

BEM-ESTAR SUBJETIVO E O TRABALHO EM COMUNIDADES SUBJECTIVE WELL BEING AND THE WORK INTO COMMUNITIES

Palestra apresentada no II Congresso de Psicologia da UFRJ, realizado em Agosto de 2003

Cláudio Ribeiro

Doutor em Psicologia pela UFRJ

cldrib@ig.com.br

Resumo

Apresento minha fala no II Congresso de Psicologia da UFRJ, realizado em Agosto de 2003. Trata-se da participação do psicólogo e de educadores em projetos sociais e comunitários. Aspectos do bem-estar subjetivo e a necessidade de superar obstáculos para a conquista e a manutenção da qualidade de vida são abordados de modo que se compreende o pensamento, a personalidade e o entorno social poderem nos endereçar aos estados de satisfação e felicidade. A dimensão do bem-estar subjetivo situa-se, assim, integrada a aspectos sociais, cognitivos e afetivos. Explica-se o fenômeno do pensamento como uma sucessão intermitente da organização de imagens de que dispomos na memória. Imagens advindas do meio e que se tornam registros impressos através das sensações - pelo que cada um ergue e processa continuamente seus significados diante da organização de imagens mnemônicas. A troca de pensamento entre pessoas, dessa forma, é uma troca de imagens subjetivas. Nesse sentido, somente pela leitura do outro se constrói parcerias. Ver o outro, porém, demanda uma sensibilidade a um “ir para além de si mesmo”.

Conteúdo

Para falar sobre bem-estar em comunidades me parece, de pronto, ser necessário explicar pelo que se entende de bem-estar. Bem-estar é “estar de bem com a vida”, “estar de bem consigo mesmo”, conforme sucintamente costuma afirmar o senso comum. Estar de bem com a vida ou consigo é, de alguma forma, estar satisfeito com o que se tem, ou com o que se é, ou com o que se faz. Assim, entende-se que uma pessoa tem, é ou faz algo de que gosta. E está satisfeita com isso. Mas, pensamos, uma pessoa teria, seria ou faria algo de que gosta sem ter pensado na vida sobre o que ter, ser ou fazer? E se teve que ter pensado sobre isso não teve que fazer escolhas entre as opções que o mundo em que vive lhe ofereceu?

A satisfação assim, nesta concepção, está ligada à capacidade e ao desempenho de uma pessoa agir. O sujeito que age é uma pessoa capaz de pensar para superar obstáculos, pois até mesmo encontrar as palavras certas no momento certo exige uma ação do próprio pensamento. Essa idéia nos faz pensar na produção do pensamento. O pensamento limita-se à capacidade de projetar imagens registradas na memória, e portanto de imagens (re)conhecidas, dentro de uma organização. A projeção do pensamento se nos coloca à mente como conjuntos de imagens

sobrepostas, podendo formar infinitas organizações de imagens e determinar leituras possíveis mediante o que conhecemos. E conhecemos o que entendemos e entendemos o que lemos das imagens do mundo. A leitura de mundo pressupõe, assim, uma pessoa capaz de apreender signos e poder pensá-los. E os signos compreendem tudo aquilo que tem uma aparência. De modo tal que até uma pessoa é um signo identitário. Podemos assim dizer que também “lemos” pessoas.

A troca de leitura entre pessoas é a leitura intersubjetiva. Esta leitura tem sua representação na troca de ações. Poderíamos dizer ações de troca, pois um age para trocar interesses com o outro. Nesse sentido, o outro também pode ser visto como um obstáculo a ser superado. Não se trata, portanto, de uma ação qualquer, mas uma ação pensada pelo que se percebe do outro. Esta experiência da intersubjetividade é a espinha dorsal da fenomenologia, em que um percebe o outro que o percebe. Um age com o outro que age com ele, num perceber-se mútuo.

Vejamus uma leitura refutável, mas não menos instigante, da biografia de personagens ilustres que defenderam causas coletivas: Ghandi jejuou, pedindo atenção do mundo pelo sofrimento, e incita-nos a pensar sobre a forma de que lutou pela sua liberdade, cuja redenção tem base em perseverar no sofrimento com otimismo, pois assim, obteria a liberdade de sua nação; Madre Teresa, abriu mão da vida própria e viveu a necessidade de muitos na prática da assistência cristã, aduzindo-nos a perseverar na humildade com otimismo, pois: a prática do amor pelo esquecimento de si é o caminho da felicidade em Deus; Robin Hood, segundo a lenda, roubou os ricos com grande satisfação na perspectiva de que agindo assim exercia a justiça de que sua gente carecia.

