

**Universidade do Porto**  
**Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação**

**A (RE)CONSTRUÇÃO DA IDENTIDADE NARRATIVA NUM JOVEM ADULTO**

**Marta Brito**

Outubro de 2013

Dissertação apresentada no Mestrado Integrado de Psicologia,  
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade  
do Porto pela Professora Doutora **Maria Emília Costa** (F.P.C.E.U.P).

**Marta Lúcia Petinga de Freitas Brito**  
**Presidente:** Doutora Celina Paula Manita Santos  
**Arguente:** Doutora Maria Paula Pinto da Rocha Mena  
de Matos Husgen  
**Orientadora:** Doutora Maria Emília Teixeira Costa  
**Classificação:** 18 valores

***Gostava de deixar o meu agradecimento,***

***à Professora Doutora Maria Emília Costa***  
*pela orientação serena e segura*

***à Ana Mouta***  
*pela amizade verdadeira e íntegra*

***ao Duarte e à Rita***  
*pela maternidade substantiva e luminosa*

***ao Pedro***  
*pelo amor pleno e inteiro*

*Então, eu pensava  
no género de histórias em que as pessoas transformam as suas vidas  
e no género de vidas em que as pessoas transformam as suas histórias.*

*Philip Roth*

## **Resumo**

A (re)construção da identidade narrativa de um jovem adulto em consulta psicológica vocacional, operacionalizada a partir de uma perspectiva construtivista, desenvolvimental, ecológica e, claro está, narrativa, é ilustrada e compreendida através de uma análise narrativa temática. As conclusões apontam para que a (re)construção de si mesmo consubstanciada numa história internalizada e evolutiva, construída de forma a dar unidade, imprimir sentido e atribuir significado à vida pessoal, integrando o passado, o presente e o futuro, parece promover o desenvolvimento individual, bem como, projetos vocacionais mais autónomos e pessoalmente significados. A importância dos contextos relacionais vinculados na (re)construção da identidade narrativa, bem como o cariz conversacional dessa mesma (re)construção, em geral, e em contexto de consulta psicológica, em especial, é outra das conclusões a apresentar.

## **Abstract**

Narrative identity (re)construction of a young adult in a vocational counselling intervention, operationalized from a constructivist, developmental, ecological, and of course, narrative perspective, is illustrated and understood through a thematic narrative analysis. The findings indicate that the self (re)construction reflected in an internalized and evolving story, built to give unity, print direction an assign meaning to personal life, integrating past, present and future, seems to promote individual development and autonomous and meaningful vocational projects. The importance of relational contexts bound in narrative identity (re)reconstruction, as well as its conversational nature, in general, and in the context of psychology counselling, particularly, is other of the present findings.

<b>1. Introdução .....</b>	<b>1</b>
<b>2. Fundamentação teórica .....</b>	<b>2</b>
<b>2.1 Investigação sobre identidade narrativa .....</b>	<b>4</b>
2.1.1 Abordagem baseada nos processos de identidade .....	4
2.1.2 Abordagem narrativa .....	6
2.1.3 Investigação sobre identidade narrativa em jovens adultos.....	7
<b>2.2 O jovem adulto .....</b>	<b>11</b>
<b>2.3 A consulta psicológica vocacional.....</b>	<b>13</b>
<b>2.4 A (re)construção da identidade narrativa num jovem adulto .....</b>	<b>13</b>
<b>3. Metodologia .....</b>	<b>15</b>
3.1 O caso .....	15
3.2 Recolha de dados .....	16
3.4 Análise narrativa.....	17
<b>4. Tomás.....</b>	<b>19</b>
<i>O pedido .....</i>	<i>21</i>
<i>A avó e o avô.....</i>	<i>26</i>
<i>A mãe e o pai .....</i>	<i>31</i>
<i>Estudar para um dia vir a trabalhar.....</i>	<i>38</i>
<i>Outros temas: o par amoroso e amical, o irmão e a comunidade .....</i>	<i>47</i>
O processo de consulta psicológica vocacional .....	49
<b>5. Conclusão .....</b>	<b>51</b>
<b>6. Bibliografia.....</b>	<b>53</b>
<b>7. Anexos.....</b>	<b>59</b>



## **1. Introdução**

A identidade narrativa é a história internalizada e evolutiva de si mesmo, construída de forma a dar unidade, imprimir sentido e atribuir significado à vida pessoal, conjugando o passado, o presente e o futuro nessa unidade, sentido e significado. É um tema atual no campo da psicologia, prolífero em investigação. A identidade narrativa tem vindo a ser amplamente estudada na infância e na idade adulta, embora esteja definido que emerge entre o final da adolescência e o início da idade adulta.

Coincidência ou não, tenho especial apreço pelo trabalho com adolescentes e jovens adultos. No âmbito desse trabalho, interrogo-me frequentemente acerca da forma como todos nós nos tornamos no que somos. No que fomos. No que seremos. Se essa interrogação é pertinente no seio da consulta psicológica em geral, mais pertinente será no seio da consulta psicológica vocacional, área a partir da qual tenho organizado a minha experiência profissional.

O meu dia a dia passa pelo trabalho com adolescentes e jovens adultos. Individualmente ou em grupo. Direta ou indiretamente. Invariavelmente, os pedidos passam pelo apoio na construção de um projeto vocacional autónomo e pessoalmente significado. A (re)construção de uma história internalizada e evolutiva de si mesmo, construída de forma a dar unidade, imprimir sentido e atribuir significado à vida pessoal, conjugando o passado, o presente e o futuro é imprescindível à resposta a esse pedido.

Após terminar a minha licenciatura de Psicologia no âmbito da área de Consulta Psicológica de Jovens e Adultos, em 2005, tenho vindo a trabalhar, como colaboradora externa, no Serviço de Consulta Psicológica de Orientação Vocacional ao Longo da Vida (SCPOV.LV) da Faculdade de Psicologia e de Ciências de Educação da Universidade do Porto (FPCE-UP). Sinto ânimo e alegria nesse trabalho e nesse contexto. Num dado momento, senti que fazia sentido estender o que fui aprendendo no sentido da composição de um trabalho de mestrado que o ilustrasse. Aqui está essa composição.

Nesta dissertação de mestrado, começa-se por realizar uma fundamentação teórica acerca da identidade narrativa. Passa-se à fundamentação e apresentação das opções metodológicas. De seguida, desenvolve-se o estudo de caso que permite a compreensão da (re)construção da identidade de um jovem adulto em consulta psicológica vocacional. Para fechar o trabalho, apresenta-se a conclusão.

## 2. Fundamentação teórica

A identidade narrativa é a história internalizada e evolutiva de si mesmo, construída de forma a dar unidade, imprimir sentido e atribuir significado à vida pessoal (McAdams, 1985, 1993, 2001, 2008a, 2012b). História que é uma reconstrução seletiva de um passado autobiográfico e de um futuro antecipado com o propósito de explicar a si mesmo e aos outros quem uma pessoa é, como se tornou no que é, bem como no que espera vir a ser (McAdams, 1985, 1993, 2001, 2008a, 2012b). McAdams (1985, 1993, 2001, 2008a, 2012b) afirma que a identidade narrativa surge no período entre a adolescência tardia e o início da idade adulta, como resposta às expectativas sociais no que diz respeito à construção da identidade, sendo permitida pelo pensamento formal (Habermas & Bluck, 2000; McAdams, 2001, 2008a, 2012b) e estimulada pela maturação emocional (McAdams 2001, 2008a, 2012b).

A identidade narrativa surge no âmbito e na sequência da teoria da identidade de Erikson (1968), que descreve a construção da identidade como a tarefa central do ser e viver humanos. Central durante toda a vida humana, mas especialmente significativa na adolescência, idade em que, de facto, parece emergir a necessidade de construção de um sentido de si integrado e coerente (Erikson, 1968). Integrado com sentidos de si, entretanto adquiridos através da resolução de crises de desenvolvimento, durante a infância. Coerente com novos sentidos de si, desta feita em configurações adultas e no âmbito das relações amorosas, das atividades profissionais, bem como de crenças e ideologias.

De acordo com Erikson (1968), durante a crise de desenvolvimento da identidade, o adolescente entra em moratória, um período de tempo socialmente atribuído com o objetivo de permitir a integração e a coerência entre todos estes sentidos de si, de forma a que a identidade se torne viável. Especialmente importantes durante este período, são os processos de exploração e investimento, através dos quais o adolescente identifica, analisa e experimenta várias configurações de papéis adultos, de forma a que possa realizar escolhas significativas e pessoalmente investidas (Erikson, 1968). Dessa forma, o adolescente pende para uma síntese da identidade, que se espera mais concreta, abrangente e temporalmente contínua, o que ajuda a unificar o *self*<sup>d</sup> psicossocial emergente na relação consigo mesmo, com os outros e com a própria sociedade (Erikson, 1968). Caso o adolescente não resolva com êxito esta crise de desenvolvimento, penderá para confusão

---

<sup>1</sup> Optou-se por manter o termo em inglês, uma vez que é amplamente utilizado.



da identidade, o que significa que poderá experienciar isolamento e/ou ansiedade, sentindo, ao mesmo tempo uma certa incapacidade de se configurar num mundo adulto (Erikson, 1968).

Focado na centralidade da tarefa da (re)construção da identidade ao longo da vida, McAdams (2001, 2008a) define-a também como uma configuração integrativa do *self* num contexto adulto, em dois eixos: sincrónico e diacrónico. Num eixo sincrónico, a identidade integra uma grande amplitude de papéis (muitas vezes conflituosos) com relações diferenciadas entre si, que caracterizam uma dada vivência no aqui e no agora. Num eixo diacrónico, a identidade tem se ser integrada na continuidade do tempo de uma vida.

