fez uma grande encomenda, o que seria ótimo para o negócio, mas exigiu que a mesma fosse entregue até ao final da semana. Não querendo desperdiçar a oportunidade e perante o acréscimo de trabalho, o patrão pede ao empregado para ficar a fazer horas extraordinárias. Mas Mário tem um familiar doente e precisa de se ausentar do seu local de trabalho.

Com base no que aprendeste sobre estilos de gestão de conflitos, ajuda o Mário a resolver o seu problema. Imagina soluções alternativas, de acordo com as características de cada estilo de gestão de conflitos, e reflete sobre o estilo mais adequado para resolver este conflito.

Evitamento	...
Domínio	...
Acomodação	...
Integração	...

## Glossário

**Agressividade** - atitude e comportamento hostil e ofensivo.

**Antagónica** - oposta ou contrária.

**Argumentação** - ato de argumentar, de expor uma opinião.

**Assertividade** - atitudes e comportamentos que permitem ao indivíduo afirmar-se sem violar os direitos dos outros.

**Canal** - mecanismo que possibilita a transmissão da mensagem do emissor para o recetor.

**Código** - transformação da forma de uma mensagem numa outra forma para permitir a transmissão da mensagem.

**Coesão grupal** - união e solidariedade entre os membros do grupo.

**Comunicação** - troca de mensagens entre pessoas através da fala, da escrita, de um código comum ou do comportamento humano.

**Conflito** - confronto de perspetivas, discórdia, oposição, antagonismo, choque de elementos contrários.

**Cooperação** - ato de colaborar e de unir esforços na realização de uma tarefa ou na resolução de um problema.

**Debate** - discussão, partilha de perspetivas e troca de opiniões sobre determinado assunto.

**Deturpar** - alterar ou modificar.

**Dissensão** - divergência de opiniões.

**Distorções na comunicação** - alteração do significado da mensagem.

**Emissor** - quem produz a mensagem.

**Feedback** - retorno ou retroalimentação.

**Informação** - conteúdo da mensagem que é transmitida (ex. factos, dados, opiniões).

**Interlocutor** - alguém que conversa com outra pessoa.

**Manipulação** - atitudes e comportamentos de influenciar ou pressionar alguém a agir de determinada forma.

**Mediação** - intervenção de uma pessoa ou entidade entre pessoas ou grupos, no intuito de alcançar um consenso.

**Mensagem** - conteúdo da comunicação: informação objetiva (factos) e subjetiva (valores, comportamento, atitudes).

**Negociação** - diálogo entre pessoas ou entidades com o objetivo de estabelecer um acordo.

**Passividade** - atitudes e comportamentos de indiferença, falta de iniciativa, de envolvimento e de reação.

**Recetor** - quem recebe e interpreta a mensagem.

## Bibliografia

- Alarcão, M. (1999). *(Des)Equilíbrios familiares: uma visão sistémica*. Coimbra: Quarteto.
- Bitti, P. (1997). *A comunicação como processo social*. (2ª Ed.). Lisboa: Estampa.
- Estanqueiro, A. (2008). *Saber lidar com as pessoas: Princípios da comunicação interpessoal* (15ª Ed.). Lisboa: Presença.
- Fachada, O. (2010). *Psicologia das relações interpessoais*. Lisboa: Sílabo, Lda.
- Fiske, J. (1999). *Introdução ao estudo da comunicação*. (5ª Ed.). Porto: Asa.
- Freixo, M. (2006). *Teorias e modelos de comunicação*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Hartley, P. (2001). *Interpersonal communication*. (2ª Ed.). London: Routledge.
- Josien, M. (2003). *Técnicas de comunicação interpessoal*. Lisboa: Bertrand.
- Lloyd, S. (2006). *Desenvolvimento em assertividade: Técnicas práticas para o sucesso pessoal*. Lisboa: Monitor, D.L.
- Manes, S. (2008). *83 Jogos psicológicos para a dinâmica de grupos. Um manual para psicólogos, professores, animadores socioculturais* (8ª Ed.). Lisboa: Paulus.
- Neves, J., Garrido, M. & Simões, E. (2008). *Manual de competências pessoais, interpessoais e instrumentais: Teoria e prática* (2ª Ed.). Lisboa: Sílabo.
- Rogers, C. (2009). *Tornar-se pessoa*. Lisboa: Padrões Culturais.
- Seifert, L. (2009). *Treino em assertividade*. Lisboa: Monitor.
- Von Thun, F., Ruppel, J. & Stratmann, R. (2007). *Saber comunicar, saber dialogar: Como melhorar a capacidade de comunicar com os outros*. Lisboa: Presença.
- Watzlawick, P., Beavin, J. & Jackson, D. (1967). *Pragmática da comunicação humana: Um estudo dos padrões, patologias e paradoxos da interação*. São Paulo: Cultrix.

## I N T R O D U Ç Ã O

A capacidade de criar é um dos traços distintivos do Homem, o único animal capaz de sonhar com o amanhã e de se expressar pela arte.

Para onde quer que nos voltemos, encontramos frutos da criação humana: a cadeira em que nos sentamos, os sapatos que calçamos e as pontes que construímos. A criatividade está presente nas artes, medicina, sociologia, finanças, comércio, educação, e até nas tarefas mais simples do quotidiano. Sem nos apercebermos, vivemos cercados pela força da imaginação e da inventividade humanas.

Nesta unidade iremos debruçar-nos sobre o estudo e desenvolvimento da criatividade humana e sobre a dinâmica associada aos processos de mudança, reconhecendo a sua forte interligação e impacto no progresso e evolução das sociedades.



## 5. Criatividade e Mudança

### 138 5.1. Criatividade e Formas de Expressão

138 5.1.1. Conceito de Criatividade

141 5.1.2. Fatores Envolvidos no Desenvolvimento da Criatividade

142 5.1.3. Influência da Cultura no Desenvolvimento da Criatividade

142 5.1.4. Criatividade e Inteligência

143 5.1.5. Criatividade e Motivação

144 5.1.6. Criatividade e Formas de Expressão Humana

### 146 5.2. Dinâmica da Mudança

146 5.2.1. Conceitos de Mudança e Transição

148 5.2.2. Modelo Transteórico de Mudança Comportamental

150 5.2.3. Mudança e Resistência

151 5.2.4. Mudança Social

### 154 5.3. Criatividade e Resolução de Problemas

155 5.3.1. Mudança e Criatividade

155 5.3.2. Resolução de Problemas

155 5.3.3. Resolução Criativa de Problemas

158 5.3.4. Pensamento Divergente e Pensamento Convergente

158 5.3.5. O Método dos 6 Passos

160 5.3.6. Técnicas de Resolução Criativa de Problemas

### 5.1. Criatividade e Formas de Expressão

A criatividade é, ainda hoje um mistério por decifrar. Inventores, cientistas e artistas raramente sabem explicar a origem das suas ideias criativas. Contudo sabem que precisam da criatividade para progredir nas suas realizações.



#### ! Sabias que...

*Criatividade provém do termo latino “creare” e significa “trazer à existência”. Atualmente, “criatividade” é mais utilizada com o significado dinâmico de transformar alguma coisa.*

#### ! Sabias que...

*Existem mais de 400 aceções diferentes para o termo criatividade, para além da utilização de significados similares como: produtividade, pensamento criativo, pensamento produtivo, originalidade, inventividade, descoberta e inteligência. Ainda hoje, não é possível encontrar uma definição única de “criatividade” que abranja os variados campos de estudo e aplicação. As definições variam com a área e as questões parecem indissociáveis do contexto em que surgem. Esta multiplicidade terminológica complexifica o estudo da criatividade.*

*Fonte: adaptado de Pinto & Blattman (2002)*

#### 5.1.1. Conceito de Criatividade

Não existe uma definição universal de “criatividade”, mas sabe-se que pode ser definida como a capacidade para criar algo novo (original, fora do comum ou infrequente) e relevante (útil e adequado atendendo ao contexto). Por “algo” entende-se todo o género de ideias ou produtos: uma nova peça de arte, um novo método ou uma nova solução para um problema.

Esta definição aponta para duas características fundamentais da criatividade: novidade e adequação. A novidade consiste na criação de um novo produto ou ideia, que deve ir além de uma replicação ou cópia do que já existe. A extensão da novidade de uma ideia/produto é variável, dependendo se é original apenas para a pessoa que a concretizou, para um determinado grupo social ou para toda a humanidade.

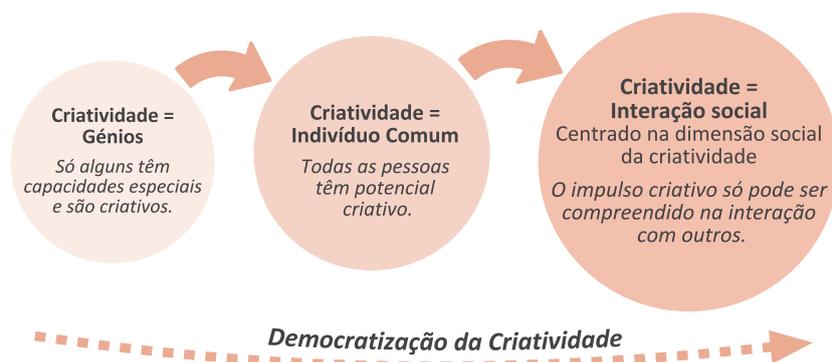
A segunda característica é a adequação do que é criado ao contexto. Esta dimensão permite distinguir uma ideia criativa de uma bizarra. Ambas as ideias criativas e bizarras podem ser novas, mas as criativas distinguem-se porque consideram a adequação da ideia aos constrangimentos/limites de uma determinada situação.

A importância relativa de cada uma dessas características (novidade e adequação) pode variar com a atividade de interesse (por exemplo, arte, ciência, literatura, engenharia ou design).

#### História Recente da Criatividade

O interesse pelo estudo científico da criatividade surgiu em 1950 com Joy Paul Guilford. Os primeiros anos de investigação circunscreveram-se à análise e compreensão dos fatores psicológicos e biológicos de uma elite de artistas e cientistas, reconhecidamente criativos, tentando distinguir os seus talentos e capacidades, por comparação a outros “não criativos” (Figura 5.1.). Mais tarde, a criatividade foi considerada uma capacidade comum a todo o ser humano. No final da década de 1980 nasce uma nova perspetiva sobre os estudos da criatividade: a criatividade como um fenómeno social, compreensível apenas se contextualizado no seu momento histórico e na relação com os outros.

**Figura 5.1.** Evolução na compreensão e estudo científico da criatividade



Fonte: adaptado de Glăveanu (2010), Bilton (2007) e Csikszentmihalyi (1988)

Assim, verificam-se duas grandes “revoluções”, representadas pelas setas na figura 5.1., que moldaram a nossa forma de compreender e estudar a criatividade: 1) a visão da criatividade como um recurso existente em todos os seres humanos (e não exclusiva de pessoas consideradas geniais); 2) mais recentemente, a criatividade como o resultado da interação entre o pensamento das pessoas e o seu contexto sociocultural.

Esta evolução foi descrita por alguns autores como um processo de democratização, pois a criatividade deixou de ser exclusiva de algumas pessoas especiais, para passar a ser um potencial de todas as pessoas. Este percurso realça a importância da criatividade na nossa vida, em particular na resolução dos problemas diários.

A criatividade é atualmente um requisito importante a diversos níveis e domínios de atividade humana:

- **Individualmente**, a criatividade é útil quando estamos a resolver problemas no trabalho ou na vida diária. A criatividade quotidiana relaciona-se com a capacidade de adaptação, flexibilidade e improvisação que as pessoas manifestam ao longo da vida e é fundamental para sobreviver, enriquecer e aprofundar a experiência humana;
- **Socialmente**, a criatividade conduz a novas descobertas científicas, a novas correntes artísticas e invenções e, por isso, tem impacto na forma como nos relacionamos e vivemos em sociedade;
- **Economicamente**, a importância da criatividade reside no contributo para o aparecimento de novos produtos e/ou serviços, impulsionando a criação de emprego.