Como considerar o valor de cada ato desses ilustres acima? Projetar imagens de suas atitudes no contexto em que viviam? Pensar essas realidades do seu ponto de vista faz necessário entender o implícito que rege uma micro-cultura. Os significados que uma comunidade dá a determinados valores, articulando-os de forma a dar continuidade ao processo de suas representações, só pode ser entendido quando suas imagens são vivenciadas. E isto por conta de que apreendemos e damos significados muito próprios àquilo que percebemos pelos sentidos. E vivenciar é isto: compreender pelos sentidos aquilo que a razão desconhece conhecer. A satisfação se situa neste âmbito cognitivo-afetivo, em que seleciono, pela e na memória, regras e representações para conquistar o meu ter, ser e fazer social. Seleciono aquilo que me afeta, ou seja, o que, através dos sentidos, se torna impresso como registro no espaço de minha memória. Pensar é selecionar registros na sobreposição de imagens que se dispõe no continuum da mente. Organizar imagens na mente é articular o pensamento. E organizamos as imagens de que dispomos de acordo com a nossa personalidade.

As pesquisas no âmbito da psicologia indicam o quanto a perseverança e o bom humor contribuem para os estados de satisfação e felicidade, mas não há como saber até que ponto uma pessoa dotada de otimismo, extroversão e bom humor, pode dimensionar uma qualidade de vida repleta de bem-estar subjetivo. Pois, além de ser dotada de um conjunto complexo de características determinantes de sua personalidade, cada pessoa faz parte de um processo de permanentes transformações individuais pela inserção social. Cada pessoa constrói sua leitura tendo referência sua própria vivência. Suas características genéticas também são determinantes, pois o modo como cada pessoa recebe suas impressões de registro depende concretamente de

como ela é bioquimicamente constituída. De maneira tal que a realidade é impressa em cada um diferentemente. Assim como uma mesma estampa tem sua figura diferenciada ao ser impressa sobre diferentes superfícies, uma mesma realidade significa apreensões e impressão de registros de modo muito peculiar, pois a impressão da realidade enquanto registro depende do corpo que a apreende.

Uma comunidade, assim, vivenciando suas dificuldades concretas desenvolve, na sua vivência, seus significados próprios como sendo um registro de sua memória social. Mas apesar disto, as regras de ordem estrutural assemelham-se a modelos hegemônicos. Isto é, há sempre um “chefe” que decide e manda. Um líder que centraliza interesses. Uma hierarquia de pessoas cujos pensamentos parecem projetar imagens organizadas de modo que devem ser seguidas. Mesmo nas cooperativas, associações de moradores e condomínios, há sempre alguém à frente que decide ou delibera o que deve estar em pauta para ser decidido. Participar, por sua vez, parece ser condição para o bem-estar. Querer colaborar já suscita um espírito aberto para o bem-estar, apesar de que a simples intenção não dimensiona a vivência real da idéia de colaborar. Para o bom convívio carecemos de paciência, e da capacidade sobre-humana de solidariedade. Ver no outro o outro que tem em si, pelo outro que sou, sabendo apenas ser mais um, nesse mundo de tantos outros que não sou “eu”.

À guisa de exemplo disso, podemos observar, aqui, este congresso: que deve ter sido feito com grande empenho por algumas pessoas que, certamente, em determinados momentos, devem ter se sentido um “bom-bril” (um produto industrializado que se serve para mais de uma função específica), com “mil e uma utilidades”. Faltando apenas um dia para terminar o evento, acreditamos que essas pessoas devem estar exaustas pelo trabalho que tiveram. Mas se perguntarmos a essas pessoas se todo esse movimento valeu a pena ou não, dificilmente escutaríamos um não como resposta, pois a satisfação de ver algo que se pensou fazer parece ser o coroamento da possibilidade de realização de cada um, e portanto, um poder: o poder de realizar coisas no mundo. Satisfação de ter conseguido realizar algo, melhor, de realizar-se, pois quando realizamos algo deixamos na sua realização uma extensão própria do autoconhecimento, algo de si mesmo. Ninguém realiza o que não é capaz de conhecer. E representamos o que conhecemos. Realizar é, portanto, representar o que se conhece.