Mas a definição da identidade não está completa sem que seja animada por um propósito pleno de significado, também ele unificador (Erikson, 1968; McAdams, 2001, 2008a). Propósito esse que deverá ser apelativo ao adolescente ou jovem adulto e que estará na base da operacionalização da sua experiência numa história de vida (McAdams, 2001, 2008a, 2012b).

E as histórias de vida são, de facto, como qualquer outra história, pois giram em torno da vicissitude da intenção humana organizada no tempo (Bruner, 1990). Virtualmente, em todas as histórias inteligíveis, as personagens agem com a intenção de alcançar objetivos, gerando uma sequência de ações que se estendem como um enredo no tempo. Enredo pleno de personagens que necessitam de resolver demandas impostas por si e por outros. Assim, pode-se afirmar, tal como McAdams (2001, 2008a, 2012b), que a intencionalidade humana está no centro da narrativa, sendo, por isso da maior importância o estabelecimento de condições cognitivas necessárias à compreensão de uma história.

Habermas e Bluck (2000) afirmam mesmo que a história de vida só pode ser construída através do exercício de competências cognitivas a que os indivíduos têm acesso a partir da adolescência ou início da idade adulta. Sendo que para construir uma história de vida articulada e integrada, terão de ser usadas quatro tipos de coerência: temporal (que liga acontecimentos e experiências entre si, por exemplo, de uma forma linear, linearmente múltipla ou cíclica), biográfica (que implica a introdução de factos e/ou eventos que deverão ser incluídos na narrativa de vida devido à sua normatividade cultural, por exemplo, nascimento, casamento), causal (que é utilizada para ligar episódios no âmbito de uma ou várias fases de vida, permitindo também explicar mudanças na forma de ser e estar dos narradores devido a causas internas e/ou externas) e temática (que estabelece similitudes temáticas entre vários momentos de uma dada vida).

As histórias de vida são uma peça chave no desenvolvimento da identidade narrativa, pois proporcionam a integração articulada entre momentos temporais vividos e a viver (McAdams, 2001, 2008a, 2012b; Singer, 2004; McLean & Pasupathi, 2012a; McLean & Pasupathi, 2012b). De facto, o processo de desenvolvimento da identidade pode ser visto como a integração de um passado, de um presente e de um futuro que define e unifica o *self*, conferindo-lhe, ao mesmo tempo, um sentido de propósito que estará na base da assunção de investimentos no presente, com vista a um viver futuro. Assim, as histórias que se (re)constróem de forma a dar sentido à vida, são fundamentalmente sobre uma luta de conciliação entre construções passadas presentes e futuras de si mesmo, em contextos como a família, a comunidade, o trabalho, a etnia, a religião, o género, o nível social e cultural. Desta forma, o *self* harmoniza-se com a sociedade através da identidade narrativa (McAdams, 2008a). Sociedade de um dado tempo e espaço, que contribui com condições únicas para a (re)construção da identidade narrativa, que só pode ser compreendida no âmbito do contexto social e cultural desse tempo e desse espaço (McAdams, 2008a).

## 2.1 Investigação sobre identidade narrativa

A investigação na área da identidade teve início entre o final década de 60 e o início da década de 70 do século XX, embora seja mais abundante desde a década de 90 do mesmo século. De acordo com McLean e Pasupathi (2012a) foram seguidas duas grandes orientações: a que se relaciona com os estatutos da identidade e a que se relaciona com a identidade narrativa. A cada uma dessas orientações correspondem dois grandes sentidos de conclusões, respectivamente: o desenvolvimento da identidade ocorre no âmbito de dois processos autónomos mas inter-relacionados, a exploração e o investimento; o desenvolvimento da identidade ocorre no âmbito de uma história de vida cuja narração a funda, integrando e articulando o passado, o presente e o futuro, em especial no que diz respeito a experiências significativas para o *self* e resoluções, ora bem ora mal conseguidas, de conflitos psicossociais.

### 2.1.1 Abordagem baseada nos processos de identidade

As abordagens que se baseiam nos processos de identidade apresentam uma forte ligação à teoria dos estatutos de identidade de Marcia (1966). Este autor (1966) desenvolve

uma avaliação empírica à teoria da identidade de Erikson (1956, 1963, cit in Marcia 1966). Marcia (1966) considera, tal como Erikson, que a formação da identidade inclui dois processos: crise (exploração de alternativas significativas e subsequente escolha de uma) e investimento (grau de investimento pessoal na escolha realizada). De acordo com Marcia (1966), um adolescente explora e investe no âmbito de vários domínios da ação humana, podendo ser posicionado precisamente na intersecção dos eixos que reportam a ambos os processos, dos quais derivam quatro estatutos de identidade: *achievement*<sup>2</sup> (verificou-se crise e exploração e há investimento), *moratória*<sup>3</sup> (experimenta-se crise e exploração e há indecisão e/ou tentativas de investimento), *foreclosure*<sup>4</sup> (não se verificou crise e exploração, embora exista investimento) e *diffusion*<sup>5</sup> (pode ou não ter-se verificado exploração, embora não exista investimento).

Meeus (2011) faz uma revisão de 66 estudos longitudinais sobre identidade com enfoque nos estatutos de Marcia, que se centra na primeira década do século XXI. Esses estudos confirmam um desenvolvimento progressivo da identidade ao longo da adolescência e da idade adulta, sendo a estabilidade mais marcada na idade adulta. Verifica-se também que adolescentes que apresentam uma maior maturidade identitária, mostram níveis elevados de ajustamento e perfis de personalidade positivos, vivendo em famílias responsivas e apresentando bons resultados académicos (Meeus, 2011).

Teoricamente, a análise dos estudos de Meeus (2011), reconfirma que a formação da identidade é um processo muito menos dinâmico do que comumente esperado e que o *continuum* dos estatutos da identidade segue, genericamente, uma dada ordem: *diffusion-moratória-foreclosure-achievement*. Mostra também que os adolescentes podem seguir dois conjuntos distintos de transições identitárias: *diffusion-foreclosure-achievement* ou *diffusion-moratória-foreclosure*.

Mais recentemente, os estudos de Luyckx, Goossens e Soenens (2006, cit in McLean & Pasupathi, 2012b) e Luyckx, Goossens, Soenens e Beyers (2006) sugerem uma maior discriminação dos processos de exploração e investimento. Nesses estudos são introduzidos dois novos termos: exploração em amplitude e exploração em profundidade<sup>6</sup>. A exploração em amplitude refere-se ao espectro total (no sentido de quantidade) de

---

<sup>2</sup> Optou-se por manter o termo em inglês porque não se encontrou um termo em português que expressasse inequivocamente o conceito.

<sup>3</sup> Tradução livre do termo em latim “moratorium”

<sup>4</sup> Optou-se por manter o termo em inglês porque não se encontrou um termo em português que expressasse inequivocamente o conceito.

<sup>5</sup> Optou-se por manter o termo em inglês porque não se encontrou um termo em português que expressasse inequivocamente o conceito.

<sup>6</sup> Tradução livre dos termos em inglês “exploration in breadth” e “exploration in depth”.

identidades exploradas – muito próxima da conceitualização de Marcia. A exploração em profundidade, à exploração contínua dos investimentos assumidos com vista à avaliação da validade e interesse da assunção dos mesmos.

### 2.1.2 Abordagem narrativa

De uma forma tranquila mas consistente, uma nova subdisciplina da psicologia da personalidade – a identidade narrativa – emergiu (Singer, 2004; McAdams, 2008a). De acordo com Singer (2004) e McAdams (2008a), até ao início do século XXI a identidade narrativa parecia demasiado difusa e camaleónica para ser claramente identificada (Baumeister et al., 1993, Gergen, 1992, Sarbin, 1986, cit in Singer 2004). Em parte, porque mantinha ligação a diversas áreas da psicologia, clínica, desenvolvimento, cognitiva e social, psicanálise (White & Epston, 1990 cit in Singer, 2004), em parte porque mantinha também ligação à filosofia (Ricouer, 1984, cit in Singer, 2004) e à literatura (Lau, 2002, Bruner & Weiser, 1991 cit in Singer, 2004).

Contundo, acrescentam Singer (2004) e McAdams (2008a), essa situação modificou-se a partir da primeira década do século XXI. Nessa altura, um conjunto de investigadores começam a colocar a identidade narrativa num lugar central relativamente à personalidade. Lugar, a partir do qual, começou a surgir um corpo de investigação bastante amplo (McAdams, 2008a).

Os investigadores da área da identidade narrativa partilham uma visão do ser humano pautada e orientada para a necessidade eminente de busca, criação e manipulação de significados, valorizando os processos cognitivos e afetivos nesse processo. O seu trabalho parece organiza-se em torno de três grandes dilemas. O primeiro diz respeito à medida em que a identidade narrativa manifesta unidade ou multiplicidade do *self*. O segundo envolve as contribuições ora da ação individual, ora da ação social (proximal e distal), na construção dessa identidade. O terceiro aborda a forma como a identidade narrativa mostra estabilidade e continuidade do *self* ou crescimento e desenvolvimento ao longo do tempo.

### 2.1.3 Investigação sobre identidade narrativa em jovens adultos

Assumindo a ideia de que a identidade narrativa consiste numa história de vida sediada no presente, com base no passado e projetada no futuro, importa vislumbrar a importância da infância, da adolescência e da idade adulta no seu desenvolvimento.

No que diz respeito à infância, de uma forma extremamente sucinta, sabe-se que histórias positivas, histórias negativas devidamente explicadas, resolvidas ou redimidas, bem como histórias coerentes e elaboradas, contadas por pais responsivos, foram associadas pelos investigadores a aspectos de desenvolvimento positivos, na adolescência e idade adulta (McLean & Pasupathi, 2012a).