O Centro Internacional para os Estudos da Criatividade (*International Center for Studies in Creativity*), em Buffalo (Nova Iorque) nos Estados Unidos da América, apresenta uma lista de 12 razões para estudar a Criatividade.

### **! Sabias que...**

Em 1950, Joy Paul Guilford (1897-1987), na qualidade de presidente da Associação Americana de Psicologia (APA), proferiu uma palestra na qual enfatizou a negligência de estudos sobre a criatividade. Esta negligência dever-se-ia à complexidade do fenómeno e à ausência de consenso sobre o que é a criatividade e como melhor pode ser estudada. Dos 121.000 artigos existentes na altura em Psicologia, Guilford relatou que apenas 186 (0,0015%) abordavam a criatividade. A partir daí desencadeou-se um verdadeiro impulso científico, principalmente nos Estados Unidos da América, onde este assunto passou a atrair a atenção, não só de psicólogos, mas também de: filósofos, matemáticos, pedagogos, engenheiros e sociólogos.

Fonte: adaptado de Pinto & Blattman (2002)

## ! Sabias que...

*Wolfgang Amadeus Mozart (1756-1791, Compositor), Albert Einstein (1879-1955, Físico), William Shakespeare (1564-1616, Escritor, Poeta), Isaac Newton (1643-1727, Físico), Charles Darwin (1809-1882, Naturalista), Leonardo da Vinci (1452-1519, Pintor, Escultor, Engenheiro, Inventor), Marie Curie (1867-1934, Física, Química), Mahatma Ghandi (1869-1948, Filósofo, Político) e Pablo Picasso (1881-1973, Pintor) destacaram-se por terem ousado ter ideias novas e quebrar os paradigmas da época em que viveram! Hoje, todos são reconhecidos pelas suas realizações criativas e contribuições para a humanidade, em particular, para a evolução do conhecimento humano nas ciências, tecnologia, cultura e artes.*

*Fonte: adaptado de Gardner (1999) e Sternberg (1999)*

## 12 Razões para estudar a Criatividade:

1. Expandir as capacidades e desenvolver o potencial humano (para além da inteligência);
2. Num mundo em mudança, em competição e complexidade crescentes, a criação e aplicação de novas ideias é essencial ao mundo dos negócios. As empresas de sucesso são as que fomentam a criatividade.
3. Enquanto recurso existente em todos os seres humanos e organizações, a criatividade é necessária à sobrevivência da economia.
4. A descoberta de novas e melhores formas de resolver os problemas. As capacidades criativas são necessárias para a resolução dos problemas abertos e complexos que o mundo enfrenta.
5. Para o desenvolvimento da sociedade. A criatividade é determinante na capacidade humana de adaptação ao ambiente em mudança.
6. Para a construção do conhecimento. As capacidades criativas podem facilitar a aquisição de conhecimentos.
7. Trata-se de um fenómeno humano natural. A criatividade é democrática, no sentido em que todas as pessoas a podem desenvolver.
8. É importante para a saúde mental. Os indivíduos que vivem de forma criativa podem desfrutar da descoberta, desenvolvimento e utilização dos seus talentos. As capacidades criativas são úteis para lidar com os desafios da vida.
9. Observa-se um crescente interesse pela temática. Este interesse pela compreensão da natureza da criatividade tem crescido de forma impressionante, traduzindo-se no aumento de bibliografia.
10. A relação com outras disciplinas. A criatividade está presente em todas as disciplinas, desde a química à engenharia, da educação às ciências da computação e da sociologia aos negócios.
11. Contribui para uma liderança mais efetiva. Um empresário pode transformar-se num líder de mudança pela interiorização do espírito da criatividade e dos princípios da resolução criativa de problemas.
12. Favorece o processo de aprendizagem. A natureza da aprendizagem requer a utilização de capacidades associadas à criatividade. Os educadores que adotam uma abordagem de ensino criativa são capazes de desenvolver conteúdos e proporcionar um ambiente de aprendizagem que promova o desenvolvimento de outras capacidades de pensamento.

Fonte: adaptado do sítio eletrónico oficial do *International Center for Studies in Creativity* ([www.buffalostate.edu/creativity/](http://www.buffalostate.edu/creativity/))

### 5.1.2. Fatores Envolvidos no Desenvolvimento da Criatividade

Como se desenvolve a criatividade? Será a criatividade um produto da ação individual de um sujeito? Será o resultado da ação de um indivíduo com habilidades cognitivas especiais? Ou é determinada por influências genéticas?

Durante vários anos, os estudos sobre a criatividade situaram o fenômeno criativo no pensamento do indivíduo criador, ou seja, nas suas capacidades inatas. Sabe-se hoje, que a criatividade não resulta apenas da influência genética, mas é também determinada pelo ambiente familiar, escolar, social e contexto histórico em que o indivíduo se desenvolve. Na opinião do psicólogo Mihaly Csikszentmihalyi (1988), não é possível estudar a criatividade isolando os indivíduos e as suas obras do contexto social e histórico onde se encontram.

O desenvolvimento da criatividade envolve pelo menos sete dimensões:

- I. **Capacidades cognitivas do indivíduo** (por exemplo, capacidades de raciocínio, síntese e análise necessárias à resolução de problemas);
- II. **Atributos da personalidade** (por exemplo, vontade para aceitar riscos e questionar as normas vigentes; características emocionais);
- III. **Ambiente e características familiares** passadas e presentes (por exemplo, se há valorização do sentido crítico, incentivo à curiosidade natural, tolerância e liberdade à novidade, expectativas parentais positivas em relação ao desempenho do filho na vida escolar e profissional);
- IV. **Oportunidades educativas** (por exemplo, frequência da escola e ter professores estimulantes);
- V. **Influências sociais e culturais** do contexto em que vive (uma ideia ou produto novo pode ou não ser aceite socialmente, dependendo da cultura; um exemplo foram as obras do pintor Van Gogh (1853-1890), cuja genialidade só foi reconhecida após sua morte).
- VI. **Eventos históricos** que influenciam a vida dos indivíduos (como guerras ou sismos; por exemplo, o escritor japonês Jun'ichirō Tanizaki (1886-1965) foi profundamente influenciado pelo grande sismo de Kantō que ocorreu em 1923).
- VII. **Características específicas das áreas ou domínios de atividade** (por exemplo, se é uma área do conhecimento em franca expansão e aberta à inovação e experimentação é provável que aumente a produção criativa).

### Características do Pensamento Criativo

São quatro as características fundamentais do pensamento criativo:

**Originalidade** – aptidão para produzir ideias e respostas únicas e raras.

**Flexibilidade** – capacidade para produzir diferentes tipos de ideias, soluções alternativas e pouco usuais. A flexibilidade descreve a capacidade de ver as coisas a partir de diferentes perspectivas, reformular velhos conceitos e contrariar preconceitos.

**Fluência** – facilidade para produzir novas ideias, frases e associações; tem sido descrita como a medida da produtividade criativa.

**Elaboração** – capacidade para refinar ideias; quantidade de detalhe das respostas.

### ! Sabias que...

*Todos os seres humanos são, potencialmente, criativos. Ou seja, qualquer indivíduo, independentemente da idade, sexo, estatuto socioeconômico e inteligência, pode ser estimulado a desenvolver o seu pensamento criativo.*

### 📖 Citação

*“Quando qualquer Humano se fecha à realidade do mundo que o envolve, escolhendo ignorar o que se passa à sua volta, fecha-se também à sua possibilidade criativa e à possibilidade do seu desenvolvimento pessoal.”*

*Fonte: Quintas (1998) & Watzlawick (1993) cit. por Lopes & Oliveira (2004).*

**Figura 5.2.** Crenças que bloqueiam a criatividade: exemplos



*Fonte: adaptado de Adams (1986), Lubart & Georgsdottir (2004) e Krippner (1967)*

### 5.1.3. Influência da Cultura no Desenvolvimento da Criatividade

A análise da criatividade em diversas culturas mostra que está imersa no contexto cultural. Até ao momento não existem estudos que permitam afirmar que as pessoas de uma determinada cultura detêm mais potencial criativo que as pessoas de outras culturas. Apenas é possível afirmar que há diferenças culturais na forma como a criatividade é compreendida e manifestada. Algumas características e valores culturais que têm sido estudados na sua relação com a criatividade são:

- **Individualismo** – as culturas mais individualistas como as do Norte da América ou do Ocidente Europeu, tendem a evidenciar as características individuais, os sucessos pessoais, o gosto estético e o humor nos processos criativos.
- **Coletivismo** – as culturas coletivistas, como as da China e Taiwan, incluem nas concepções de criatividade os valores sociais e morais da sua sociedade e atribuem maior valor à ligação entre o novo e o velho.
- **Aceitação ou tolerância do desvio à norma** – culturas onde é permitido um maior afastamento das normas tradicionais pela expressão criativa (pelo menos em certos domínios). Por exemplo, na cultura Axânti (grupo étnico do Gana), qualquer ideia nova no ofício de entalhar madeira é, geralmente, elogiada pelos pares; esta etnia acredita que mesmo uma ideia que possa não vingar é, em última análise, inofensiva.
- **Conformidade ou tradição** – culturas que esperam que a expressão criativa demonstre algumas características da própria cultura. Nas culturais orientais, o ato criativo é muitas vezes descrito como uma reinterpretação das ideias tradicionais, mais do que uma rutura com a tradição.

A cultura pode influenciar a definição e o processo de criatividade, através de um conjunto de características que a promovem ou inibem. Importa sublinhar que se tratam de tendências e não de leis absolutas. Sublinhe-se que a criatividade é apreciada por quase todas as culturas, apesar da influência de traços culturais na sua compreensão. Além disso, numa cultura podem coexistir fatores que promovem e bloqueiam a criatividade (figura 5.2.).

### 5.1.4. Criatividade e Inteligência

A Inteligência tem sido definida como a capacidade geral do indivíduo para se adaptar, moldar e selecionar ambientes. Afinal qual a relação entre inteligência e criatividade?

Para muitos estudiosos, criatividade e inteligência são processos diferentes embora inter-relacionados. A inteligência é requerida numa ampla gama de diferentes domínios do esforço criativo, assim como a criatividade é

necessária em muitos domínios do comportamento inteligente. Para criar é necessário deter um conjunto alargado de conhecimentos e informações, prontos a serem processados cerebralmente e, por isso, inteligência e criatividade estão interligadas.

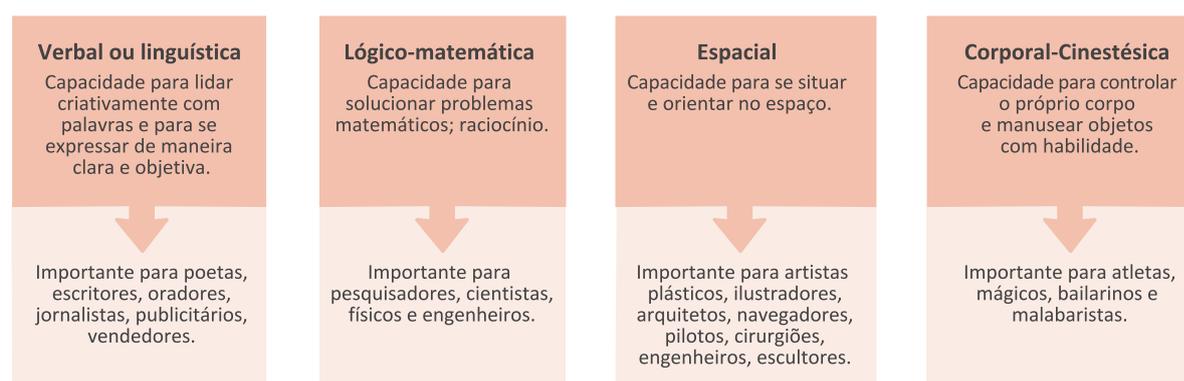
Howard Gardner (psicólogo e professor na Universidade de Harvard) afirma que não existe uma inteligência única, mas múltiplas inteligências. Cada uma destaca habilidades diferenciadas, mais ou menos necessárias consoante a atividade/área de interesse de um indivíduo. Por exemplo, uma boa dose de inteligência lógico-matemática não será indispensável para ser um artista criativo, mas será necessária para ganhar um prémio Nobel da física. Na figura 5.3. são apresentados quatro tipos de inteligência, destacando as profissões em que assumem maior relevância.