Mas, voltando à realização desse congresso, como se desenrolaram as relações entre as diferentes pessoas que colaboraram no evento? De pessoa para pessoa, que troca intersubjetiva fora estabelecida? Conseguimos perceber o outro pelo que ele é ou o vemos pelo que nós mesmos somos? Que tipo de leitura eu consigo fazer do outro, apesar de mim? Se a satisfação de algo coletivamente realizável carece de meu bom relacionamento com o outro que não sou eu, não dá para ser feliz sozinho.

Isto tudo é teoria. E a prática?

A prática de meu trabalho comunitário é essa que vocês estão vivenciando aqui. Isto é, articular idéias para que pessoas possam pensar coisas que haviam sido pensadas antes de forma diferente, na ousadia de se tentar reler o mundo.

As pessoas querem ser felizes. Querem ter coisas como qualquer outra pessoa do nosso tempo. Querem melhoras de qualidade de vida. Dividir e recriar a realidade de modo a tecê-la com o outro, eis, do meu ponto de vista, a maior dificuldade da empresa coletiva. Saber pensar coletivamente, ou, produzir a ação do pensamento de modo que imagens coletivamente venham a se sobrepor, inovando a organização de realidades psicossociais. Por que as imagens da decisão têm que vir de um só sujeito? Somos todos sujeitos chamados pela vida para superar obstáculos.

Mas o que experimentamos na troca com o outro? Ver o outro demanda enxergar suas características de personalidade, caráter e temperamento. É, claro que nos sentimos mais seguros diante da previsibilidade de pessoas de caráter confiável e temperamento sereno. Mas a personalidade de cada um revela-nos como uma pessoa consegue lidar com os sentimentos a que estamos sujeitos: raiva, inveja, ciúmes, rejeição, desejo de poder, sujeição, ansiedade e carências. É através da personalidade que percebemos como uma pessoa gere seus sentimentos, e lemos suas atitudes, através da compreensão do fenômeno de seu movimento no mundo.

Ver o outro para além de si demanda compreendê-lo sem ter como referência o próprio umbigo. Compreender seus defeitos e ver em sua ação aquilo que não temos em nós, não é nada fácil: “ninguém a outro ama senão o que ama o que há de si nele; ou é suposto..”, escreveu Fernando Pessoa. De certo modo, do nosso umbigo desejamos que o outro seja uma extensão de nós. E, nesse sentido, uma ação é necessária: a ação solidária frente ao que há de mais real no humano: a real possibilidade de cada um enfrentar a própria pequenez, tendo como referência a organização do outro que lhe é estranho.

Creio que é nessa direção que pretendi, finalmente, endereçar a minha fala: no sentido de que o agir do psicólogo tem como objetivo o desenvolvimento de pessoas capazes de superar obstáculos. Pelo que penso, isto demanda um conhecimento vinculado ao perceber-se no outro, percebendo a si mesmo. Conhecer em si aquilo de que carece, desenvolvendo-se, em suas escolhas, sem a presunção de que poderá se estender para além do seu autodomínio. Nesse sentido, convido as pessoas a pensar deixar de lado a presunção de que uma pessoa possa ascender outras ao patamar que se projeta. As pessoas simplesmente se desenvolvem, desenvolvendo conhecimento, e o conhecimento ocorre a todo instante, na permanente troca intersubjetiva de leituras e ações. E, nada poderá garantir o controle de como uma pessoa irá usar o que conhece. Mas, viver bem exige-nos ciência para superar obstáculos. Satisfazer-se com o que se tem, é ou faz, na ação limitada de um mundo egoísta.

Acredito, então, que devemos pensar no cinismo do nosso tempo. Devemos fazer nossas escolhas e perceber melhor nossas ações a fim de não usarmos o conhecimento que temos para escravizar pessoas com idéias que não as apoiem em sua própria possibilidade de construção de vida. Escravas ou dependentes, como pessoas poderiam se sentir satisfeitas? Dependendo do outro é estar à sorte do que o humano tem de volúvel. Mesmo assim, a psicologia revela que o estado de felicidade ocorre quando uma pessoa divide momentos com a família e os amigos; isto é, repetindo, não dá pra ser feliz sozinho.

A prática do trabalho comunitário, portanto, visa a demandas sociais, objetivando bem-estar pela ação solidária. Nessa perspectiva, cremos ser perfeitamente possível afetar pessoas pela compreensão de leituras que passam muito longe de serem feitas pelo nosso próprio umbigo...

Se de algum modo afeto sua subjetividade, na perspectiva de que você (ouvinte) faz disso um uso para sua leitura e ação no mundo, então, sinto satisfação em alcançar o objetivo de minha ação: fazer pessoas pensarem para superar obstáculos.