Na idade adulta, de uma forma também extremamente sucinta, a investigação tem-se centrado em representações internalizadas da narrativa. Representações que mostram a existência de relações positivas entre complexidade e coerência da construção narrativa, ora com o ajustamento/adequação da identidade, ora com a adaptação a novas experiências e estádios de vida (McLean & Pasupathi, 2012a).

No entanto, as autoras acima citadas (2012a) constataam a falta de investigação precisamente na idade em que a identidade narrativa emerge, a adolescência, bem como no início da idade adulta. Esta constatação é ainda mais pertinente tendo em consideração que os teóricos da área afirmam que um sentido de identidade coerente, positivo e autêntico ajuda a realizar escolhas, manter investimentos e realizar uma boa transição para a idade adulta (McLean & Pasupathi, 2012a).

No que diz respeito aos resultados da investigação, destaca-se a crescente complexidade e elaboração de narrativas sobre a história de vida. Elaboração que não se restringe a aspectos intrínsecos da narrativa, mas que coincide com a emergência de competências cognitivas, nomeadamente, a capacidade de abstração, que proporcionam a criação de coerência, continuidade e significado à narração (McLean & Pasupathi, 2012a). Assim, para adolescentes tardios e jovens adultos, parecem existir dois desenvolvimentos pertinentes. Em primeiro lugar, a capacidade de construir narrativas nas quais as experiências moldam ou modificam o sentido do *self*. Em segundo, a capacidade de construir narrativas nas quais a amplitude de perspetivas sobre um dado evento é maior. De alguma forma, estas mudanças desenvolvimentais são sinónimos da emergência da própria identidade narrativa, pois refletem uma capacidade crescente de construção de significados na narração do passado. Reese, Yan, Jack, Hayne (2012), Negele e Habermas (2012) e Fivush, Bohanek e Marin (2012) pormenorizam essas mudanças desenvolvimentais,

mostrando como se fundamentam na infância, constituindo bases sólidas para um ajustamento positivo a novos desafios.

Assim, Reese et al. (2012) mostram que a emergência da construção da história de vida na adolescência parece estar intimamente relacionada com a criação de significados acerca de eventos pertinentes da vida da criança, pelos pais. À medida que o tempo avança, esses significados parecem constituir pedras basilares na construção da história de vida. As autoras (2012) mostram também que embora os adolescentes desenvolvam competências inexistentes antes dessa fase de desenvolvimento, as mesmas parecem surgir no âmbito e na sequência da narração no contexto da família nuclear.

Negele e Habermas (2012) evidenciam que os adolescentes, à medida que a idade avança, mostram maior capacidade de explanação e significação sobre a forma como o seu passado se liga à configuração do seu *self* atual – *self* atual que se exprime na continuidade e fidelidade da identidade através da mudança desenvolvimental.

Fivush et al. (2012) sugerem que as famílias que conseguem criar narrativas coerentes e elaboradas sobre eventos negativos e que, ao mesmo tempo, conseguem expressar e explicar emoções negativas, no contexto da reminiscência familiar, têm adolescentes que apresentam níveis mais altos de autoestima e bem estar emocional. Mostram também como o gênero dos pais modera a relação entre o estilo de reminiscência e o bem estar psicológico na adolescência: mães emocionalmente expressivas, mais explanativas e elaborativas, parecem estar associadas a filhos (rapazes e raparigas) com maior autoestima e bem estar psicológico. Já pais emocionalmente expressivos, explanativos e elaborativos, parecem estar associados a filhos com maior autoestima e bem estar psicológico, não acontecendo o mesmo com as filhas.

A relação entre a construção da identidade na adolescência, a autonomia e formas de reminiscência, ora pais-filhos, ora filhos-pais é estudada por Weeks e Pasupathi (2012). As autoras (2012) sugerem que quando existe uma relação pais-filhos conflituosa, será maior a probabilidade de um grau menor de autonomia, em especial no que diz respeito à construção da identidade.

Se os pais parecem ser elementos da maior importância na construção da identidade narrativa, existindo mesmo um campo emergente ligado a narrativas familiares (Pratt, Norris, Lawford & Arnold, 2012), o mesmo parece começar a acontecer com os avós. Pratt et al. (2012), apresentam um estudo no qual se mostra a importância destas figuras na promoção da autonomia e construção da identidade narrativa, sendo essa importância observável em histórias que evidenciam o papel dos avós como referências e/ou modelos.

Os mesmos autores (2012) referem também que parece existir uma aproximação entre o papel e as funções dos avós e os estilos parentais refletidos nos trabalhos de Baumrind (1991, cit in Pratt et al., 2012) e Steinberg (2001, cit in Pratt et al., 2012), em especial na definição do estilo autoritativo. Isto é, avós que mostrem responsividade e autoridade firme, parecem promover uma maior autonomia na construção da identidade narrativa.

Responsividade que parece ser também um fator determinante no que diz respeito à relação entre a criação de significados e um tipo de audiência determinado, os amigos – mesmo quando a matéria prima se trata (apenas?) de experiências quotidianas sem grande expressão dramática (Pasupathi & Hoyt, 2009; Pasupathi, 2006). Os estudos de (Pasupathi, 2006), de McLean (2005) e de Weeks e Pasupathi (2012), mostram também a forma como a narração de experiências quotidianas junto de figuras significativas na construção da identidade narrativa (amigos e pais), pode criar significados pertinentes à construção da identidade narrativa.

O tema da continuidade e da mudança, é abordado num estudo longitudinal de McAdams, Bauer e Sakaeda (2006) sobre adultos emergentes (Arnett, 2000, 2001, 2004), no qual se demonstra a existência de continuidade na complexidade narrativa, no tom emocional (positivo versus negativo) e continuidade moderada, mas significativa, para os temas de agência e crescimento. Os participantes mostram ainda uma construção de histórias mais positiva, níveis maiores de nuance emocional e de auto-diferenciação, bem como uma melhor compreensão do seu desenvolvimento pessoal. Num outro estudo longitudinal, desta vez centrado na adolescência, Negele e Habermas (2012) encontraram também continuidade em todas as dimensões da identidade narrativa, tal como McLean (2008), cujo estudo mostra também desenvolvimento, especificamente no sentido de que narrativas dos jovens adultos se centram, sobretudo, em temas relacionados com a mudança.

No que diz respeito à ligação entre as competências cognitivas e a construção da história de vida, há a referir um estudo de Habermas e Bluck (2000) sobre adolescentes, que incide na combinação entre a recordação autobiográfica e a auto compreensão na criação de um relato coerente sobre o passado. No âmbito de duas manifestações da história de vida, narrativas de vida e construção autobiográfica<sup>7</sup>. O estudo traça quatro tipos de coerência: temporal, biográfica, causal e temática (conforme já referido).

---

<sup>7</sup> Tradução livre do termo em inglês “autobiographic reasoning”.

Habermas (2011) defende que a construção autobiográfica está ancorada na intersecção entre os domínios da cognição, da memória autobiográfica e da narrativa, parece contribuir para o desenvolvimento da identidade, sendo instrumental no esforço de lidar com experiências vivenciais, ajudando a moldar e a criar uma história de vida que se inicia numa partilha entre o *self* e outros significativos. Nesta área de estudo, tem também sido explorada a relação entre o desenvolvimento da construção autobiográfica em contexto familiar. Assim, Pasupathi e Weeks (2011) demonstram como a co-narração entre pais e filhos sobre eventos passados, pode permitir a construção de um sentido de continuidade identitária na adolescência. Fivush, Bohanek e Zaman (2011) evidenciam como as conversas em família permitem uma experiência de socialização que estará na base da construção de histórias pessoais, familiares e intergeracionais – podendo, ao mesmo tempo, contribuir para o bem estar individual. McKeough e Malcom (2011) manifestam a importância de histórias familiares contadas pelos pais, através das quais os adolescentes aprendem a construir histórias de vida cada vez mais complexas através da indução de conteúdos morais e simbólicos.

Para finalizar, resta abordar os estudos ligados aos estatutos de identidade e a sua relação com a identidade narrativa. O papel da exploração na narração é comprovado, uma vez que os indivíduos parecem articular expressamente relações entre o *self* e a exploração no contexto narrativo, à medida que procuram significados que se adequem a essas relações (McLean & Pasupathi, 2012b). Com o entrar na vida (dita) adulta, a quantidade de narrativas que desafiam o *self* diminui. Tal é consistente com a ideia de que as narrativas refletem uma presença mais marcada de exploração da identidade, em idades onde esse processo é saliente e frequente. É também consistente com a ideia de que as narrativas refletem um abrandamento da exploração, em fases onde a identidade parece começar a ser mais estável (McLean & Pasupathi, 2012b). Será essa a realidade para os adultos emergentes (Arnett, 2000, 2001, 2004; Arnett & Hughes, 2012) ou será que com o adiamento dos investimentos a exploração continua? Sabe-se que a procura de sentido é tanto mais provável quanto mais inesperado é o acontecimento e as suas consequências. E experiências que impliquem uma necessidade de narração através da construção de significados, são experiências que colocam desafios à identidade em termos de crenças sobre o *self* e objetivos em relação ao futuro (McLean & Pasupathi, 2012b).

Em termos do processo de investimento, há a salientar que as narrativas se podem associar a constructos motivacionais, de forma a que, mais facilmente, se atinjam valores e



objetivos e, portanto, se mantenham investimentos congruentes com a identidade (McLean e Pasupathi (2012b).

McLean e Pratt (2006) mostram ainda a existência de uma relação próxima entre a sofisticação da significação e o estatuto *achievement* e mais distante entre as identidade *diffusion* e *foreclosure*. O mesmo tipo de relação também é observada em relação a medidas de maturidade identitária. Associam ainda sofisticação da significação e temas como a generatividade e o optimismo.