### Citação

*“A necessidade de ter a resposta certa a todo o momento é uma das principais barreiras às novas ideias.”*

*Edward de Bono (criador de várias ferramentas para melhorar as habilidades de pensamento)*

**Figura 5.3.** Tipos de inteligência segundo Howard Gardner: Definição e relevância por profissão



Fonte: adaptado de Gardner (1995)

### 5.1.5. Criatividade e Motivação

Para ir além do potencial criativo, um indivíduo precisa de estar motivado e orientado por objetivos extrínsecos e intrínsecos. Theresa Amabile (1983), psicóloga americana, destacou a importância da motivação intrínseca na produção criativa, mostrando que as pessoas ditas criativas usualmente gostam do que fazem e focam-se no esforço necessário para o conseguir, mais do que em eventuais recompensas. Outros autores consideraram, poucos anos mais tarde (Sternberg & Lubart, 1995), que a motivação extrínseca é igualmente impulsionadora da criatividade, por exemplo quando há necessidade de ser útil a trabalhar num determinado domínio.

**Motivação** – impulso interno que leva à ação; condição do organismo que influencia a direção (orientação para um objetivo) do comportamento.

### Sabias que...

*A arte, enquanto expressão do Homem, é uma das formas de conhecer e interpretar o mundo. As diferentes formas de expressão artísticas existentes no mundo (como pintura, escultura, literatura) são fruto da multiplicidade de concepções que o Homem tem do mundo e de como funcionam as coisas.*

### Citação

*A arte como expressão consciente do artista*

*“(…) A criação artística exige uma longa e cuidada preparação. Esta consiste numa ampla e profunda aprendizagem que vai desde a aquisição de conhecimentos teóricos até ao domínio de técnicas específicas. (…) A obra de arte é, pois, o resultado de um longo esforço preparatório em que o artista se empenha conscientemente, munindo-se de elementos fundamentais para dar corpo à sua criação.*

*(…) Assim, por exemplo, esculpir uma estátua, pintar um quadro, escrever um poema ou criar um trecho musical são tarefas que obrigam os seus autores a “manipular” conscientemente os materiais disponíveis de modo a traduzir fiel e expressivamente aquilo que conceberam.”*

*Fonte: Abrunhosa & Leitão (1994)*

**Motivação intrínseca** – gerada por necessidades do indivíduo (por exemplo, eu estudo este tema porque me interessa).

**Motivação extrínseca** – gerada por processos de reforço e punição (por exemplo, eu estudo este tema para conseguir ter uma boa nota).

## 5.1.6. Criatividade e Formas de Expressão Humana

A capacidade de criar, inventar e transformar é uma característica que distingue a espécie humana. A criatividade é um fenómeno complexo que sofre múltiplas influências e possui diversas formas de expressão. Através da arte, ciência ou inovação, a criatividade tem o condão de “pegar” no mundo existente e de reinventá-lo criando novas ligações entre os “objetos” nele contidos.

### Arte e Cultura

A Criatividade é geralmente associada à arte. Através de um poema, escultura ou pintura, o ser humano comunica/exprime o que está no seu mundo interno e o que se passa no mundo lá fora. Todo o indivíduo vive num determinado espaço social e histórico que influencia a sua personalidade (gostos e aptidões) e, conseqüentemente, o seu desempenho artístico. Através da arte, o ser humano consegue desligar-se de convenções e dogmas vigentes na sociedade, criando um universo próprio que transmite através da sua obra. A arte confere-lhe a liberdade que necessita para criar e expressar relações desconhecidas entre os “objetos” conhecidos. Mas as obras do criador nunca são uma simples distração ou passatempo, são sempre fruto do esforço criativo.

A arte serve para o Homem exprimir as dificuldades individuais e sociais que enfrenta no seu quotidiano e o modo como as pretende solucionar. A arte não é só veículo de comunicação e expressão criativa, também constitui um importante testemunho da evolução das sociedades, do património cultural e do substrato da identidade dos povos.

Nas sociedades modernas, são vários os exemplos do uso da arte como arma de combate ou meio para divulgar e educar sobre os valores e princípios da cidadania global, direitos humanos e até respostas não violentas à guerra e ao conflito. Através da literatura, música e/ou pintura têm sido implementados vários projetos de cariz local, nacional ou internacional, com diversas finalidades: unir os povos (ver Projeto ARROW na página seguinte) e celebrar a diversidade cultural; debater as relações entre deveres e direitos dos cidadãos; promover a defesa do ambiente.



### Projeto ARROW (Arte: um Recurso para a Reconciliação no Mundo) um projeto para promover a Paz através das Artes

O programa ARROW (Art: a Resource for Reconciliation Over the World) foi criado no Colégio da Universidade de São Marcos e São João (Plymouth, Inglaterra) como resposta aos acontecimentos do 11 de setembro de 2001 (ataques terroristas nos Estados Unidos da América) e à consequente guerra no Iraque. Apadrinhado pelo Arcebispo Desmond Tutu (Prémio Nobel da Paz em 1984), o Programa ARROW tem como missão a promoção e construção da paz entre os povos através da arte. Usa a linguagem da arte para desafiar os estereótipos, mitos e preconceitos e para construir pontes capazes de promover a empatia e unir os povos. Os seus projetos contam com o apoio de diversas entidades (universidades, académicos, organizações locais) e envolvem jovens de diferentes países (por exemplo, Palestina, Kosovo, África do Sul, Serra Leoa, Inglaterra) na procura da comunhão pela Arte.

Fonte: adaptado do sítio eletrónico oficial do Arrow Art-Peace - A Resource for Reconciliation Over the World ([www.art-peace.co.uk](http://www.art-peace.co.uk))

#### Citação

*“A melhor forma de ter uma boa ideia, é ter muitas ideias.”*

*Linus Pauling (Prémio Nobel de Química em 1954)*

### Ciência e Inovação

Os conceitos de inovação e criatividade são muitas vezes usados como sinónimos, embora apontem para processos distintos. A criatividade é usada para indicar a produção de uma ideia nova, enquanto a inovação consiste na implementação dessa ideia.

**Criatividade** – Pensar ou ter novas ideias

**Inovação** – Colocar as novas ideias em prática

A inovação corresponde a um processo de transformação do conhecimento em novos produtos e/ou serviços. O seu impacto é fácil de compreender quando tentamos imaginar o mundo sem inovação. Sem inovação não existiriam novos produtos ou serviços, logo todas as empresas produziriam sempre os mesmos produtos e através dos mesmos processos. Para o mundo empresarial, inovar é um imperativo estratégico, sinónimo de aumento de vendas e riqueza. Para as sociedades inovar significa evoluir e pode ser sinónimo de melhoria de vida e bem-estar. Esse é um dos motores que guia a inovação: melhorar a qualidade de vida de todos nós.

#### Sabias que...

*Alfred Nobel, criador dos prémio Nobel, foi o engenheiro e inventor sueco que descobriu a dinamite. No seu testamento final, Nobel manifestou o desejo de criar um prémio para pessoas e organizações que promovessem a paz no mundo e fizessem descobertas científicas relevantes para a humanidade nas áreas de medicina, química, física e literatura. Legou toda a sua herança em testamento para essa finalidade.*

*Atualmente, a atribuição dos Prémios Nobel é realizada pela Fundação Nobel, criada em junho de 1900 e sediada em Estocolmo, na Suécia.*

### **! Sabias que...**

*Para estimular as ideias é importante:*

- 1. Perder o medo de errar. O erro é uma oportunidade de aprendizagem*
- 2. Dar as boas vindas à mudança*
- 3. Apaixonar-se pelo que se faz*
- 4. Alargar o horizonte e sonhar com o impossível*
- 5. Imaginar o futuro*

*Devemos quebrar as associações automáticas que o nosso subconsciente faz para encontrar soluções inovadoras.*

As modernas tecnologias provocam mudanças quanto à forma de abordar uma tarefa criativa; e a informática possibilita novas visões de futuro e novas formas de expressão.

O mercado de trabalho procura pessoas criativas que saibam inovar, agir de forma rápida, criativa, competente, indo além da competição. Muitas empresas já reconheceram que a criatividade e a inovação são fatores chave nas suas estruturas de competência e, por isso, desenvolvem políticas internas que ajudam os trabalhadores a melhorarem o seu desempenho criativo. É frequente criarem-se espaços de criatividade, proporcionar acesso (eletrónico, por exemplo) a ferramentas e materiais criativos, recompensar monetariamente ou reduzir as horas de trabalho para os empregados terem tempo para produzir ideias.

## **5.2. Dinâmica da Mudança**

Porque estamos continuamente a mudar? Como nos podemos preparar para a mudança? Estas são algumas das questões que iremos abordar neste subtema. A mudança faz parte da experiência de vida de todos nós, por isso é relevante perceber como muda o ser humano e, também, a sociedade.

Somos constantemente confrontados com a necessidade de mudar, por exemplo de escola ou de atitude e comportamento. Mas as mudanças não são todas iguais. Algumas mudanças são tão pequenas que quase nem reparamos nelas, como por exemplo, comprar uma peça de roupa ou mudar de penteado; não exigem esforços, nem despertam particular ansiedade. Já outras mudanças podem ser mais difíceis. Referimo-nos às chamadas “mudanças de vida” cujo impacto é mais profundo e pode atingir aqueles que nos rodeiam (por exemplo, mudar de cidade ou de emprego).

De facto, o mundo está em permanente transformação. Compreender e acreditar que todos podemos mudar é parte fundamental da construção de um futuro melhor.

### **5.2.1. Conceitos de Mudança e Transição**

No quotidiano é frequente falarmos de mudança. As pessoas crescem, evoluem, estudam, trabalham, formam novas amizades, apaixonam-se, casam e mudam. A mudança consiste na transição de um estado anterior para um estado futuro. Quando afirmo que algo mudou é porque esse algo deixou de ser o que era, para passar a ser algo diferente.

A mudança é um processo comum a todos os seres vivos e pode ocorrer em diferentes níveis e ritmos:

- Mudanças ao nível individual ou social, dependendo se é idealizada apenas por um indivíduo ou se é gerada no seio de um grupo de pessoas com objetivos comuns;
- Mudanças rápidas ou evolutivas/progressivas, dependendo se ocorrem de forma repentina ou se dependem da confluência/criação de determinadas condições.

Ao nível individual a maior ou menor rapidez da mudança varia consoante as características internas do sujeito (por exemplo, personalidade ou motivação) e as condições externas em que vive (por exemplo, existência de suporte, recursos disponíveis ou pressões).

Algumas mudanças coincidem em todas as pessoas (por exemplo, a entrada na escola), enquanto outras diferem de pessoa para pessoa (por exemplo, sair de casa dos pais ou arranjar um emprego).

