

rante, de difícil acesso e compreensão. O impacto da loucura nos contextos familiar, social, íntimo do paciente, mas também nas pessoas que providenciam os cuidados de saúde mental, encontra-se nesta obra explicado e criticamente reflectido sob forma exemplar e única.

Assim, são-nos apresentados três ensaios estruturais, sendo que o primeiro explora fundamentalmente como a patologia psicótica pode de facto afectar psicologicamente a equipa cuidadora, seja no que respeita à sua própria dimensão pessoal e relacional, como na qualidade da sua intervenção e capacidade de suporte. Bob Hinshelwood conduz-nos numa viagem ao dentro e fora do sujeito que trabalha e lida com o distúrbio mental severo, ilustrando com uma clareza admirável como as questões de ordem contratransferencial do individual e grupal desempenham um papel fulcral na qualidade do serviço prestado. A específica organização, estrutura e operacionalidade dos serviços psiquiátricos não têm como não espelhar a determinância destas variáveis.

O segundo ensaio atende a uma revisão sistemática da natureza da psicose, à sua experienciação deveras intolerável e que assim compele o sujeito para a via da evasão, remetendo-nos o autor subsequentemente para o inevitável confronto desta realidade por parte do profissional de saúde.

Por fim, a terceira e última parte, faz-nos retornar ao impacto da psicose nos serviços e equipas de saúde mental, sublinhando com particularidade os factores de natureza inconsciente enquanto comuns “organizadores” do sistema de cuidados.

A contribuição que o autor nos oferece sobre esta temática é sem dúvida substancial, sendo que de uma maneira sofisticada nos proporciona uma ferramenta privilegiada para apuramento e refinamento das metodologias de intervenção e cuidados psiquiátricos, começando precisamente pela cuidada atenção que deve ser dirigida aos profissionais, como garante de um melhor e mais eficaz serviço e atendimento a quem padece de indizíveis doses de dor mental.

Seguramente um livro altamente recomendável enquanto guião e inspiração para a prática clínica em pacientes severamente perturbados.

Sandra Oliveira

Instituto Superior Miguel Torga

Daniel Gilbert. 2007. *Tropeçar na Felicidade*. Título original: *Stumbling on Happiness*. Nova Iorque: Knopf. 2006. Tradução: José Pedro Barreto. Lisboa: Estrela Polar. 326 pp. ISBN: 978-972-8929-68-8.

O livro *Stumbling on Happiness* de Daniel Gilbert, publicado nos Estados Unidos e Canadá em 2006 e, entre nós, em 2007, foi já traduzido em 20 línguas e rapidamente conheceu o estatuto internacional de bestseller, valendo ao seu autor o prestigiado prémio da Royal Society Prizes para livros de ciência. A juntar a este, outros prémios foram atribuídos a Gilbert pelo seu ensino e investigação, entre os quais o prémio de Distinção Científica por Contribuição de Início de Carreira para a Psicologia, conferido pela American Psychological Association. Daniel Gilbert, americano, psicólogo social de formação, é actualmente professor de Psicologia na Universidade de Harvard e conhecido pelo investigador da ‘felicidade’. Clarificando, é considerado a autoridade máxima no estudo da ‘previsão afectiva’, isto é, da capacidade de o indivíduo prever os seus estados emocionais futuros. Nas palavras do autor, ‘quando prevemos quão felizes ou infelizes vamos ficar se nos acontecer isto ou aquilo, falhamos quase sempre a previsão: os momentos previsivelmente muito felizes acabam por não o ser assim tanto, e aquilo que recebíamos ser um futuro sinistro nem sempre nos faz ficar tão infelizes como antevimos’ (p.25). Devido a erros de processamento lógico cometidos pelo cérebro, não só somos incapazes de saber com eficiência o que torna os outros felizes (o que, aparentemente, é mais aceitável, dado tratar-se de um estado emocional subjectivo), como também falhamos quando imaginamos o que nos torna a nós próprios felizes.

O problema da felicidade humana é antigo e tem estado sempre presente desde o início da psicologia, desempenhando um papel central nas teorias psicológicas sobre o comportamento humano. Inovadora é, então, a forma como o tema é desenvolvido nesta obra e sustentado pelo saber empírico, onde estudos experimentais são meticulosamente elaborados e o recurso a diversos saberes é contemplado.