## 2.2 O jovem adulto

De acordo com Erikson (1959), quando a adolescência termina, dá-se início à idade adulta. Nessa altura, a vida, entendida na sua complexidade, começa (Erikson, 1959). Começa porque se inicia a dedicação a uma profissão ou o estudo que a prepara. Começa porque se aprofunda as relações sociais no domínio das relações amorosas e de amizade. Começa porque se planeia ou concretiza um casamento e uma família. Ou seja, a vida começa porque o jovem adulto inicia a sua apropriação dos papéis ditos adultos. O mesmo autor (1959) adverte que só após a resolução relativamente positiva do sentido de identidade, se pode alcançar uma verdadeira intimidade, quer seja com os outros, quer seja consigo mesmo. O jovem que se sente seguro de si mesmo, procura relações de amor e de amizade, bem como motivos inspiradores para a sua ação. O jovem que não se sente seguro de si mesmo, inibe-se socialmente. A resolução pouca adaptativa desta fase de desenvolvimento, implica o isolamento, que se traduz na prontidão de repudiar o que pareça constituir uma ameaça ao *self* (Erikson, 1959). Esta etapa, que Erikson (1959) configura numa faixa etária entre os 19 e os 40 anos, define o jovem adulto.

Arnett (2000, 2001, 2004) tem desenvolvido trabalho no âmbito da transição entre a adolescência e a idade adulta, tendo introduzido o conceito de adultez emergente. Arnett (2000, 2001, 2004) e Arnett e Hughes (2012) afirmam que na sociedade norte americana (Estados Unidos da América e Canadá) e noutras sociedades pós industriais do Ocidente (Europa, Austrália e Nova Zelândia), bem como na Ásia (Coreia do Sul e Japão), a vida de um homem ou mulher com vinte e poucos anos não podia ser mais diferente do que há umas décadas atrás: não só são solteiros, como estão longe de ser pais, apresentando um percurso formativo e profissional pleno de curvas e contra curvas – há algumas décadas

estariam casados, seriam pais e teriam um percurso formativo e profissional linear (a curto, médio e, muito provavelmente, a longo prazo).

De acordo com Arnett e Hughes (2012), os 18 anos marcam o início da adultez emergente e os 25, o seu fim. Os mesmos autores (Arnett & Hughes, 2012) apresentam estudos que mostram que a passagem para a idade adulta parece ser marcada pela: assunção da responsabilidade por si mesmo, realização de escolhas autónomas e independência financeira. Será de salientar que estes três critérios são transversais a nacionalidades, culturas, grupos étnicos e níveis sociais.

Arnett (2000, 2001, 2004) e Arnett e Hughes (2012) definem a adultez emergente como a idade da exploração da(s) identidade(s), da instabilidade, da centração em si próprio<sup>8</sup>, do sentimento de estar a meio do percurso (nem na adolescência nem na adultez), das possibilidades e da esperança.

Desta definição julga-se especialmente pertinente a ideia da exploração identitária, logo do experimentar tentativo de possibilidades no amor e no trabalho, que permite a assunção de investimentos (Arnett e Hughes, 2012). Os mesmos autores (2012) clarificam que esta característica foi atribuída desde Erikson (1950, cit in Arnett & Hughes, 2012) à adolescência, embora defendam que na atualidade seja comumente aceite que embora a exploração da identidade se inicia na adolescência, seja mais aprofundada na adultez emergente (Côté, 2006, Schwartz et al., 2005, cit in Arnett & Hughes, 2012).

Também pertinente a ideia de que a exploração e tudo o que comporta, tornará a adultez emergente uma idade pautada pela instabilidade em relação a projetos de vida que parecem ter necessidade de revisões constantes, e onde a(s) ansiedade(s) que caracteriza(m) a adolescência tende(m) a desvanecer-se, surgindo em sua vez um sentimento de instabilidade como nova fonte de disrupção (Arnett, 2001, 2004; Arnett & Hughes, 2012).

Para finalizar, julga-se ainda pertinente que a adultez emergente pareça ser a idade das possibilidades, onde muito(s) futuro(s) parecem possíveis e onde ainda muito está por decidir - assim, a esperança floresce e os indivíduos parecem ter uma oportunidade sem paralelo de transformar as suas vidas (Arnett, 2001, 2004; Arnett & Hughes, 2012). De facto, o verdadeiro teste à identidade está por vir, pois ainda não há investimentos que o sustentem adequadamente.

---

<sup>8</sup> Tradução livre do termo em inglês “self-focused”.

### 2.3 A consulta psicológica vocacional

A consulta psicológica vocacional tem por principal objetivo a promoção do desenvolvimento vocacional, através da atribuição de direção e significado aos investimentos no mundo da educação, da formação e do trabalho (Campos & Coimbra, 1991; Coimbra, Campos & Imaginário, 1994). Sem esquecer que, dentro duma lógica construtivista, desenvolvimental e ecológica, a promoção do desenvolvimento como um todo, se consubstancia e esgota na própria ideia de consulta psicológica (Campos, 1988).

De acordo com Campos (1992), a relação de investimento com o mundo constrói-se através das experiências proporcionadas pelos e nos contextos sociais de participação (entre outros, família, grupos de pares, escola, meios de comunicação social). Formal e informalmente. Experiências que constituem oportunidades de exploração, ou seja, oportunidades de diferenciação da relação com o mundo. Cada um significa e integra de forma diferente estas experiências, produzindo, idealmente, um todo articulado de sentido que se (re)constrói em permanência e se consubstancia em investimentos mais ou menos duradouros (Campos, 1992).

A exploração reconstrutiva do investimento vocacional constitui a estratégia por excelência da consulta psicológica vocacional (Campos & Coimbra, 1991). Estratégia que procura oferecer ao cliente experiências que o ajudem a questionar e transformar os seus investimentos, criando, ao mesmo tempo, condições que propiciem a atualização e integração dessas transformações no futuro (Campos & Coimbra, 1991).

A exploração reconstrutiva do investimento vocacional implica também a existência de momentos de integração centrados na análise do que vai ocorrendo dentro e fora do processo de consulta (Campos, 1992). Integração que deverá focalizar-se num conjunto de dimensões – afetiva, cognitiva e comportamental – e relativamente às tais experiências exploratórias, como também às estruturas do sistema pessoal do sujeito (Campos, 1992).

### 2.4 A (re)construção da identidade narrativa num jovem adulto

A (re)construção da identidade narrativa num jovem adulto é, então, o tema deste trabalho. De acordo com as asserções teóricas e a revisão dos estudos empíricos exposta, pode-se afirmar com segurança que a identidade narrativa é a história internalizada e evolutiva de si mesmo, construída de forma a dar unidade, imprimir sentido e atribuir

significado à vida pessoal. Vida pessoal animada de um claro propósito relacional, vocacional e motivacional. Uma história construída a partir de experiências vividas ou que se esperam viver em contextos proximais ou distais. Uma história de vida que é contada por si mesmo a si mesmo, bem como a outros, de forma a definir quem esse si mesmo foi, é e espera vir a ser, articulando passado, presente e futuro. Uma história de vida que começa a ser construída e contada com sentido entre o final da adolescência e a o início da idade adulta. Uma história pela qual se vive. Uma história que é uma identidade narrativa. Identidade narrativa em constante (re)construção.

Não parece existir um corpo amplo de investigação precisamente na idade em que a identidade narrativa parece emergir. Ao mesmo tempo, será de salientar que a investigação existente demonstra que um sentido de identidade coerente, positivo e autêntico ajuda a realizar escolhas, manter investimentos e realizar uma boa transição para a idade adulta. Sendo esse um dos potenciais objetivos do trabalho no âmbito da consulta psicológica vocacional com jovens adultos, faz sentido analisar a (re)construção da identidade narrativa num processo de consulta nesse âmbito. Um processo de consulta psicológica vocacional analisado em torno da ideia da identidade narrativa, a partir da operacionalização de uma perspectiva construtivista, desenvolvimental, ecológica e, claro está, narrativa. O caso de Tomás.

### 3. Metodologia

De acordo com Bogdan e Biklen (1994), a investigação qualitativa é uma abordagem de cariz descritivo, que se interessa mais pelo processo, do que pelo resultado ou produto que escolhe como objeto de estudo. De facto, de acordo com Mey (2007), a compreensão da construção da identidade requer uma abordagem que permita a exploração da narração. Assim, pode-se afirmar, tal como Mey (2007) e Goossens e Luyckx (2007), que a investigação qualitativa permite uma compreensão profunda da percepção, descrição e interpretação da identidade – o que é precisamente o que mais sentido faz no âmbito do tema de investigação deste trabalho.

Bogdan e Biklen (1994), Thomas (2011) e Yin (2014) afirmam que os investigadores qualitativos tendem a analisar os dados de forma indutiva, ou seja, não recolhem dados com o objetivo de confirmar ou infirmar hipóteses, embora levantem questões às quais procuram dar resposta, esperando que os dados recolhidos se configurem numa dada abstração teórica. Assim, atinge-se o que os mesmos autores (Bogdan & Biklen, 1994; Thomas, 2011; Yin, 2014) designam por teoria fundamentada, que é precisamente alcançada a partir da inter-relação de dados individuais na direção de um todo articulado de sentido, através de um processo indutivo. Acredita-se que este trabalho venha a contribuir para um reforço da configuração teórica da identidade narrativa em jovens adultos, em geral e no seio da consulta psicológica vocacional, em especial.

#### 3.1 O caso

A opção pelo estudo de caso faz-se tendo em consideração a definição de Yin (2014) sobre este tipo de metodologia, onde se afirma que a mesma procura explorar, descrever ou compreender um fenómeno complexo (o caso), no qual estão simultaneamente envolvidos diversos factores, acedendo ao mesmo de forma direta, aprofundada e global.

Na medida em que se pretende estudar a (re)construção da identidade narrativa num jovem adulto, faz sentido que a recolha de dados permita aceder a uma pessoa entre os 18 e os 25 anos de idade.