A mudança individual talvez seja uma das tarefas mais difíceis de realizar pelo ser humano. Podemos não estar satisfeitos com alguns dos nossos hábitos ou comportamentos (figura 5.4), mas nem sempre conseguimos modificá-los. Às vezes, desejamos uma mudança, mas não agimos nesse sentido: por exemplo, achamos que devemos praticar mais exercício físico, mas continuamos a passar horas sentados frente à televisão. Quando assim é, a mudança não se concretiza pois não passa de uma simples intenção. Outras vezes sentimo-nos apenas apreensivos perante a mudança. Parece confuso e, de facto, a mudança não é um processo simples ou linear. Por isso, é importante compreendermos por que etapas passamos até se concretizar uma mudança.

**Figura 5.4.** Exemplos de comportamentos que as pessoas gostariam de mudar



### **! Sabias que...**

*Na unidade temática 2, a adolescência aparece como uma etapa sinónimo de mudança no desenvolvimento individual. Este período do desenvolvimento implica mudanças na vida dos jovens e dos seus pais, necessárias para o adolescente se transformar num jovem adulto autónomo. Por isso quando não acontecem, quase sempre, é sinal de que algo não estará bem.*

### ! Sabias que...

*O foco do Modelo Transteórico da Mudança consiste em ajudar os indivíduos a mudar intencionalmente o seu comportamento e foi aplicado, pela primeira vez, para ajudar os indivíduos a deixar de fumar. Só mais tarde foi alargado a uma variedade de outros comportamentos relacionados com a promoção e educação para a saúde, incluindo o abuso de álcool, drogas, excessos alimentares e exposição solar.*

Vários investigadores têm-se dedicado ao estudo dos processos de mudança, para compreender como os indivíduos modificam determinados comportamentos, em particular aqueles considerados prejudiciais (como, o abuso de álcool ou tabaco).

James Prochaska e Carlo DiClemente (1992) estudaram os processos de mudança comportamental e criaram o Modelo Transteórico de Mudança, que nos ajuda a compreender como os seres humanos mudam os seus comportamentos. Este modelo deve o seu nome ao facto de incorporar múltiplas teorias explicativas da mudança, e tem-se revelado útil na descrição de aspetos centrais da mudança.

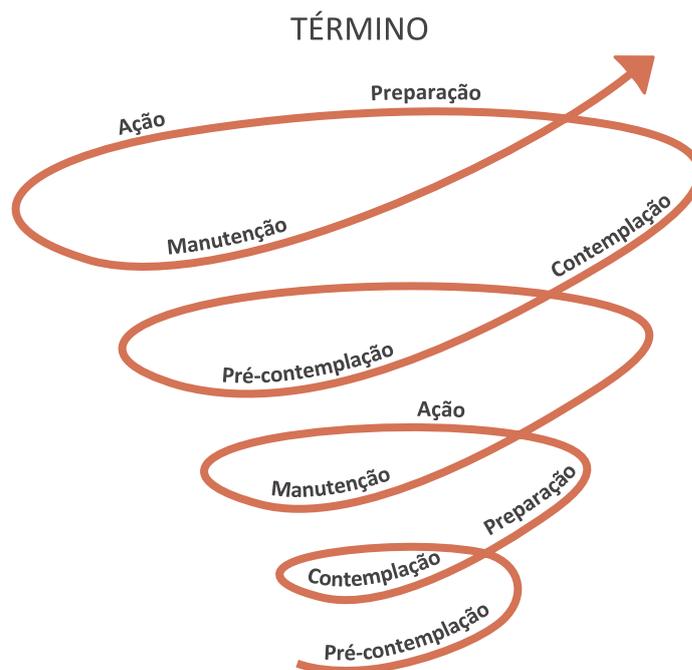
### 5.2.2. Modelo Transteórico de Mudança Comportamental

O Modelo Transteórico de Mudança foi considerado uma “revolução” na ciência do comportamento, pois demonstrou que a mudança de comportamento é um processo, e não um acontecimento. O processo de mudança é melhor compreendido como um movimento em espiral e cíclico (ver figura 5.5.), que decorre com o propósito de alcançar mudanças bem-sucedidas e que se mantenham a longo prazo.

#### Estádios de Mudança

A mudança processa-se ao longo de 5 estádios (figura 5.5.). Consoante o estádio em que cada pessoa se encontra, assim variam as estratégias e atividades para promover a mudança (ver quadro 5.1.).

Figura 5.5. Estádios de Mudança



Fonte: adaptado de Prochaska, DiClemente & Norcross (1992)

---

**Pré-contemplação** (ou Indiferença) – A pessoa ainda não sente a necessidade de mudar, pois nem sequer encara o seu comportamento como um problema. Assim, não tem motivação para alterar o seu comportamento e pode ser descrito como “resistente” à mudança. A pessoa pode permanecer por tempo indeterminado nesta fase: por desconhecer as consequências negativas do comportamento, ou pela falta de confiança na sua capacidade para mudar. São frequentes verbalizações do tipo: “Não sou eu que tenho problemas. Comigo está tudo bem! Eu até nem fumo assim tanto tabaco como dizem!”.

**Contemplação** (ou Reflexão) – Começa a surgir alguma consciência sobre o problema. A pessoa considera a mudança, mas ao mesmo tempo rejeita-a, e por isso oscila entre querer mudar e ignorar o problema. Nesta fase a pessoa pondera as vantagens e desvantagens do seu comportamento. Por vezes, este balanço pode estender-se no tempo (inclusive durar anos), impossibilitando a decisão de mudar. Neste estágio a pessoa pode dizer coisas do tipo: “É uma luta, mas acho que consigo mudar.”

**Preparação** (ou Determinação) – Tem início quando a pessoa começa a vislumbrar a existência de mais benefícios em mudar, do que desvantagens. Aqui a pessoa mostra-se comprometida com a mudança concreta do comportamento e, portanto, começa a estabelecer objetivos e a organizar um plano para os atingir. É comum fazer-se afirmações do tipo: “Eu preciso mudar isto!”.

**Ação** – Ocorre quando a pessoa implementa um plano de ação para concretizar a mudança comportamental. É uma fase ativa de transformação e, por isso, a utilização dos recursos disponíveis desempenha um papel decisivo. Neste estágio, a pessoa faz afirmações positivas do tipo: “Eu faço”.

**Manutenção** – Caracteriza-se pela consolidação dos objetivos atingidos e pela prevenção da recorrência dos comportamentos anteriores. Uma vez alcançada alguma mudança, não significa que o indivíduo se manterá sempre neste estágio (ver “Recaída”). Algumas frases comuns incluem: “Sinto-me bem e confiante, mas ainda há muito trabalho a fazer. Todo o cuidado é pouco!”

**Recaída** – Significa retomar o hábito ou o comportamento anterior, ou seja, o retorno a qualquer dos estágios anteriores. Os retrocessos fazem parte do processo, são frequentes e naturais, ou seja, podem ocorrer em qualquer parte do processo de mudança. A recaída faz parte do processo de mudança e, muitas vezes, ajuda a pessoa a aprender com a experiência e recomeçar de forma mais consciente. Por exemplo, a pessoa pode aperceber-se que determinados objetivos de mudança eram irrealistas, e procurar outros que lhe sejam mais favoráveis.

A mudança é um processo que evolui por etapas, com avanços e recuos, no qual o retrocesso é parte integrante. Quando uma pessoa cai, impõe-se recomeçar o processo de mudança novamente. Isso não significa recuar forçosamente ao estágio inicial (pré-contemplação). A pessoa poderá apenas retroceder a um dos estágios intermédios.

### ! Sabias que...

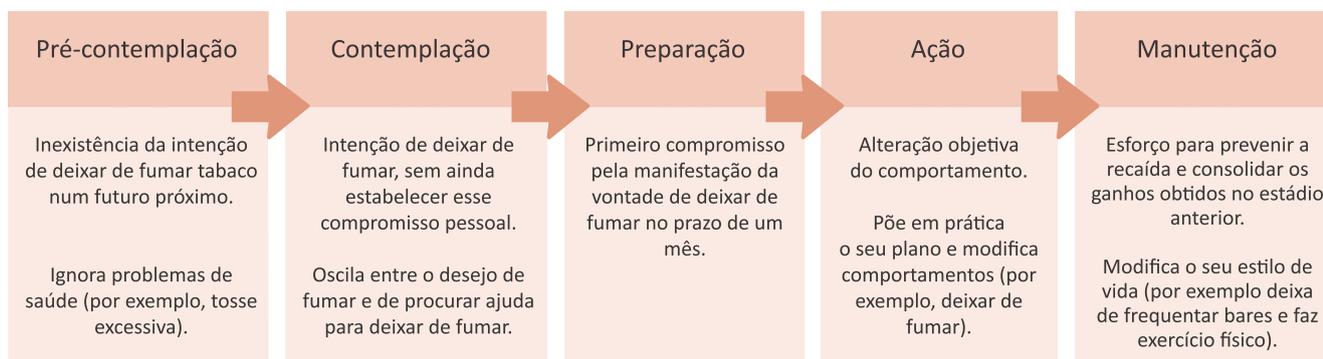
Os estádios da mudança foram “descobertos” no início da década de 1980 e, desde aí, já foram alvo de centenas de publicações em artigos, livros e mais de 175 estudos empíricos.

Fonte: adaptado de Prochaska & Velicer (1997)

Algumas pessoas passarão por várias “revoluções” de avanços e retrocessos no processo de mudança até atingirem o comportamento desejado. Por isso, o processo de mudança é equiparado a uma espiral ascendente na qual os indivíduos podem progredir ou regredir sem ordenação lógica (ver figura 5.5.).

Em seguida, apresentamos um exemplo de um processo de mudança aplicado à cessação do consumo de tabaco, discriminando os estádios (figura 5.6.).

**Figura 5.6.** Estádios de Mudança aplicados à cessação do consumo de tabaco



### ! Sabias que...

Vários autores sugerem que se abandone o termo “resistência à mudança” e se substitua por “perda”. Os indivíduos não resistem à mudança, mas às consequências negativas, isto é, à perda que percebem vir a ter com a mudança. Neste sentido, a resistência enfatiza os aspetos da mudança que podem ser inapropriados ou até desaconselhados.

Fonte: adaptado de Dent & Goldberg (1999)

### 5.2.3. Mudança e Resistência

Os estádios do processo de mudança estão associados aos conceitos de prontidão (motivação ou vontade de mudar) e resistência.

A resistência não é um fenómeno oposto à mudança. Constitui uma reação, frequente e esperada, às perturbações e dificuldades que a mudança introduz nos indivíduos e/ou no seu ambiente. As pessoas mostram-se apreensivas perante as incertezas ou os resultados potenciais que a mudança pode causar.

A “resistência à mudança” pode manifestar-se durante todo o processo, no entanto é mais comum nos estádios iniciais. Assim, é possível dividir o processo de mudança em duas fases: um período de maior ambivalência (no estágio de pré-contemplação ou contemplação quando a pessoa ainda pondera vantagens e desvantagens associadas à mudança de comportamento); e outro de maior prontidão para mudar (a partir do estágio da preparação quando a pessoa se compromete a mudar).

#### Estratégias para promover a mudança e ultrapassar a resistência

Conhecendo o processo de mudança e o que caracteriza cada uma das suas etapas, é possível, com maior facilidade, identificar e/ou preparar os momentos de transição com vista à superação dos obstáculos.



A mais-valia de conhecer o estágio de mudança em que uma pessoa se encontra é estar melhor preparado para tomar decisões ou ajudar a alguém a fazê-lo. Por exemplo, se uma pessoa está no estágio da Pré-Contemplanção, sabemos que há elevada probabilidade de “resistir” à mudança, e por isso será irrelevante dizer-lhe que deve mudar um comportamento que ainda não é reconhecido como problema.

No quadro 5.1. encontram-se algumas pistas sobre o que fazer em cada um dos estádios se queremos promover a mudança.