O livro, escrito com grande sentido de humor e numa linguagem coloquial e acessível, vai colocando diversas questões acerca da mente humana, juntando factos e teorias

da psicologia, da neurociência cognitiva, da filosofia e da economia comportamental, que nos permitem descobrir os tropeções ou enganos inerentes à busca da (in)felicidade.

O livro engloba 12 capítulos distribuídos por 6 partes distintas. Na primeira, o autor mostra como o nosso cérebro evolui e como funciona, evidenciando o papel do lobo frontal como responsável pela capacidade de pensar sobre o futuro, pelo menos tal como os humanos o fazem, convertendo-a numa habilidade exclusivamente destes. A capacidade para imaginar objectos e episódios que não existem no domínio real é a capacidade que nos permite pensar no futuro e é a maior proeza do cérebro humano. Gilbert mostra como passamos muito tempo a pensar no futuro, qual a função destes pensamentos e a sua ligação à necessidade imperiosa de 'controlar' a vida. Esta questão do controlo assume a forma de uma necessidade fundamental à espécie humana, para a qual somos preparados desde a infância e da qual temos dificuldade em abdicar, passando mesmo a ser o barómetro da saúde mental. Como afirma Gilbert: 'O nosso desejo de controlo é tão poderoso, e o sentimento de ter o controlo tão gratificante, que as pessoas agem muitas vezes como se pudessem controlar o incontrolável [...] e o mais estranho nesta ilusão de controlo não é talvez o facto de ela existir, mas o de parecer conferir muitos dos genuínos benefícios psicológicos do verdadeiro controlo' (pp.43-44). Tal como experimentamos ilusões ópticas e ilusões interiores, também experimentamos ilusões de previsão. A imaginação, segundo este autor, sofre de três limitações responsáveis pelas ilusões de previsão: realismo, presentismo e racionalização, objecto de análise na 3ª, 4ª e 5ª partes do livro, respectivamente.

Na segunda parte, o autor mergulha na literatura de investigação psicológica, conduzindo-nos a uma reflexão sobre o que é a felicidade, como tem sido (in)definida, enquanto felicidade emocional, moral e judicativa. Se é um sentimento, como pode ser medida e quais as melhores medidas de felicidade? Como podem ser comparadas diferentes experiências emocionais? A análise destas questões (definição operacional de conceitos, desenhos experimentais com grupos de controlo, tamanho e selecção da amostra) expressa claramente uma preocupação com aspectos metodológicos inerentes à investigação científica deste tema.

Seguidamente, na terceira parte, o autor coloca e começa a responder à questão central do livro Porquê as pessoas cometem erros quando olham para os seus próprios futuros e tentam decidir o que os fará felizes? Esta secção é especificamente dedicada ao realismo, primeira limitação da imaginação, e que consiste na crença de que as coisas são na realidade como parecem ser mentalmente. A 'realidade' é apresentada como um filme gerado pelos nossos cérebros, filme esse que levanta alguns problemas já que algumas das coisas presentes no filme não estão na realidade em si, assim como algumas das coisas que estão na realidade não estão incluídas no filme. Este é um processo do qual não temos consciência e, por isso, estamos demasiado confiantes que as coisas são, de facto, como as percebemos. Quando imaginamos o futuro, estamos de forma semelhante, com excessiva confiança, a pensar que ele será como o imaginamos; tendemos a preencher, a deixar de fora e a não ligar à forma muito diferente como iremos pensar sobre o futuro quando chegarmos lá. Segundo Gilbert, 'A melhor maneira de compreender este defeito particular da imaginação (a faculdade que nos permite ver o futuro) é entender os defeitos da memória (a faculdade que nos permite ver o passado) e da percepção (a faculdade que nos permite ver o presente)' (p.108).

A quarta parte deste livro é dedicada à segunda limitação da imaginação: o presentismo, ou, seja a tendência para a experiência presente influenciar a nossa visão do passado e do futuro. É por isso, nas palavras do autor, que 'o futuro imaginado se parece tantas vezes com o presente real'. O presentismo ocorre porque não percebemos que os nossos eus futuros não verão o mundo da mesma forma que nós o vemos agora. Quando a imaginação traça um quadro futuro, muitos dos pormenores faltam necessariamente e a imaginação resolve este problema preenchendo as lacunas com pormenores que vai buscar ao presente.