O caso escolhido, como seria de esperar no âmbito de um estudo de caso, não se pretende representativo (Bogdan & Bliklen, 1994; Guerra, 2006; Thomas, 2011; Yin,

2014). De facto, não se almeja a generalização estatística de resultados, mas sim a compreensão e ilustração da (re)construção da identidade narrativa num determinado jovem adulto, de acordo com um corpo teórico previamente construído – ideia que é retratada por Yin (2014) através do conceito de generalização analítica. Jovem adulto identificado a partir da prática profissional da autora da dissertação, em contexto de consulta psicológica vocacional.

O cliente e os seus pais (figuras presentes na intervenção), foram devidamente informados acerca do objetivo e âmbito do trabalho a desenvolver, bem como da sua posterior divulgação científica – sempre sujeita a anonimato –, tendo assinado uma declaração de consentimento informado, em anexo. Os dilemas éticos, eventualmente associados a este tipo de participação e utilização de dados sujeitos a confidencialidade, foram assim resolvidos (McLeod, 2010; Thomas, 2011; Yin, 2014).

### 3.2 Recolha de dados

Como já foi referido, a realização deste estudo de caso deriva da prática de consulta psicológica vocacional da autora desta dissertação. Assim, implica como matéria prima o trabalho desenvolvido em intervenção, conforme previsto por McLeod (2010). Este autor (2010) considera pertinente a gravação e transcrição de senão todas, pelo menos de parte das sessões do processo. No entanto, McLeod (2010) não elimina a possibilidade de estudos de caso serem desenvolvidos a partir de notas recolhidas ao longo do processo de consulta psicológica. Assim sendo, o psicólogo/investigador deverá criar uma narrativa sobre as histórias contadas em contexto de intervenção ou sobre a história da própria intervenção (McLeod, 2010). Essa narrativa constituirá o corpo de dados recolhidos, fruto de posterior análise.

Tendo como ponto de partida a sugestão de McLeod (2010), elaborou-se uma narrativa a partir do trabalho desenvolvido em consulta com o cliente e com os seus pais. Utilizou-se na escrita da narrativa, não só as notas da psicóloga, como também outros materiais desenvolvidos em consulta (que comportam em si mesmo um carácter eminentemente narrativo). Narrativa posteriormente validada pelo cliente e pelos seus pais, no que a cada um lhe dizia respeito. Narrativa alterada, sempre que cada um assim o indicou e num sentido mais perto do que delimita como seu.

É este o caminho escolhido, apesar das limitações e advertências que um investigador experiente possa vir a apresentar. Caminho escolhido porque a autora desta dissertação não esperava vir a utilizar os dados da intervenção.

### 3.4 Análise narrativa

Os métodos de investigação narrativos não se pautam por uma unanimidade de desenho, tanto no que diz respeito à recolha, como à análise de dados, não existindo uma matriz universal única e irreduzível de trabalho (Lieblich et al., 1998; Riessman, 2008; McLeod, 2010; McAdams, 2012a). De facto, as escolhas são deixadas ao cuidado do investigador, desde que devidamente fundamentadas (Lieblich, Tuval-Mashiach & Zilber, 1998; Riessman, 2008; McLeod, 2010; McAdams 2012a).

No que diz respeito à análise, optou-se por seguir o modelo de Lieblich et al. (1998), que advoga um enfoque a partir da operacionalização de quatro grandes perspectivas analíticas que derivam do cruzamento ortogonal de dois *continuums* (holístico-categorial, conteúdo-forma). Assim, os mesmos autores (1998), sugerem que a análise se centre numa ou em várias interseções: holístico/conteúdo, holístico/forma, categorial/conteúdo, categorial/forma. Nesta dissertação, opta-se por um enfoque global baseado no conteúdo, que Lieblich et al. (1998) denominam também por análise temática.

Lieblich et al. (1998) sistematizam o processo da análise temática, da seguinte forma: 1) leitura repetida da narrativa até que um padrão surja, normalmente na forma de *foci* da história como um todo (há aspectos que podem ser mais ou menos salientes, embora a sua significância dependa da história e do seu contexto); 2) escrita da impressão global e de exceções à mesma (por exemplo, contradições), bem como de pontos que podem colocar em causa a coerência da mesma; 3) escolha de *foci* de conteúdo ou temas que se pretenda seguir (pode existir um *focus* frequentemente distinto na narrativa, embora a opção do narrador pela sua omissão possa também mostrar a sua significância); 4) identificação e leitura repetida de cada um dos temas, ao longo da narrativa; 5) anotação da evolução de cada um dos temas com atenção à frequência, transição, contexto e saliência, prestando ao mesmo tempo atenção a possíveis contradições (conteúdo, tonalidade emocional ou avaliação feita pelo narrador).

A sugestão de Lieblich et al. (1998) é em tudo semelhante à de McAdams (2012a). Apresenta também semelhanças com as sugestões de Riessman (2008), que enfatiza a

importância do conteúdo em detrimento da forma (o que é dito em detrimento de como é dito). Esta autora (2008) reforça ainda algumas características deste tipo de análise que aqui se apresentam porque são sentidas como pertinentes na fundamentação da opção, nomeadamente: existência de teoria que serve como recurso de interpretação; preferência pelas sequências em detrimento de segmentos narrativos; atribuição de importância ao contexto histórico e social; centração nos estudos de caso individuais e/ou grupais.

Lieblich et al. (1998) e McLeod (2010) acrescentam que apesar da discussão de casos entre pares seja profundamente produtiva e aconselhável, não se espera uma fiabilidade elevada, uma vez que a análise temática é um trabalho de cariz claramente interpretativo.

Para terminar, resta referir os pormenores da apresentação do estudo caso. A cada tema delimitado e analisado corresponde uma secção individual: o pedido; a avó e o avô; a mãe e o pai; estudar para um dia vir a trabalhar; e outros temas. Em termos de formatação, optou-se por utilizar fonte em itálico e negrito nos temas delimitados durante a análise, a que correspondem os títulos das secções individuais. De forma a distinguir a análise narrativa, da narrativa do processo, utiliza-se, respectivamente, fonte em itálico e fonte normal. As citações de expressões ou frases, com os contributos do cliente ou dos pais, surgem sempre entre aspas.



#### 4. Tomás

Tomás tinha 21 anos quando se inscreveu na consulta psicológica vocacional do SCPOV.LV<sup>9</sup> da FPCE-UP. Estava matriculado num mestrado integrado de engenharia civil há três anos, tendo realizado com sucesso cerca de metade das unidades curriculares relativas a esse período de tempo. A sua inscrição veio na sequência de uma sugestão dos pais, que se mostravam preocupados com o seu aproveitamento académico e a sua aparente desmotivação para com todos os aspetos que se relacionassem com essa dimensão da sua vida.

Tomás foi o primeiro filho de uma professora de línguas e um engenheiro electrotécnico, em início de vida familiar e profissional. Gostou sempre de se sentir o primogénito: o primeiro filho, o primeiro neto, o primeiro sobrinho. Seis anos mais tarde, nasceu um irmão que perturbou esse sentimento, bem como a própria dinâmica familiar. À medida que os pais se tiveram de mobilizar física e afetivamente na direção de Dinis, Tomás deixou de se sentir tão especial e tão só. Tão especial porque já não era o único. Tão só porque há muito que desejava um irmão com quem partilhar brincadeiras. E tudo se resolveu, depois dos sobressaltos iniciais. O desconforto por ter querido e deixado de querer Dinis adormeceu e Tomás passou, sem receio, a brincar com o irmão.

Para além, dos pais, figuras importantes na sua vida que sempre escolheu ouvir, Tomás referiu como significativa a presença perene dos avós maternos, com quem passou grande parte da sua infância e adolescência. Aos três anos, entrou no infantário, sem sobressalto de maior. Até lá, passava o dia com os avós, já reformados nessa época. Ela da profissão de professora primária, ele de engenheiro civil.

Um ano sucede-se ao outro e devagarinho surge o primeiro ciclo, depois o segundo e o terceiro. A rotina, sempre a mesma: escola, casa dos avós, futebol, ida para casa dos pais. Verões longos, ora na aldeia, ora na grande cidade, sempre perto dos avós.

E futebol, muito futebol. Na escola, no jardim de casa dos avós, no clube da zona de residência e no estádio, ora ao fim de semana, ora à semana (“porque o Porto vai sempre às competições europeias”). No estádio, a companhia serena e avisada do avô, pautada por conversas. Construir pontes é bonito (o avô era especialista em estruturas).

---

<sup>9</sup> O SCPOV.LV é parte integrante do Serviço de Consulta Psicológica de Jovens e Adultos no âmbito do Serviço de Consulta de Psicologia da FPCE-UP. O Serviço de Consulta de Psicologia desenvolve atividade no âmbito da prestação de serviços à comunidade (interna e externa) e funciona em estreita articulação com as atividades de investigação científica e docência da FPCE.

Respeitar a mulher é importante. Ser pai é uma grande responsabilidade. Os médios são os tipos mais espertos de uma equipa de futebol, têm de ser rápidos, saber receber e antecipar jogadas. O Porto é uma nação.

“Em casa” – por vezes Tomás aludia à casa dos avós como a sua casa –, a avó sempre presente, habituada a cuidar dos netos desde a mais tenra infância. Almoços e lanches (também jantares, nos dias em os pais estavam muito sobrecarregados de trabalho) preparados pela avó, que tratava sempre de escolher as receitas mais ansiadas pelos netos. Pelos netos e pelos seus amigos, pois a casa era frequentemente palco de convívio de crianças amigas de Tomás e Dinis.