**Quadro 5.1.** Estratégias para promover a mudança segundo o estágio de mudança

Estádios de Mudança de Prochaska e DiClemente	Estratégias para promover a mudança
Pré-contemplanção	Estimular a tomada de consciência do problema (por exemplo, refletindo sobre o impacto do problema na vida do indivíduo).
Contemplanção	Ajudar o indivíduo a refletir sobre os prós e contras associados ao comportamento problemático. Explorar sem impor uma decisão. A confrontação direta e a persuasão, em geral, aumentam a resistência e reduzem a probabilidade de mudança, por isso devem ser evitadas.
Preparação	Ajudar o indivíduo a elaborar um plano específico de ação, ou seja, a determinar pequenos passos para a mudança.
Ação	Aconselhar suporte social e dar a conhecer os apoios existentes na comunidade que suportem a mudança desejada (por exemplo, serviços de saúde).
Manutenção	Aqui deve-se reforçar positivamente as mudanças já alcançadas. Reconhecer as repercussões positivas obtidas pela modificação do comportamento e as soluções encontradas.
Recaída	Após a ocorrência da manutenção importa prevenir a ocorrência de retrocessos e identificar possíveis situações de risco para evitar recair (quais os cuidados a ter). Ajudar os indivíduos a centrarem-se nos seus objetivos de mudança.

Fonte: adaptado de Jungerman & Laranjeira (1999)

#### 5.2.4. Mudança Social

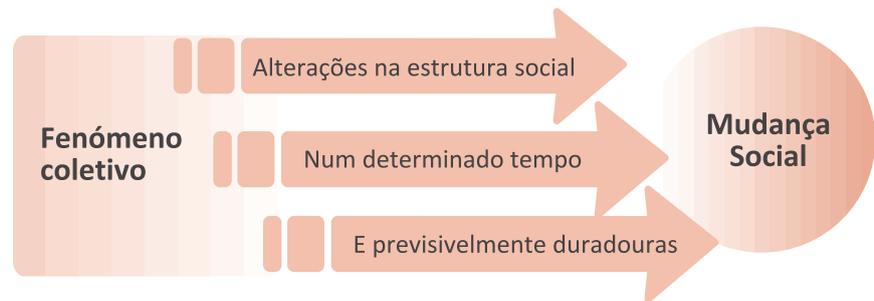
Tal como os seres humanos, as sociedades estão em permanente mudança. Iremos agora alargar a visão acerca dos processos de mudança e procurar perceber como mudam as sociedades ou sistemas sociais.

##### Conceito de Mudança Social

A “mudança social” tem sido descrita como um fenómeno coletivo que acarreta alterações estruturais da sociedade num determinado tempo.

Para que a mudança social (num grupo ou sociedade) ocorra é necessário:

- Alterações na estrutura, organização social, instituições sociais ou estrutura e relacionamentos sociais;
- Identificar temporalmente as alterações (ter um ponto de referência, de onde partimos e onde chegámos; por exemplo, antigamente usávamos o telefone fixo e agora usamos o móvel);
- Prever as alterações como duradouras (e não efémeras).



### ! Sabias que...

*A Tecnologia da Informação está a mudar o mundo!*

*Hoje vivemos em permanente contacto com o desafio, a informação corre por entre os nossos dedos, através dos jornais, livros e revistas, pela televisão e outros meios audiovisuais, passando pela Internet (a rede mundial de computadores).*



*Povo egípcio celebra a resignação do presidente Hosni Mubarak a 11 de fevereiro de 2011 em Hurghada.*

A mudança social surge como a diferença observável entre dois estados da realidade social (antes e após as transformações). Por isso, a duração do fenómeno é importante, evitando a confusão entre movimentos e transições com mudanças sociais. Por exemplo, um ato eleitoral pode constituir uma transição de partido político, mas não é uma mudança social, embora possa despoletá-la.

Atualmente, a amplitude, a frequência e o ritmo da mudança social são mais abrangentes e intensos do que em épocas anteriores. Por exemplo, os rápidos avanços na área da tecnologia e da saúde revolucionaram a nossa expectativa de vida, com consequências na forma como nos relacionamos uns com os outros.

O rápido crescimento da Internet (ainda que não acessível a todas as populações) tem impulsionado novos hábitos (criação de redes sociais digitais) chegando a ser apontada, muito recentemente, em 2011, como motor de revoluções políticas. Por exemplo, no caso da revolução contra os regimes ditatoriais no mundo árabe.

### Notícia

#### Para Comemorar a Revolução

#### “Pai Egípcio baptiza a filha com o nome Facebook”

A menina chama-se Facebook. O nome da rede social foi dado por um pai egípcio à sua primeira filha como forma de comemorar a revolução que levou à queda do regime de Mubarak. A notícia foi avançada pelo jornal mais popular do Egito, o “Al-Ahram”, e citada pelo site TechCrunch (...). Chamar Facebook à filha foi a forma desse pai egípcio comemorar a revolução, que começou por ser convocada

através das redes sociais e que levou o regime a cortar a Internet no país por vários dias.

O site TechCrunch assinala como extraordinário que, nos Estados Unidos da América e outros países, os pais mostrem grandes preocupações por os seus filhos utilizarem as redes sociais, enquanto no Egípto os baptizam os seus filhos com nomes das mesmas redes.”

Fonte: Jornal Público (2011)

## Tipos de Mudança Social

Em geral, é possível identificar três tipos de fenómenos capazes de despoletar mudança social:

### I. Fatores geográficos

Refere-se às mudanças sociais que ocorrem a partir de fenómenos naturais (por exemplo, secas prolongadas ou terremotos) e geográficos (por exemplo, a migração dos povos). Embora pouco frequentes, há vários exemplos na história da humanidade que mostram como fenómenos naturais geraram alterações na organização e cultura dos povos (por exemplo, o nomadismo).

### II. Mudanças decretadas ou impostas

Mudanças despoletadas de forma deliberada por um grupo social. Estas mudanças são impostas à coletividade, restando-lhe a aceitação (ainda que possam ocorrer movimentos de resistência). Exemplo disso são as mudanças geradas pelos regimes ditatoriais, pois mesmo não sendo aceites por toda a população alteram, no decurso do tempo, a dinâmica social.

### III. Mudanças sociais evolutivas

Estas mudanças resultam do funcionamento das estruturas sociais e da sua adaptação progressiva às diversas transformações que ocorrem com o passar do tempo. Por norma, estas mudanças são mais lentas e visíveis apenas a longo prazo, pois decorrem da evolução da sociedade. Como exemplo, podemos apontar a evolução na atitude dos homens face ao estatuto das mulheres ao longo dos séculos ou até a forma de nos vestirmos e de nos comportarmos socialmente.



*Atividade comercial em frente a um edifício em escombros, em Port-au-Prince no Haiti, depois do grande terremoto que assolou este país em 12 de janeiro de 2010.*

## Agentes de Mudança Social

São vários os dinamismos e forças que geram mudança numa sociedade, designadamente: movimentos sociais, grupos de pressão e carisma.

**Movimentos sociais** – Têm, geralmente, origem no descontentamento dos cidadãos relativamente à ordem social. Constituem elementos relevantes a considerar nas sociedades atuais pela massa humana que mobilizam e pela força reivindicativa de que dispõem, desempenhando um papel decisivo no processo de mudança social. São exemplos de movimentos sociais: os movimentos revolucionários, que procuram mudanças profundas e radicais na sociedade (por exemplo, o movimento zapatista no México); e os movimentos feministas, artísticos e ecologistas.

**Grupos de Pressão** (também conhecidos por *lobbies*) – Atuam sobre os agentes de poder (por exemplo, as autoridades governamentais) e procuram impor interesses específicos. A sua eficácia depende de vários fatores: número de membros, organização e poder financeiro. Geralmente, os grupos de pressão recorrem a diversos meios para se “fazerem ouvir”, como: boicotes, ameaças, manifestações, greves.

**Carisma** – Para que o carisma dê origem a mudanças sociais é necessário que se conjuguem as qualidades individuais de um líder com as necessidades coletivas de uma sociedade, num momento certo. O carisma é sobretudo individual, mas reflete-se na organização de um grupo. Martin Luther King (1929-1968, ativista político), Mohandas Gandhi (1869-1948), líder político indiano também conhecido como Mahatma Gandhi) e Nelson Mandela (ex-presidente da África do Sul) são três exemplos de personalidades mundiais carismáticas capazes de inspirar entusiasmo e adesão de massas humanas.

### ! Sabias que...

*A origem etimológica da palavra “carisma” encontra-se em torno do campo de significados de uma qualidade ou “dom recebido do alto”.*

*Do grego kharísma que significa «favor»*

*Do latim charisma, que traduz «graça; dom de Deus»*

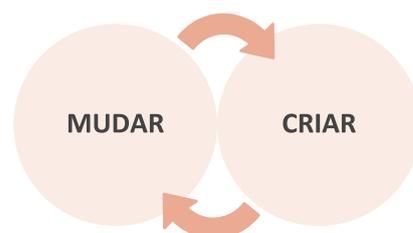
## 5.3. Criatividade e Resolução de Problemas

A criatividade é um conceito abrangente que representa uma aptidão geral para descobrir soluções e utilizar novas formas de abordar os problemas. No mundo atual, o rápido progresso científico, tecnológico, industrial e de inúmeras outras áreas, têm colocado problemas ambientais, sociais e de saúde que requerem criatividade na procura de soluções. O pensamento criativo impõe-se pela sua capacidade de transformação, abrindo-nos a um universo de possibilidades. A sociedade necessita de respostas criativas para os seus problemas e desafios. Promover o desenvolvimento da criatividade é uma forma de impulsionar a mudança.

### 5.3.1. Mudança e Criatividade

A criatividade estimula a capacidade para ver os problemas, situações e desafios de novas e diferentes formas, por isso contribui para criar e imaginar futuros que respondam a esses problemas, situações ou desafios. O ser humano, enquanto agente criador, realiza projetos, faz a história e inventa o futuro. Criatividade e mudança caminham lado a lado. Mudar implica capacidade para criar cenários alternativos.

A criatividade é importante porque nos ajuda a adaptar às constantes mutações. Por isso, é transversal a todas as áreas do conhecimento: apreciada nas artes e necessária às inovações nas áreas científicas e tecnológicas; desejada na política, ética, cultura, ambiente para potenciar o bem-estar e qualidade de vida das populações. Neste sentido, a capacidade das sociedades identificarem e promoverem o potencial criativo dos seus cidadãos é primordial.



### 5.3.2. Resolução de Problemas

Por vezes, considera-se que a criatividade está mais presente no mundo das artes e da ciência do que noutros campos. Todavia, a criatividade está em quase tudo o que fazemos na vida, seja no mundo empresarial, seja na vida privada, através da resolução de problemas. A nossa sobrevivência enquanto espécie deve-se, em parte, a sermos eficientes na forma como usamos e deitamos fora as nossas ideias. Se não funcionam ou parecem ser absurdas, põmo-las de lado. Se correspondem aos nossos anseios, então procuramos pô-las em ação.

 **Proposta de Atividade**

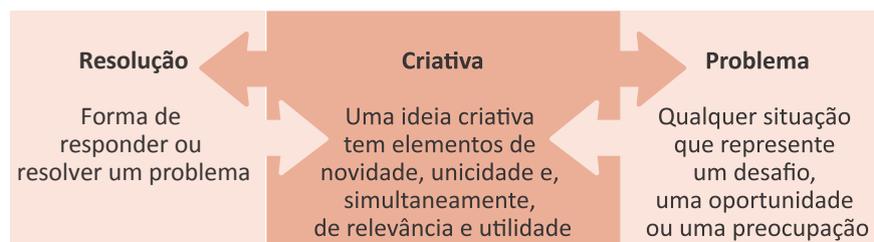
*O que significa para ti criatividade e resolução de problemas?*

*Faz uma lista de palavras-chave e compara com a lista dos teus colegas.*

### 5.3.3. Resolução Criativa de Problemas

A “resolução criativa de problemas” pode ser definida como um processo ou método que permite resolver um problema de forma imaginativa/criativa e que resulta numa ação eficaz (figura 5.7.).