A terceira limitação da imaginação – racionalização - é aprofundada na quinta parte do livro. A racionalização refere-se ao acto de fazer com que algo seja ou pareça razoável. O autor defende que as pessoas são exímias a mudarem as suas perspectivas do mundo, de forma a mudar o modo como se sentem, embora o façam inconscientemente. A falta de consciência deste processo não

apenas leva as pessoas a subestimarem a sua felicidade futura, como é também responsável por certos comportamentos aparentemente estranhos ou contraditórios. Recorrendo à metáfora do sistema imunológico, Gilbert considera os indivíduos como tendo um sistema imunitário psicológico que defende a mente da infelicidade, da mesma forma que o sistema imunitário físico defende o corpo da doença. Este sistema teria o papel de regular o delicado equilíbrio entre realidade e ilusão..

Finalmente, na parte seis, o autor explica porque as ilusões de previsão não são facilmente remediadas pela experiência pessoal ou pela sabedoria que herdamos dos nossos antepassados. Propõe no capítulo final uma solução que, como o próprio confessa, é dificilmente aplicável. É discutido o papel de crenças geradas e replicadas pelos sistemas sociais relacionadas com a fórmula de ser feliz e com a forma como nos concebemos como entidades únicas e especiais. Terminando com as palavras de Daniel Gilbert: 'Não há uma fórmula simples para encontrar a felicidade. Mas se os nossos grandes e ótimos cérebros não nos permitem caminhar seguramente para os nossos futuros, eles permitem-nos, pelo menos, perceber o que nos faz tropeçar' (p.297).

Dado o tema tão essencial à condição humana e a forma interdisciplinar e inteligível como é abordado, é um livro capaz de interessar qualquer pessoa, independentemente da sua área académica. Para a psicologia clínica ou para os que trabalham na área da saúde mental é uma obra enriquecedora e inovadora, onde questões como o sofrimento, necessidade de controlo, falhas, enganos e erros da mente humana, crenças pessoais e culturais são articulados de forma brilhante e graciosa, com implicações práticas para a conceptualização da psicopatologia.

Marina Cunha

Instituto Superior Miguel Torga

Edmundo Pedro. 2007. Memórias: Um Combate pela Liberdade. Volume I. Lisboa: Âncora Editora. 554 pp. ISBN 978 972 780 187 9.

A obscuridade tecida em torno de um longo período da história do século XX português

tem levado a que, à míngua de documentos, não se saiba muito sobre o que foi o registo de violência e privação de liberdades, a que ficaram sujeitas gerações dos que se bateram contra a poderosa máquina repressiva em que progressivamente se transformou a ditadura saída do golpe militar de 28 de Maio de 1926, *maxime* dos militantes do Partido Comunista Português

Movimentos de grupos de anarquistas, anarco-sindicalistas, comunistas e outros democratas foram sujeitos a feroz perseguição e muitos foram os que passaram pelas prisões do Aljube, Caxias, Peniche e por essa infâmia que foi o Campo do Tarrafal, em Cabo Verde, conhecido como *campo da morte lenta*.

Um grupo de investigadores, sob direcção do Prof. Fernando Rosas, encetou a possível pesquisa que tem dado frutos, em determinada aposta no estudo desse período, revendo e desmontando o discurso solfejado de algumas outras vozes, vinculadas à candura das almas sonolentas, como se houvesse um ditador bom, que teve de realizar algumas tarefas pesadas para tirar o país do que chamam período negro, a estafada ideia da balbúrdia republicana, agitando ao mesmo tempo, como justificação dos desmandos, sempre edulcorados, o fantasma do comunismo a que era preciso responder.

Com a inexorabilidade do tempo, um a um têm desaparecido aqueles que podiam testemunhar a dimensão da brutalidade repressiva, como igualmente podiam clarificar o que foi a participação do Partido Comunista Português na luta pela democracia, independentemente de juízos que se podem fazer sobre modelos de sociedade e, mais tarde, sobre caminhos ou desvios no tempo que ficou conhecido como PREC, acrónimo de Processo Revolucionário em Curso.

Sabido que continuam fechados aos investigadores os arquivos daquele partido político, a história vai podendo fazer-se sustentada em alguns depoimentos, o que evidentemente requer posterior confronto com acervos documentais, quando o PCP se dispuser, se acaso se dispuser, franquear a importantíssima documentação à sua guarda e sua pertença.

A obra que acaba de ser lançada no mercado, *Memórias. Um Combate pela Liberdade*, de Edmundo Pedro, é inestimável contributo para que se conheça o que foi a violência repressiva do regime salazarista, por um lado, e a intervenção do Partido Comunista,