Num certo dia, já a meio do terceiro ciclo, a avó adoece. Coisa grave. Pouco tempo depois morre. O avô morre de saudade, logo a seguir, afiança Tomás. Os médicos já tinham ameaçado que tal poderia acontecer, os seus problemas cardíacos há muito que todos preocupavam.

Tomás sente o mundo a fugir por baixo dos pés. Sofre sozinho. Sem palavras. Sozinho porque sempre teve dificuldade em partilhar sentimentos. Sem palavras porque, de facto, se lembra de não saber o que dizer, embora intuitivamente soubesse que todos esperavam que dissesse alguma coisa. O irmão dizia. Acerca disto e de tudo. Tagarela o rapaz. Muito diferentes estes irmãos. Tomás conta que a mãe os compara: muito introvertido, como o pai, o primeiro, muito extrovertido, como a mãe, o segundo.

A mãe, mulher faladora e habituada aos outros por feitio e deformação profissional, decide que Tomás tem de “sofrer” acompanhado, de preferência com palavras que expressem o que sente. Se não com os pais, com outro alguém. Assim, leva-o a uma psicóloga com quem poderá conversar, considera a mãe. Nada feito. O rapaz não fala. O pai, homem direto, autoritário e de poucas falas, decide que tudo o tempo cura. Se o rapaz não quer ir, há que respeitar.

Tomás conta que a mãe repete proficuamente que ele mudou muito após a morte dos avós, que deixou de ser alegre, cordial e tão bom aluno. A mãe, que passa a acompanhar de perto os estudos dos filhos, começou a ser chamada à escola com muita frequência. Não era o mesmo menino. Clamavam os professores. Respondão e zangado com tudo e todos. Os professores abordam a hipótese de recorrer a um psicólogo. A mãe aceita, o pai mantém a posição de que Tomás é que tem de decidir. Tomás declina.

Como o tempo não se detém, surge um novo desafio, desta feita académico. Que área devo seguir no secundário? Que curso devo tirar no superior? Lá vem a mãe de novo com a ideia do psicólogo. Recusa renovada. Outras opiniões? Os amigos dizem que o

melhor é escolher uma área que goste e “tenha facilidade”. Os professores que, sendo bom a matemática e físico-química, deve ir para ciências ou engenharia. Os pais, que “tenho de pensar no futuro”, que “a vida não está fácil para ninguém” e que, afinal de contas, está “habitado a uma vida cara” – para além de que “a área de ciências tem sempre mais saídas”, afiançam.

Ora bem, pensa Tomás. “Sou bom a educação física. Gosto de futebol. Sou também bom a matemática e físico-química, mas não gosto dessas áreas. Acho que não preciso de tantas coisas como os meus pais. Gosto tanto de futebol. Será que consigo vir a ser profissional? Se não conseguir, o que posso fazer com um curso de desporto? Vou para a área de ciências e logo vejo”. Mas não viu. Foi adiando, dia após dia, mês após mês, ano após ano.

De repente uma nova urgência de escolha, desta feita no final do secundário. Que curso superior? Os amigos continuavam a argumentar que o melhor é escolher o que se gosta – embora, nessa altura, muitos já dissessem que o melhor era “escolher uma coisa certa, por causa da crise”. Os professores, que devia era pensar em engenharia, uma “área de emprego fácil e seguro”. Os pais que “engenharia era, sem dúvida o melhor caminho”. Seja.

E foi para engenharia civil, como o avô. Os anos foram passando. O primeiro, o segundo, o terceiro. Nada parece prender Tomás ao curso, aos colegas, à faculdade. “Tenho metade das disciplinas por fazer. Os colegas parecem de outro planeta. A faculdade uma catedral”. Um alheamento começou a surgir. Um alheamento em relação ao mundo vocacional e tudo o que o congrega, conta Tomás. “Pode ajudar-me?”.

### ***O pedido***

E assim começou o processo de consulta psicológica vocacional com Tomás. Com um pedido de ajuda. Um pedido de ajuda genuinamente expectante. Um pedido de ajuda genuinamente aberto. Achei curioso Tomás não ter fechado o pedido, não ter referido uma qualquer dimensão de vida que tivesse necessidade ou vontade de trabalhar. E teria sido fácil fazê-lo. Teria sido fácil dimensionar o pedido à medida do vocacional. E tal poderia ter sido mais protetor, menos desafiante. Mas não me pareceu que Tomás quisesse proteger-se. Pelo contrário, queria quebrar o silêncio e deixar as palavras jorrar.

Tomás conta, cabisbaixo, que há muito que o mal estar se havia instalado. Embora só nesta altura Tomás o tenha claramente explicitado. É difícil iniciar a dança com o outro quando há tanto tempo se deixou de tentar tal gesto. Gesto cristalizado, no caso de Tomás, que se traduz no silêncio ensimesmado com que escolheu viver. Intencionalmente, Tomás? Pausa. Encolhe os ombros. “Não consigo explicar”. Não consegue explicar por palavras, mas os dados estão lançados. A forma como se sobressalta, quando o chamo, na sala de espera. A forma como caminha, hesitante, no corredor. A forma como, perscrutante, passa pelo limiar da porta do gabinete. A forma como, a medo, se senta no sofá.

*Quem, enquanto criança ou adolescente encontrou segurança através do isolamento e do silêncio, pode apresentar dificuldade na criação, desenvolvimento e manutenção de relações que encontram nas palavras a sua base edificante (Sorsoli, 2004). Quem não quis ou não pôde revelar determinadas experiências vivenciais, mas que mesmo assim as recorda, constrói identidades em ausência, na medida em que as mesmas não fazem parte do indivíduo partilhado e do self narrado (Pasupathi, Mclean & Weeks., 2009), mas da identidade narrativa ainda assim, portanto do self.*

*A consulta psicológica (Campos, 1988) é uma intervenção de base relacional que assenta na palavra. Na dança de palavras entre dois ou mais entes. É no âmbito dessa dança, desse contexto conversacional, que a mudança ocorre, consubstanciando-se na (re)construção de narrativas pessoais do cliente (Gonçalves & Gonçalves, 2001).*

*Mas a consulta psicológica vive também da detenção da palavra. Porque a sua detenção também tem significado. E porque o uso do silêncio também faz parte da comunicação humana. Assim, as identidades por ausência, que não são narradas a um outro, também se configuram como identidades. Tal como a imobilidade faz parte da dança. E, de acordo com Fivush (2000, cit in Pasupathi et al. 2009), o que não é revelado é também fundamental para a identidade narrativa.*

*No entanto, as experiências traumáticas (aqui entendidas num sentido lato) parecem fugir a esta vertigem de revelação, provavelmente devido à acentuação emocional excecionalmente negativa da sua (re)vivência (Fivush, 2000, cit in Pasupathi et al. 2009). Porque havia Tomás de repetir alto o que o atormenta tanto em silêncio? Porque preferiria voltar a viver toda a dor que sentiu depois dos avós morrerem? Porque queria dar vida, dar realidade, a toda essa dor? Dizer alto a dor torna-a mais real.*

*Terá a detenção das palavras, a não revelação, sido problemática para Tomás? Aparentemente sim. A partilha de experiências e afetos negativos parecem ser úteis, na medida em que permitem a busca e a criação de significado – quanto mais redentora melhor (McAdams, 2012a), pode-se acrescentar. Tal contribui para a (re)construção de uma identidade narrativa coerente e integrada. Na tradição da identidade narrativa, a não revelação é de facto vista como potencialmente problemática, pois reduz a oportunidade de integração de uma dada experiência (Pasupathi, 2007; Fivush, 2000, Pennebaker & Keough, 1999, cit in Pasupathi et al., 2009). A*

*perda dos avós foi, com algum grau de certeza, uma experiência traumática para Tomás, que parece ter perdido uma continuidade de si mesmo. A mãe e os professores reportam uma mudança abrupta, pautada pela zanga, pela irritabilidade. Tomás reporta um alheamento progressivo, mais patente nos últimos anos, à medida que o luto não se resolvia e a sociedade lhe exigia a assunção de novos papéis (ditos) adultos, em especial no que ao vocacional dizia respeito. Estudar para vir a trabalhar.*

*Para esta não revelação podem ter contribuído vários fatores, parecendo, o mais importante a tentativa de evitação da negatividade emocional associada à re-experienciação. Depois, de acordo com Pasupathi et al. (2009), o que não é revelado por refletir um sentido de si mesmo problemático (possivelmente indesejado), acaba por ter uma importância acrescida no âmbito da identidade narrativa. E quanto mais retido esse self, provavelmente mais problemático se tornará. Poderá Tomás ter tido necessidade de o reter ainda mais profundamente, uma vez que o entenderia como problemático. Muito provavelmente sim.*

De forma inesperada (para Tomás e para mim), a primeira consulta (a primeira de 12 consultas individuais) foi densa e extensa. Tomás falou espontânea e quase ininterruptamente. A princípio a medo, claro, outra coisa não seria de esperar. Estudando a minha face, o meu jeito e trejeito. Procurando pistas para perceber se poderia ou não ir avançando. Bem como poderia ir avançando. Durante a consulta, dei-me conta da necessidade que Tomás tinha de trazer palavras a um outro. Curioso. Estendeu o coração a partir da conjugação de palavras e realizou um pedido. Um pedido diferido no tempo. Um pedido que foi claramente pensado e discutido consigo mesmo.

Teria sido assim? Haveria um pedido interiorizado, Tomás? Sim. Há muito, talvez desde o início do seu segundo ano de faculdade. Foi a partir dessa altura que Tomás sentiu que teria, mais cedo ou mais tarde, de “conversar com alguém sobre todas as coisas que tinha pensado e sentido nos últimos anos. Talvez desde a morte dos avós”. Até lá não. Sentia que não possuía todas as palavras necessárias para poder avançar. Pontas soltas de vida. Nada de concreto ou, pelo menos, nada que conseguisse de uma forma concreta traduzir por palavras.