**Figura 5.7.** Resolução criativa de problemas



Todos nós enfrentamos diversos problemas ao longo da nossa vida: como fazer o trabalho em tão poucos dias? Como posso chegar mais depressa a casa? Como posso marcar mais golos numa partida de futebol? Como posso

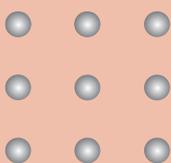


### Proposta de Atividade

#### Desafio dos nove pontos

Resolve o seguinte desafio no teu caderno.

Une os nove pontos usando apenas quatro linhas retas sem levantar a caneta ou lápis do papel.



(Solução na página 158)



### Sabias que...

O cientista **Hermann Helmholtz** (1821-1894) afirmava que, após uma prévia investigação de um determinado problema (em todas as direções), as ideias lhe surgiam inesperadamente e sem esforço, como por inspiração, enquanto passeava pelo bosque.



### Sabias que...

O matemático **Henri Poincaré** (1854-1912) afirmava que as soluções para os problemas que tentava resolver lhe surgiam quando não estava ativamente envolvido na sua resolução, mas quando viajava de autocarro, andava a pé na rua ou na praia.

## As Fases do Processo Criativo

Figura 5.8. Fases do Processo Criativo



### 1ª Fase: Preparação ou “abertura do caminho”

É a etapa inicial do processo criativo e envolve o “sentir” do problema ou do desafio. É nesta fase que temos uma ideia (embora ainda vaga) sobre o que queremos alcançar e é aqui que se fazem os esboços dos nossos projetos pessoais ou profissionais. Como estamos continuamente a receber novas informações do mundo exterior e a ter novas ideias, esta fase “está sempre em aberto”, pois vamos acumulando experiência e conhecimento que nos poderá servir para solucionar problemas no futuro.

### 2ª Fase: Frustração ou “armadilha no processo criativo”

As coisas nem sempre ocorrem de acordo com o previsto ou planeado, o que constitui uma “armadilha” no processo criativo. Quando isto acontece, sentimos frustração e angústia. A frustração é uma componente importante e necessária do processo criativo, pois obriga a encontrar um caminho alternativo (“então, a partir daqui que outro caminho posso tomar?”), a expandir as nossas capacidades e a nossa persistência (“não posso desistir!”). Por isso, a frustração não deve ser encarada como um sinal de fracasso, mas como uma etapa do processo criativo.

### 3ª Fase: Incubação

Durante a incubação de ideias ficamos como que “desligados” do problema durante um tempo, mas continuamos a laborar nele de forma

inconsciente. É como deixar o problema em modo *stand-by*, para que uma solução eficaz possa emergir enquanto estamos mais “relaxados”. As seguintes frases são comuns nesta fase: “vou dormir sobre o assunto” ou “vou deixar este relatório na gaveta por uns dias”.

#### 4ª Fase: Iluminação

Também conhecida como o momento “Aha!” ou “Eureka!” (ver caixa ao lado). Considera-se o culminar da fase de incubação. Corresponde ao sentimento de se ter encontrado a forma ou o caminho para se alcançar o objetivo desejado ou a solução do problema. A iluminação é inspiração, revelação, compreensão. É como que o despertar súbito da solução.

#### 5ª fase: Verificação

A última fase do processo criativo consiste em converter a ideia mental numa ideia prática. Durante a verificação, avaliamos as ideias surgidas anteriormente, verificando se são adequadas à proposta original do empreendimento criativo.

*“O indivíduo criativo é aquele que apresenta uma solução para um problema, simultaneamente, nova e adequada. No topo da pirâmide encontramos gigantes como Arquimedes, Descartes e Newton, cujas criações definem capítulos inteiros da história intelectual. Num outro nível, estão autores anónimos que desenvolvem novos “slogans” publicitários para desodorizantes. Mas, grandes ou pequenas, estas realizações da vida real são muito semelhantes às do indivíduo que resolve problemas num laboratório de psicologia. Representam uma reorganização conceptual do que já existe. Segundo os próprios criadores, as instituições decisivas ocorrem caracteristicamente em locais e alturas inesperadas. Quase sempre há um período de intensa preparação, durante o qual o sujeito está totalmente imerso no problema e considera-o de todos os ângulos possíveis. O esclarecimento, porém, tende a surgir nesta altura. Pelo contrário, após o insucesso do vigoroso ataque inicial, segue-se em geral um período de repouso em que o problema é temporariamente posto de parte. O descanso ou outras actividades têm a sua acção, e de súbito chega a solução, não à secretária do escritor ou ao plano do compositor, mas num local completamente diferente – ao passear no bosque (Helmholtz), ao viajar de carruagem (Beethoven, Darwin) ao dirigir-se para o autocarro (o grande matemático Poincaré) ou ainda, no caso mais célebre de todos, sentado na banheira (Arquimedes).”*

Fonte: Gleitman (1986)

#### Sabias que...

A expressão “Eureka!” é atribuída ao físico grego Arquimedes (287 a.C. - 212 a.C.). Consta que Arquimedes terá pronunciado esta palavra quando descobriu que o volume de qualquer corpo pode ser calculado medindo o volume de água movido quando o corpo é submergido (método conhecido como o Princípio de Arquimedes). No momento da descoberta Arquimedes encontrava-se na banheira, pelo que terá saído nu para a rua gritando repetidamente Eureka!

Eureka é a primeira pessoa do singular do perfeito do indicativo do verbo grego “heuriskein, que significa “encontrar”. “Eureka” significa “encontrei”. A expressão usa-se para celebrar uma descoberta, um achado ou o fim de uma busca.

Fonte: adaptado de Maximo & Alvarenga (2007)

#### Proposta de Atividade

Identifica as fases do processo criativo no seguinte texto.

### 5.3.4. Pensamento Divergente e Pensamento Convergente

Todo ser humano possui capacidades mentais chamadas **divergentes** e **convergentes**.

Para desenvolver a criatividade pessoal, além dos recursos naturais internos, é necessário explorar estas duas categorias de pensamento: o divergente e o convergente. Estes dois tipos de pensamento estão envolvidos em cada uma das fases do processo criativo.

**Pensamento divergente:** capacidade para criar respostas diferentes ou alternativas face a um mesmo problema. É uma fase de liberdade, em que é possível gerar muitas ideias e o julgamento é suspenso.

**Pensamento convergente:** capacidade para avaliar e fazer escolhas entre as várias possibilidades imaginadas na fase divergente. Procede-se à seleção dos dados e ideias mais relevantes e adequadas.

Resumindo, o pensamento divergente caracteriza-se por ser exploratório e inovador, enquanto o pensamento convergente permite julgar, avaliar e tomar decisões (não é solicitado a inventar ou explorar).

### 5.3.5. O Método dos 6 Passos

Depois de abordado o desenvolvimento do pensamento criativo e o nascimento de uma nova ideia, esse conhecimento pode ser aplicado para resolver problemas e encontrar soluções práticas e criativas de forma estruturada e eficaz.

O método dos 6 passos ajuda a resolver os problemas e foi dado a conhecer, nos Estados Unidos da América, na década de 1950, através de Sidney Parnes (professor e cofundador do Centro Internacional para os Estudos da Criatividade em Buffalo, Nova Iorque) e Alex Osborn (consultor publicitário).

#### Os 6 passos na resolução de problemas:

##### 1º Passo: Identificar o problema

A definição do problema é reconhecida como um dos passos mais importantes para uma boa solução. Primeiro devemos identificar a situação que necessita de uma resposta. Uma má definição da situação-problema pode levar à procura de soluções para problemas errados, ocasionando perda de tempo. Como diria Séneca (célebre filósofo do Império Romano): “não há vento favorável para aquele que não sabe aonde vai”.

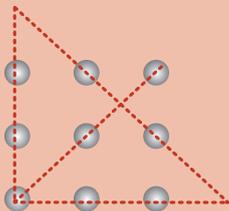


#### Proposta de Atividade

##### Desafio dos nove pontos

*Solução: O fator que parece impedir muitas pessoas de resolver o problema é a percepção dos pontos pelo nosso cérebro: como se formassem uma caixa. Assumimos que não temos permissão para sair fora do contorno da caixa, mas para encontrarmos a solução é essencial que o façamos.*

*Tal como na resolução deste desafio, para se ser criativo é necessário ir além de certos constrangimentos.*



## 2º Passo: Caracterizar o problema

Depois é indispensável especificar problema. Pode mesmo acontecer que o problema inicial afinal contenha mais problemas. Quando tal acontece, devemos caracterizar cada um dos problemas separadamente, apontando as especificidades, e depois avançar com os passos seguintes isoladamente para cada um dos problemas.

## 3º Passo: Identificar todas as formas possíveis de lidar com o problema

Nesta fase, procura-se identificar o máximo de soluções, mesmo aquelas que parecem não ter grande sentido ou possam parecer impraticáveis. Este é o momento de colocar todas as hipóteses, cuja análise se realiza posteriormente. O que interessa é delinear o máximo de caminhos possíveis, pois assim aumentam-se as possibilidades de encontrar a solução ideal. É útil aplicar técnicas criativas para gerar ideias e potenciais soluções (por exemplo, a Tempestade de Ideias, página 160).

## 4º Passo: Avaliar cada uma das soluções (balanço entre Prós e Contras)

Depois de registadas as várias hipóteses, é altura de proceder à análise de cada uma das propostas, identificando “prós” e “contras” em termos de: viabilidade (“a solução é viável?”), eficácia (“a solução resolve eficazmente o problema?”) e possibilidade (“a solução é passível de ser implementada?”).

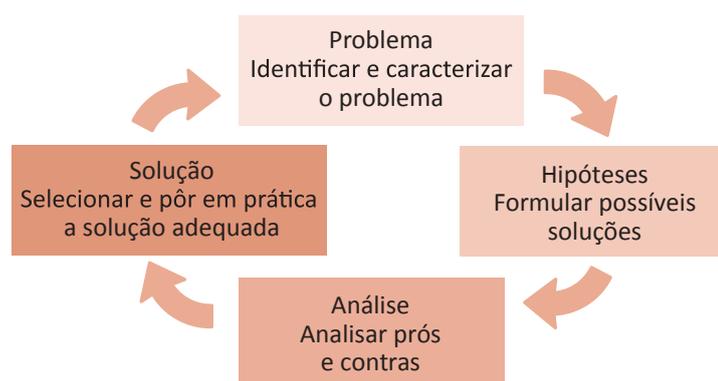
## 5º Passo: Selecionar a solução mais apropriada

Após a análise de todas as soluções, é tempo de escolher a mais adequada ao momento atual. É o momento de decisão.

## 6º Passo: Definir um plano de ação

Depois de escolhida a solução mais adequada, resta implementá-la. A melhor forma de colocar a solução em prática é através da definição de um plano de ação que deverá conter todos os passos a realizar para concretizar a solução encontrada.

**Figura 5.9.** A Resolução de Problemas



No processo de resolução de problemas, o sujeito identifica o problema, cria várias soluções, analisa-as e decide escolher a mais eficaz.

### 5.3.6. Técnicas de Resolução Criativa de Problemas

Existem vários instrumentos que nos podem ajudar a gerar e desenvolver novas ideias e soluções. Em seguida, apresentamos dois desses instrumentos: a Tempestade de Ideias e o Mapa Mental.

#### Tempestade de Ideias (Brainstorming)

Consiste numa técnica desenvolvida para explorar o potencial criativo de um indivíduo ou de um grupo, colocando-o ao serviço de determinados objetivos. Foi criada por Alex F. Osborn em 1953 e tem sido muito utilizada nas áreas de relações humanas, publicidade e propaganda. A técnica de *brainstorming* propõe que um grupo de pessoas (2 a 10 pessoas) se reúnam e aproveitem a diversidade dos seus pensamentos e ideias para poderem chegar a um resultado eficaz.

Para que o *brainstorming* funcione é necessário cumprir 4 regras:

1. Não fazer julgamentos: as críticas e avaliações bloqueiam o fluxo das ideias.
2. Funcionar em roda livre: cada um partilha a sua ideia, para permitir a associação de ideias;
3. Quantidade: quanto maior for o número de ideias melhor;
4. Criar um ambiente propício: um clima descontraído, em que as pessoas possam dizer tudo o que lhes ocorre sem preocupação de estarem a ser julgadas ou criticadas.

Recomendam-se as seguintes atividades principais para implementar uma sessão de brainstorming:

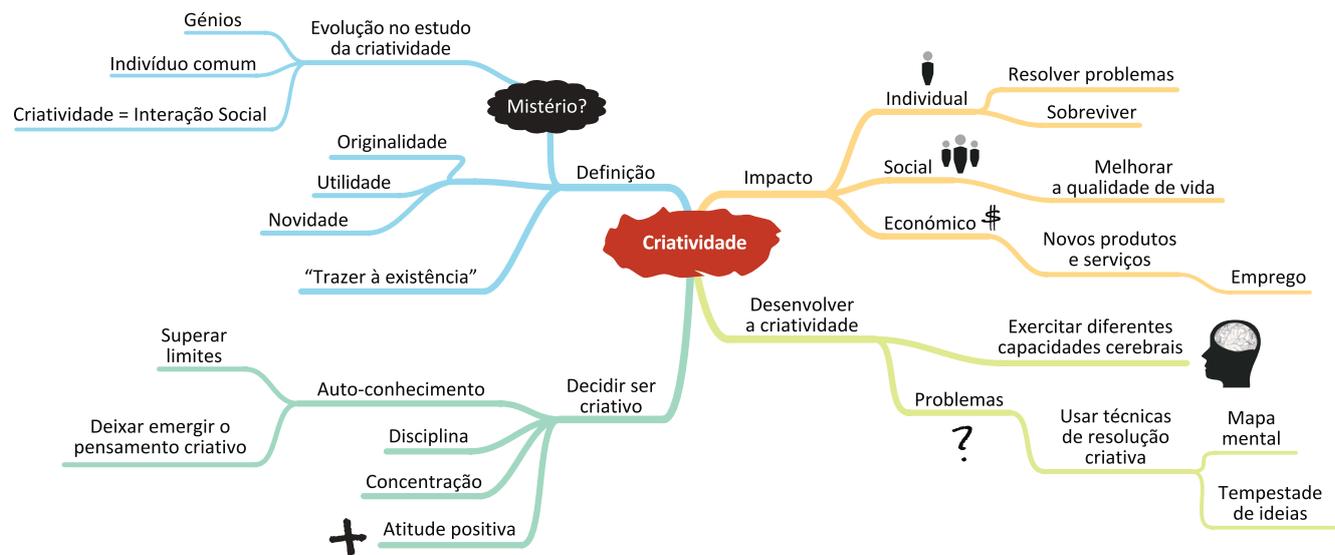
- Desenvolver um enunciado para o problema;
- Reunir um grupo de 6 a 12 pessoas;
- Apresentar o problema ao grupo (pode escrevê-lo num quadro visível para todos);
- Falar sobre as 4 regras principais do brainstorming (expostas acima);
- Requisitar novas ideias ao grupo;
- Registrar as respostas dos participantes (por exemplo, tenha um gravador à mão ou peça a alguém que tome nota);
- Fornecer ao grupo a lista de ideias e pedir para selecionar as melhores.

A principal vantagem da Tempestade de Ideias consiste na facilidade de aplicação, sobretudo quando se necessita de respostas rápidas para questões simples. A sua principal desvantagem relaciona-se com produzir grande quantidade de ideias, sem que isso seja sinónimo de qualidade, ou seja, de adequação da resposta ao problema colocado.

#### O Mapa Mental

A técnica do mapa mental foi divulgada pelo inglês Tony Buzan (autor e consultor na área educativa) com o objetivo de melhorar a criatividade e a eficiência do cérebro. Consiste num diagrama ou representação gráfica de ideias e serve para “tornar os pensamentos visíveis”, permitindo explorá-los mais intensamente (Figura 5.10.).

**Figura 5.10. Mapa Mental**



Regras para a construção do mapa mental:

- O assunto principal do mapa mental deve ser colocado no centro, a partir do qual são desenhadas as ramificações e sub-ramificações ao tema ligadas por linhas;
- Pode fazer-se um contorno em cada tema que ligue os ramos para evitar que se misturem com temas adjacentes;
- A letra deve ser visível e clara de modo a dar ênfase e facilitar a leitura;
- Deve ser escolhida uma palavra-chave de cada vez, aumentando o número de possíveis e novas ligações, tornando o pensamento claro e promovendo a criatividade e memorização;
- Podem usar-se cores e imagens para promover a memorização e destacar certas zonas do diagrama;
- Deve procurar desenvolver-se um estilo pessoal.

O mapa mental pode ser usado para sintetizar as ideias que vão surgindo no decorrer, por exemplo, de uma aula ou palestra. Enquanto método de planeamento e registo gráfico, o mapa mental pode ser utilizado em todas as áreas do conhecimento humano. Serve para substituir as formas tradicionais de anotação assentes na utilização de palavras, normalmente em frases, expressões ou listas e que representam um processo mais moroso e pouco eficaz.

O mapa mental é bastante flexível e pode ser:

- 1) construído por fases para permitir o aparecimento de novas ideias;
- 2) criado em papel ou através de um programa de computador criado para o efeito;
- 3) aplicado individualmente ou em grupo na concretização de qualquer tarefa ou atividade profissional ou de lazer.

As suas principais vantagens advêm da visualização num relance de um conjunto interligado de informação e da possibilidade de acrescentar novas ideias sem alterar a estrutura anterior ou gerar confusão.

**Subtema 5.1. Criatividade e Formas de Expressão**

**Atividade 5.1. Invenções que Mudaram o Mundo**

Com os teus colegas forma um grupo de três ou quatro elementos. Em grupo, selecionem 4 invenções/ descobertas do esquema (em baixo), copiem e preencham a tabela no caderno, respondendo às questões (para cada uma das invenções escolhidas), conforme o exemplo.

Relógio mecânico 1280	Livro impresso 1455	Frigorífico 1805	Televisão 1925	Internet 1983	Roda 8000-6400 A.C.
Câmara fotográfica 1826	Escova de dentes 1498	Telefone 1876	Automóvel 1769	Computador 1946	Satélite 1957

Invenções	1 - O que diz a invenção sobre o Homem e a sociedade do seu tempo?	2 - Qual foi o contributo da descoberta/invenção para a humanidade?	3 - E, nos dias de hoje, que outras descobertas criativas têm impacto semelhante?
Livro impresso 1455	Vontade de produzir e partilhar conhecimento; educar...	Facilitou o acesso à informação; a partilha de conhecimento entre os Homens...	Internet
...	...	...	...

Comentem a seguinte frase: “As invenções que valem a pena acabam por transcender os paradigmas existentes ou as maneiras convencionais de fazer as coisas” (O’Dell, 2001).

**Atividade 5.2. O Dilema das Portas**

Resolve o seguinte enigma

No final de um corredor há duas portas: uma azul e outra vermelha. Atrás de uma das portas há uma arca com um valioso tesouro; atrás da outra um poço escuro de onde não poderás sair. Não há qualquer indicação sobre qual das portas poderá esconder o tesouro. Apenas duas pessoas sabem o que há por detrás de cada porta. Porém, uma delas diz sempre a verdade e a outra mente sempre. Essas duas pessoas conhecem-se, mas tu não sabes qual é a honesta e qual é a mentirosa. Para saber que porta escolher tens direito a fazer uma única pergunta, a qualquer dessas duas pessoas. Atenção, não é possível fazer a mesma pergunta duas vezes. Que pergunta farias? E o que farias depois de obter a resposta?

### Atividade 5.3. Cidadania em Timor: Perspetivas Múltiplas

Elabora um trabalho artístico tendo por base uma ideia original sobre o tema “Cidadania em Timor”, utilizando apenas o material fornecido pelo professor. No final, o trabalho irá ser exposto à comunidade escolar. As seguintes questões podem ajudar-te a definir o que pretendes transmitir: o que significa para ti “ser cidadão”? Como é ser cidadão em Timor? Quais os momentos de cidadania mais significativos que tiveste oportunidade de presenciar em Timor? O que achas importante transmitir a cidadãos não timorenses sobre a “Cidadania em Timor”?

### Subtema 5.2. Dinâmica da Mudança

#### Atividade 5.4. O que Significa Mudança?

Exprime, por palavras tuas, o que entendes por mudança. Pensa em palavras que julgues associadas à palavra mudança. Elabora uma lista com esses tópicos.

#### Atividade 5.5. Uma Experiência de Mudança

Com um colega identifiquem momentos de mudança que já experienciaram na vossa vida, como entrar na escola, mudar de turma/escola, ou mudar de casa. Partilhem a vossa experiência com o professor. Em seguida, respondam às seguintes questões: quais os fatores que contribuíram para as mudanças ocorridas? Que outras mudanças esperas vivenciar no futuro (por exemplo, ter um filho, casar, ou arranjar um emprego...)?

#### Atividade 5.6. Pensar sobre a Mudança

Identifica as tuas preocupações, desejos e sentimentos em relação à transição para o ensino superior (se pretendes ir para a universidade) ou inserção na vida ativa (se pretendes começar logo a trabalhar). Há mudanças que desejas? Há mudanças que te preocupam? Quais as tuas expectativas em relação a essa mudança?

	Preocupações	Desejos	Sentimentos ou expectativas
Ir para a Universidade	...	...	...
Começar a Trabalhar	...	...	...

Copia para o teu caderno, preenche a grelha e mostra-a ao teu professor.

#### Atividade 5.7. O que Preciso... Como vai ser?

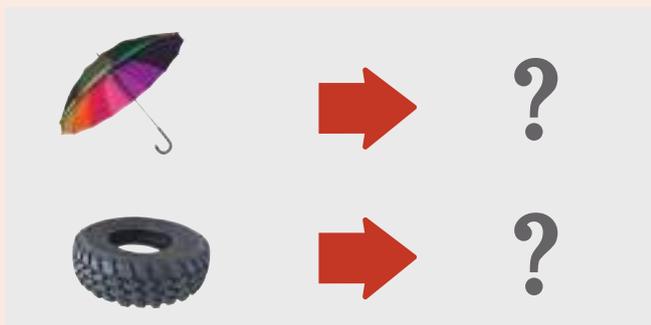
Pesquisa informações sobre universidades, cursos disponíveis ou locais de trabalho de acordo com a tua escolha vocacional (por exemplo, quais os critérios de inclusão, requerimentos exigidos, localização ou acessibilidade). Poderás recolher a informação junto das instituições/empregadores, universidades e/ou comunidade local. Anota as informações recolhidas de acordo com a fonte consultada e, com a ajuda do professor, prepara uma apresentação para a turma.

## Subtema 5.3. Criatividade e Resolução de Problemas

### Atividade 5.8. Ver as Mesmas Coisas com Novos Olhos

1º Passo: Observa as imagens abaixo e atribui funções diferentes a cada objeto. Por exemplo, que outras funções posso atribuir a um guarda-chuva? Que outra serventia poderá ter um sapato? No teu caderno, faz um esboço da tua ideia e descreve-a.