Até então, devolveria eu a Tomás mais tarde (bem mais tarde), uma vida pronta a ser contada, porque comporta sentidos ligados entre si na direção de um sentido maior. Um sentido de si coerente e integrado. Um sentido de si, que liga o passado, o presente e o futuro.

*Tomás não partilhou a sua dor pela perda dos avós. Alude ao facto de não saber o que dizer, de não conseguir traduzir por palavras o que sentia. McAdams (1985, 1993, 2001, 2008a, 2012b) afirma que a identidade narrativa surge no período entre a adolescência tardia e o início*

*da idade adulta, sendo permitida pelo pensamento formal (Habermas & Bluck, 2000; McAdams, 2001, 2008a, 2012b) e estimulada pela maturação emocional (McAdams 2001, 1993, 2001, 2008a) e à medida em que a sociedade exige configurações mais adultas de si mesmo, integrando, simultaneamente, configurações de selfs infantis e adolescentes (Erikson, 1968). No caso de Tomás, é possível que a emergência da identidade narrativa tenha surgido mais tardiamente – ainda que dentro do limite entre a adolescência tardia e o início da idade adulta. Tardiamente porque, provavelmente, foi perturbada por uma maturação emocional perdida nos meandros do sofrimento.*

*Por outro lado, quando Tomás se caracteriza como introvertido, implica-se na manutenção continuada no tempo de um padrão relacional mais virado para si e menos para os outros. A emergência da identidade narrativa poderá ter sido também mais tardia por Tomás não ter desenvolvido as suas competências narrativas, uma vez que parece não apreciar a partilha, tendo, então, poucas oportunidades para as exercitar e, claro, desenvolver. Ao mesmo tempo, ao identificar-se com o pai, pode também mostrar a interiorização vicariante de uma forma de ser e estar.*

*A partilha em consulta foi um primeiro passo no sentido de explorar um conjunto de configurações de self(s) e das sua(s) voz(es) num espaço social, bem como de trazer novas configurações e, logo, nova(s) voz(es) a esse espaço (Gonçalves e Gonçalves, 2001). Esse foi então o primeiro passo na (re)construção de significados de si mesmo passados, presentes e futuros, o que terá contribuindo para a emergência (e trabalho) da identidade narrativa.*

E Tomás escolheu partilhar, logo na primeira consulta, uma narrativa internalizada sobre a relação entre o ter e perder os avós, o que apontou para a necessidade de trabalhar, com toda a certeza, esse tema. Ao mesmo tempo, existia a necessidade premente do trabalho sobre a dimensão vocacional. Como se dizia acima, o tempo não para e Tomás tinha de pensar e preparar uma candidatura plena de prazos, pois desejava continuar a estudar. Devolvi a ideia de que pareciam existir dois focos de trabalho: a perda dos avós e o projeto vocacional (provavelmente ligados entre si, conforme se confirmaria mais tarde). Tomás concordou. À medida que as consultas correram, fomos trabalhando um e outro foco, embora o trabalho inicial se tenha centrado mais na perda dos avós e o trabalho final na dimensão vocacional. Como à frente se poderá constatar, esta interligação de focos de intervenção foi útil e produtiva.

Congratulei Tomás pela sua coragem de pedir ajuda. Coisa difícil essa, não? Falar de si perante um outro, assumindo que sozinho não conseguirá alcançar um qualquer objetivo individual ou socialmente imposto. Em especial quando tão habituado parece estar a resolver tudo de forma tão só. Pareceu surpreendido. “Seria preciso assim tanta

coragem?”. Claro que sim. Tomás continuou a mostrar surpresa. Ainda mais coragem porque o pedido vem de alguém que sempre preferiu não partilhar palavras sobre si mesmo, tendo tomado a seu cargo resolver tudo o que lhe diz respeito. Tomás esboçou um sorriso envergonhado.

Ameaçadora, essa coisa de falar sobre si mesmo, afiança Tomás. Porquê não sabe. Embora saiba da existência de uma barreira que se levanta entre si os outros, sempre que alguém (outro alguém usualmente) tenta encetar conversas sobre si. Conhecimento é poder, retruco. Terá receio do poder dos outros sobre si? Se calhar sim, um pouco, responde. Mas um poder bom não? Os fins justificam os meios.

*Tinha eu poder porque conhecia as palavras de Tomás? Sim. Muito poder. Teria de o usar cuidadosa e paulatinamente. Criando, desenvolvendo e mantendo a relação investida de palavras significadas à medida que as mesmas iam surgindo. E lá diz o povo que as palavras são como as cerejas: vão umas atrás das outras. À medida que surgiam, seria possível ligá-las entre si. (Re)construindo, primeiro, pequenos, depois grandes conjuntos de palavras com sentido. (Re)construindo então narrativas cada vez mais coerentes e integradas. Narrativas que mostrassem a forma como Tomás se ia, também ele se (re)construindo. Dando-lhe então poder e autoria na (re)construção da sua identidade.*

*Mas nem sempre foi fácil deixar esta autoria a cargo de Tomás. Por vezes, senti urgência na construção narrativa, na atribuição de significado, na ligação integrada e coerente entre todos eles. Embora Tomás narrasse vários conjuntos de acontecimentos, não narrava uma história de si mesmo. Faltava uma visão de conjunto, faltava a tal construção integrada e evolutiva de uma história que explicitasse e constituísse a identidade.*

*De acordo com Josselson (2004), uma narrativa terapêutica é implícita e inerentemente novelística, pois assenta na premissa de um self historiado que inclui ligações significativas entre acontecimentos de vida e significados pessoais. Self historiado e evolutivo que se espera que cresça no sentido da auto compreensão, o que o libertará na assunção de uma autonomia crescente (Fivush, 2002, cit in Weeks & Pasupathi, 2012).*

*No entanto, sabe-se que o trauma é frequentemente não historiado, adianta Josselson (2004). A função da terapia será, precisamente, historiá-lo. Historiá-lo dando voz ao self, autonomizando-o, dando-lhe autoria na construção da sua história, tornando sua a sua história (Fivush, 2002, cit in Weeks & Pasupathi, 2012).*

*Josselson (2004) considera que o cliente ideal, no seio da consulta psicológica, e o participante ideal, no seio da investigação narrativa, é a pessoa que “noveliza” a sua experiência num texto multivocal e evolutivo. No seio da consulta, uma das primeiras coisas que faz sentido promover nos clientes, é a curiosidade sobre as suas próprias histórias de vida, o que envolve a sugestão de que haverá algo acerca da narrativa inicial que ainda não foi apresentado ou*

*compreendido (Josselson, 2004). Dando, ao mesmo tempo, espaço à autoria pessoal de histórias alternativas (Gonçalves, 2001).*

*E o que há por apresentar ou compreender nas narrativas de Tomás? Nada de pressas, adverte Josselson (2004), para quem os psicólogos julgam saber muito prematuramente o que os seus clientes sentem e pensam. A corrida na direção da coerência, tanto da parte dos psicólogos como dos clientes, como das próprias abordagens narrativas, parece muitas vezes constituir uma defesa contra a ansiedade da espera da transformação de elementos experienciais em construções plenas de significado, mesmo que transitórias ou provisórias (Josselson, 2004). É preciso respeitar o tempo da narrativa (Gonçalves, 2001). Volte-se então à narrativa do processo de consulta com Tomás.*

### ***A avó e o avô***

Semana após semana o processo foi avançando. Segunda, terceira, quarta, quinta, sexta consulta. À medida que o processo avançava, o olhar, rápido e fugidio de Tomás, alongava-se e demorava-se, tal como o seu gesto irrequieto e brusco, se tranquilizava e suavizava. Tomás chegava sempre pontual, pronto para iniciar a dança de palavras. Assim, as consultas mantiveram-se densas e extensas. “Nunca falei tanto sobre mim”. E sabe bem falar? “É estranho”. Estranho? “Sim”. Falta de hábito? “Também”. Talvez seja preciso ganhar músculo. Como que ganhando tempo, Tomás retém e depois solta uma história de si mesmo. “A minha mãe perguntou o que fazemos”. Que lhe respondeu? “Falamos. De quê, quis saber. De tudo um pouco. Mas parece que tenho conserto mãe”. Está estragado, Tomás? “Um pouco”. Como assim? “Acho que me estraguei quando os avós morreram”.

Bom ponto de vista, o de Tomás. Os avós sempre foram o seu porto seguro. Um porto seguro que protegia e nutria, que cuidava. Figuras significativas que de repente se sumiram. Sem retorno e em simultâneo. Devolvi esta impressão a Tomás. “Sim. Mas agora já estou bem”. Está? “Já não sinto tanto a falta deles”. Como assim? Tomás alude a um sentimento de perda que se foi afastando de si à medida que os anos passaram. Primeiro, muito presente. Depois, ainda presente. No momento, razoavelmente presente. Razoavelmente, Tomás? Porque não sente saudade todos os dias, todas as semanas, todos os meses. “Sinto saudade da avó quando a mãe faz jardineira ou bolo de iogurte. Sinto saudade do avô quando vou ao estádio com o pai ou os amigos”. Compreendo, Tomás. Sente saudades quando revisita o passado. Nessas alturas sente-se de novo próximo dos avós. Quando come o prato que a avó tão bem cozinhava e quando vai ao estádio, onde



passou tão bons momentos com o avô. Parece que sim, responde Tomás. “Parece que nessas alturas eles estão comigo. Mas não estão. Por isso sinto saudade. Como quando vejo avós a cuidar dos netos”. O coração lateja de saudade, perante essa visão, Tomás? Emocionado, Tomás anui com um gesto de assentimento com a cabeça.