**Exemplo:**  
Uma garrafa pode ser usada como base de um candeeiro



2º Passo: Explica aos teus colegas como chegaste aos resultados do processo de transformação: quais as fases do processo criativo porque passaste? Como chegaste à solução final? Que fatores contribuíram ou influenciaram as tuas “criações”?

### Atividade 5.9. Frases Célebres

Com os teus colegas forma um grupo de três ou quatro elementos e comentem a seguinte lista de frases célebres sobre a mudança. Em conjunto, preparem uma breve apresentação à turma sobre as vossas reflexões. Sejam criativos!

Frases célebres sobre Mudança:

1. *“Toda a reforma interior e toda a mudança para melhor dependem exclusivamente da aplicação do nosso próprio esforço.”* Immanuel Kant
2. *“Temos de nos tornar na mudança que queremos ver.”* Mahatma Gandhi
3. *“A mudança é a lei da vida. E aqueles que apenas olham para o passado ou para o presente irão com certeza perder o futuro.”* John Kennedy
4. *“O progresso é impossível sem mudança. Aqueles que não conseguem mudar as suas mentes não conseguem mudar nada.”* George Bernard Shaw
5. *“Seja a mudança que você quer ver no mundo.”* Dalai Lama
6. *“Quando os ventos de mudança sopram, umas pessoas levantam barreiras, outras constroem moinhos de vento.”* Érico Veríssimo
7. *“...acho que a vida é um processo... É como subir uma montanha. Mesmo que no fim não se esteja tão forte fisicamente, a paisagem é melhor.”* Lya Luft

8. *“Ninguém pode ser escravo da sua identidade: quando surge uma possibilidade de mudança é preciso mudar.”*  
Elliot Gould

9. *“Há um tempo em que é preciso abandonar as roupas usadas, que já têm a forma do nosso corpo, e esquecer os nossos caminhos, que nos levam sempre aos mesmos lugares. É o tempo da travessia: e, se não ousarmos fazê-la, teremos ficado, para sempre, à margem de nós mesmos.”* Fernando Pessoa

10. *“Tente mover o mundo – o primeiro passo será mover a si mesmo.”* Platão

11. *“Cada segundo é tempo para mudar tudo para sempre.”* Charles Chaplin

12. *“Nem tudo que se enfrenta pode ser modificado, mas nada pode ser modificado até que seja enfrentado.”*  
Albert Einstein

13. *“Não é o mais forte que sobrevive, nem o mais inteligente, mas o que melhor se adapta às mudanças.”*  
Charles Darwin

### Atividade 5.10. Desafios Criativos

Com os teus colegas forma um grupo de três ou quatro elementos e respondam a um conjunto de desafios/enigmas criativos. No final, o vosso grupo elege um porta-voz que deverá apresentar as soluções encontradas à turma.

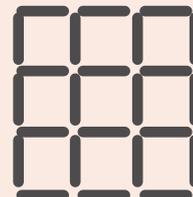
#### 1. A Letra que se Segue

Resolve o seguinte enigma no teu caderno. Que letra vem na sequência? **D, S, T, Q, Q, S,...** ?

#### 2. Dois Quadrados

Retira 8 destes 24 fósforos de modo a obter apenas dois quadrados.

Mas atenção, os quadrados não se devem tocar.



#### 3. Romeu e Julieta

Romeu e Julieta jazem mortos no chão de um quarto. A seu lado há vidros partidos e água entornada.

Não tomaram qualquer veneno. Uma das janelas do quarto está aberta.

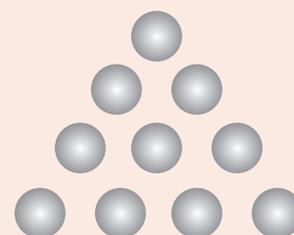
Como é que ambos morreram?

#### 4. Pirâmide Invertida

Coloca dez moedas, segundo a disposição do esquema ao lado.

Qual o menor número de moedas que terás de mover para

que a pirâmide fique a apontar para baixo?



1) Qual foi desafio mais difícil? E qual foi o desafio mais fácil? Justifica ambas as respostas.

2) Como chegaram às soluções propostas? Houve algum momento de iluminação na resolução dos desafios?

3) A decisão sobre a solução foi consensual no grupo? Se não, como chegaram a um consenso?

## Glossário

**Ambivalência** - relutância em fazer algo; experiência de um conflito psicológico para decidir entre dois caminhos diferentes (por exemplo, parar e não parar de fumar). A ambivalência quanto à mudança de comportamento é difícil de resolver porque cada lado do conflito tem os seus benefícios e os seus custos. A ambivalência deve ser vista como algo normal e parte do processo de mudança.

**Coletivismo** - doutrina ou sistema político que pretende tornar os meios de produção comuns a toda a sociedade.

**Individualismo** - tendência para a independência e para a definição de objetivos particulares em detrimento de objetivos coletivos.

**Mudança** - alteração estrutural ou funcional numa organização social ou na organização mental dos indivíduos ou grupos.

**Problema** - questão ou situação que se propõe para ser resolvida.

**Processo de mudança** - qualquer atividade que a pessoa inicia para ajudar a modificar um comportamento, pensamento, ou sentimento.

**Prontidão ou vontade de mudar** - corresponde a um estado interno mutável de acordo com fatores externos. Aqui a prontidão deve ser entendida como a probabilidade de uma pessoa se envolver, continuar e aderir a uma determinada estratégia de mudança.

**Recaída** - significa, em termos médicos, a recorrência dos sintomas da doença, após um período de melhora.

**Resistência** - conjunto de forças e fatores que se desencadeiam perante qualquer variação que ocorre num sistema (seja este um indivíduo, uma organização ou uma sociedade).

**Transição** - ato ou efeito de passar de um estado para outro.

## Bibliografia

Abrunhosa, M. A. & Leitão, M. (1994). *Um outro olhar sobre o mundo – Manual de Filosofia para o 10º ano do Ensino Secundário*. Lisboa: Edições Asa.

Adams, J. L. (1986). *Conceptual blockbusting, a guide to better ideas*. (3ª Ed.). New York: Addison Wesley.

Amabile, T. (1983). Social psychology of creativity: A componential conceptualization. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 357-377.

Azevedo, I. (2008). *Criatividade e percurso escolar: Um estudo com jovens do Ensino Básico*. Braga: Universidade do Minho, Instituto de Educação e Psicologia.

Bilton, C. (2007). *Management and creativity: form creative industries to creative management*. Malden, MA: Blackwell.

Boden, M. (1996). What Is Creativity? In M. Boden (Ed.), *Dimensions of creativity* (pp. 75-118). Massachusetts: The MIT Press.

Bravo, O. (1995). *Sociologia: 12º ano*. Porto: Porto Editora.

Buzan, T. (2001). *O poder da inteligência criativa*. (M. R. Araújo, Trad.). Lisboa: Oficina do Livro.

Csikszentmihalyi, M. (1988). Society, culture, and person: A systems view of creativity. In R. J. Sternberg (Ed.). *The nature of creativity* (pp. 325-339). New York: Cambridge University Press.

Dent, E. B. & Goldberg, S. G. (1999). Challenging “resistance to change”. *Journal of Applied Behavioral Science*, 35 (1), 25-41. doi: 10.1177/0021886399351003

- Gardner, H. (1995). *Estruturas da mente: A teoria das Inteligências Múltiplas*. (M. Veronese, Trad.). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Gardner, H. (1999). *Mentes extraordinárias: Perfis de quatro pessoas excepcionais e um estudo sobre o extraordinário em cada um de nós*. (G. Soares, Trad.). Rio de Janeiro: Rocco
- Glanz, K. (1999). Progress in dietary behavior change. *American Journal of Health Promotion*, 14, 112–117.
- Glăveanu, V. P. (2010). Principles for a Cultural Psychology of Creativity. *Culture & Psychology*, 16 (2): 147-163. doi: 10.1177/1354067X10361394
- Gleitman, H. (1986). *Psicologia*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Guilford, J. P. (1977). *Way beyond the IQ*. Buffalo, NY: Creative Education Foundation.
- Jornal Público (2011, 20 de fevereiro). *Pai Egípcio baptiza a filha com o nome Facebook*. Jornal Público. Disponível no sítio eletrónico [www.publico.pt/](http://www.publico.pt/)
- Jungerman, F. S. & Laranjeira, R. (1999). Entrevista motivacional: bases teóricas e práticas. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 48 (5), 197-207.
- Krippner, S. (1967). The 10 commandments that block creativity. *Gifted Child Quarterly*, 11(3), 144-156.
- Lopes, C. & Oliveira, I.G. (2004). Design de criatividade – Uma abordagem sistémica na análise compreensiva da promoção e desenvolvimento da criatividade no quadro da experiência criativa e da pragmática de aprendizagens e de mudanças – Contributo teórico da Escola de Pensamento de Palo Alto. Livro de Actas – 4º SOPCOM, Acedido em <http://www.bocc.uff.br/pag/oliveira-lobes-design-de%20criatividade-abordagem-sistemica.pdf>
- Lubart, T. I. (1999). Creativity across cultures. In R. J. Sternberg (Ed.) *Handbook of Creativity* (pp. 339-350). Cambridge: University Press.
- Lubart, T. I., & Georgsdottir, A. (2004). Creativity: Developmental and cross-cultural issues. In S. Lau, A. N., Hui, & G. Y. Ng (Eds.) *Creativity: When east meets west* (pp.23-54). Singapore: World Scientific.
- MARIANO, S. E. MAYER, V. (2001). *Empreendedorismo: Fundamentos e técnicas para a criatividade*. Brasil: Editora LTC.
- Maximo, A. & Alvarenga, B. (2007). *Física – Volume único*. São Paulo: Scipione.
- O’Dell, D. (2001). *A resolução criativa do problema: Guia para a criatividade e inovação na tomada de decisões*. (M. Pinto, Trad.). Lisboa: Instituto Piaget.
- Pinto, M. & Blattman, U. (2002). Importância do desenvolvimento criativo em ambientes educacionais e organizacionais. *Revista ACB*, 7 (1), 59 -72.
- Prochaska, J. O. & DiClemente, C. C. (1983). Stages and processes of self-change in smoking: toward an integrative model of change. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51, 390–395.
- Prochaska, J. O, DiClemente, C. C. & Norcross, J. C. (1992). In search of how people change: Applications to addictive behaviors. *American Psychologist*, 47 (9), 1102-1114.
- Prochaska, J. O. & Velicer, W. F. (1997). The transtheoretical model of health behavior change. *American Journal of Health Promotion*, 12 (1), 38–48.
- Rato, I. (2009). *A pessoa criativa – perspectivas em saúde mental*. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra.
- Richards, R. (2000-2001). Creativity and the Schizophrenia Spectrum: more and more interesting. *Creativity Research Journal*, 13 (1), 111-132.
- Santos, M. A. (2006). *O Arco-Íris das Ideias – As Técnicas e as Práticas da Criatividade*. Porto: Asa Editores.
- Sternberg, R. J. & Lubart, T.I. (1995). *Defying the crowd: Cultivating creativity in a culture of conformity*. New York: Free Press.
- Sternberg, R. J. (1999) (Ed.). *Handbook of Creativity*. Cambridge: University Press.
- Vargas, J. (2005) *Sociologia: 12º ano*. Porto: Porto Editora.
- Velicer, W. F, Prochaska, J. O., Fava, J. L., Norman, G. J., & Redding, C. A. (1998). Smoking cessation and stress management: Applications of the Transtheoretical Model of behavior change. *Homeostasis*, 38, 216-233.

#### Recursos Digitais:

*Centro Internacional para os Estudos da Criatividade*  
<http://www.buffalostate.edu/creativity/>

*Projeto ARROW: Arte: um Recurso para a Reconciliação no Mundo*

[www.art-peace.co.uk](http://www.art-peace.co.uk)

*Fundação Nobel*

<http://nobelprize.org/>