*Recorrendo às quatro tarefas de luto de Worden (1991) como parâmetro, Tomás parecia ter já aceite a realidade da perda dos avós, admitindo a sua irreversibilidade, mas valorizando adequadamente a importância dessa relação. Ao mesmo tempo, parecia estar disposto a experienciar a dor da perda, tanto dentro como fora do contexto de consulta – o que parecia claramente adaptativo, apoiando a ideia de que Tomás, aos poucos, progredia na apropriação de um processo de luto positivamente resolvido. De facto, Tomás parecia estar a iniciar a (re)construção de um self num mundo em que as suas principais figuras de vinculação já não se encontravam fisicamente presentes, embora a sua marca indelével e perene permanecesse – de outra maneira não poderia ser. Faltava ainda dar eco à necessidade de reinvestimento afetivo. Poderiam a mãe e o pai constituir o alvo desse reinvestimento? Tomás parecia sentir-se distante dos pais. Razões? Neste momento do processo, a fundamentação de um aparente desinvestimento na relação com os pais, não era clara. Por isso e por constituírem figuras de vinculação necessariamente significativas, parecia pertinente trabalhar esta relação.*

Tendo em consideração que Tomás parecia ter necessidade de iniciar a (re)construção de si mesmo num mundo em que o avô já não estava presente, fazia sentido questioná-lo acerca da escolha vocacional que realizara. Escolha que poderia constituir um elo de ligação ao avô perdido. Poderá o curso ter sido uma forma de se manter ligado ao avô? Tomás silencia-se. Nada nele fala. Nem boca, nem olhos, nem mãos. Talvez, responde finalmente. Recolhe-se, no silêncio Tomás, acabando por dar voz a si mesmo, uns minutos depois. Sim, responde. “O avô era engenheiro civil, fazia pontes e falava muito sobre isso. Em especial no estádio do dragão. Adorava aquela obra, o avô. Nesses dias aproveitava para conversar sobre estruturas. De alguma forma senti que estava a prestar uma homenagem ao avô”. E a manter uma ligação? “Também”. Se abandonar o curso, abandona o avô?

A resposta demorou a chegar. Após as primeiras três consultas, Tomás faltou a duas marcações seguidas. Casualidade? Não. Quando voltou parecia mais frágil. De novo falando a medo. Estaria Tomás pronto para ser questionado acerca da ligação entre a sua escolha vocacional e a vontade de manter uma ligação ao avô? Estaria o seu luto a caminho de uma realização adaptada? Estaria ele pronto para desenhar um projeto vocacional autónomo e pessoalmente significado, longe de uma outorgação autoimposta que permitia a manutenção da relação com o avô fisicamente perdido?

Tomás mostrou vontade de conversar sobre o avô. Gostava muito da avó, mas aquele avô tinha algo de especial. De novo, não conseguia articular as palavras. Não que alguém o impedisse, apenas não as encontrava. Iniciou-se uma visita guiada ao passado. Tomás evocou momentos, delineou locais, identificou personagens, revelou enredos. Mais importante, narrou afetos, significando-os. Construiu uma história. Ao longo de três consultas. Trabalho demorado no tempo, o de narrar uma vida junto do avô. Junto do avô e de outros significativos que começavam, também eles, a ganhar contornos de estrutura e conteúdo na história de Tomás. A avó, em primeiro lugar. De seguida, a mãe. Depois, o pai. Por fim, o irmão. Um punhado de amigos, ainda. Cada um e cada qual explícito num momento, num local, num enredo. Enredo ora restrito a um dado tempo e lugar, ora fazendo parte de algo maior, a história de Tomás. História que começava a ser narrada num enquadramento afetivo pleno de emoções e sentimentos. Uns mais conhecidos que outros. Amor, saudade, tristeza, nostalgia, felicidade, alegria.

*A(s) história(s) gira(m) em torno da vicissitude da intenção humana organizada no tempo (Bruner, 1990). A perda dos avós, em especial do avô, configura uma vicissitude. Uma vicissitude que deu corpo a um enredo sofrido e denso. Denso de afetividade. Denso de necessidade de compreender. Enredo interiorizado, mas traduzido na tal forma diferente de agir que a mãe notava e os professores indicavam e que agora se tornava palpável no tal alheamento. Teria esse alheamento significado? Poderia esse alheamento ser configurado psicopatologicamente?*

*Do ponto de vista de uma organização depressiva da personalidade (Guidano, 1987) e da depressão enquanto protótipo narrativo de organização do significado produto da interação conversacional entre psicólogo e cliente (Gonçalves, 2001), o que é marcante é a responsividade do sujeito face a acontecimentos e transições de vida em forma de impotência e desespero. A depressão não é mais que a elaboração contínua de um sentimento de perda que parece ter tido início há algum tempo atrás, podendo posteriormente ser atualizado com novas perdas.*

*Duvidei que esse fosse o caso do Tomás. Mesmo que no passado tivesse organizado o processo de significação da perda em torno de impotência e desespero, não era isso que evidenciava no momento. Não mostrava impotência nem desespero. Pelo contrário. Mostrava vontade e esperança de se tornar autor de si mesmo. Mostrava vontade e esperança de explorar e investir. Mostrava vontade e esperança de (re)construir a sua história de vida plena de vicissitude. História de vida evolutiva que integra um passado reconstruído e um futuro imaginado num dado grau de unidade e propósito (McAdams, 1985, 1993, 2001, 2008a, 2012b). Urgia, então, apoiar Tomás a construir um futuro imaginado.*

Pegando na história dos momentos de Tomás com o avô e no que transmite. Seria possível que a figura do avô aludisse a algo que se cruzasse entre a segurança e a

serenidade, Tomás? Sim, mas mais. “Um sentido de obra feita”, através da construção de pontes e da criação de uma família. Um carinho nos olhos dos familiares, mas também dos amigos, colegas e vizinhos. Tomás, gostaria de deixar os olhos dos outros também marejados de saudade? Gostaria de deixar um sentido de si nos outros que, também eles, pudessem vir a narrar? “Gostava que me recordassem com carinho”. A morte assusta-o, Tomás? “Assusta-me deixar de viver sem ter contribuído para tornar o mundo melhor. Assusta-me que não se venham a lembrar de mim”.

Era curioso observar como Tomás possuía em si a habilidade de construir respostas. Respostas que não faziam sentido porque faltava a colocação das respetivas perguntas. Não conseguia deixar de pensar que, após anos de auto imposta clausura verbal, parecia não ter deixado de conversar consigo mesmo sobre o que se ia passando. Sim? “De certo modo, sim. Sempre fui pensando sobre as coisas. Porque tudo tinha mudado, após a morte dos avós”.

Tomás parecia traçar uma linha de corte na sua vida no momento da morte dos avós. Haverá um antes e um depois da morte dos avós, Tomás? “Nunca tinha visto isso assim, mas sim, há um antes e um depois. Antes tudo era bom. Depois tudo foi mau”. Tudo? “Tudo não. O futebol continuou bom. Mas sinto saudades do avô sempre que vou ao estádio”. Deixou de ir? “Não. O pai, passou a ir comigo.” Sabe bem? “Sabe”. Uma nova ponte? Uma nova sustentação estruturada?

*Pratt et al. (2012) sugerem que os avós parecem constituir figuras significativas com importância na promoção da autonomia e da construção da identidade narrativa, tal como os pais. Essa importância pode ser observável em histórias que evidenciam o papel dos avós como referências e/ou modelos (Pratt et al. 2012). Ainda mais, havendo uma aproximação dessa figura ao estilo autoritativo. Isto é, avós que mostrem autoridade firme e responsividade, promovem uma maior autonomia na construção da identidade narrativa.*

*O avô de Tomás assenta bem nesta descrição. Tomás recorda com saudade os momentos partilhados com o avô. Em especial, das histórias significadas que partilhava em torno de papéis de vida. Ser um profissional apaixonado. Ser um bom marido. Ser um bom pai. Pertencer com orgulho a uma comunidade e a uma cidade. Ao perder o avô, perdeu também a ligação a estas histórias significadas. Poderá essa descontinuidade ter implicado uma quebra na linha de emergência e construção da sua identidade? Provavelmente sim. Mas de novo, Tomás não parece ter deixado de tentar significar o passado e o presente da sua história por essa razão. De facto, de forma qualitativamente positiva, continuou o seu trabalho de significação da realidade interna e externa. Não se sabe a que custo, mas ainda assim, continuou.*

*Como Tomás afirmava, sempre escolheu ouvir os pais, figuras significativas da sua vida. Enquanto referência, a figura do avô, superava-as, constituindo um modelo a seguir. A sua perda constituiu um revés de maior na construção da sua identidade. Porque o modelo se perdeu. Porque Tomás deixou de poder aceder em tempo real à sua forma de ser e estar. Urgia encontrar novos modelos ou novas formas de sustentação estruturadas. Os pais seriam, com certeza boas hipóteses para cumprir esse objetivo.*

*Depois, Tomás foi obrigado a confrontar-se com a ideia da morte. Não apenas a do outro, mas também da sua. Se todos morrem, o que fica de cada um? No caso do avô, fica um olhar marejado de saudade. Talvez por ter sido um bom profissional, um bom marido, um bom pai, um bom portista, um bom portuense. Tomás parecia querer assumir com a mesma qualidade senão todos, pelo menos parte desses papéis. De forma a que os outros, um dia mais tarde, o viessem a recordar com saudade.*

*De acordo com Erikson (1959), a generatividade é uma tarefa associada à segunda fase da idade adulta, a meia-idade. Consubstancia-se no interesse de estabelecer e guiar a geração seguinte, quer seja através da parentalidade ou de outra forma altruísta de ação humana. Tomás, intuitivamente, sente que o confronto com a ideia da morte poderá, eventualmente, ser resolvido, redimido, através de uma forma de vida generativa. Tal como o avô. É provável que a outorgação do seu projeto vocacional se tenha também fundado nessa ideia.*

*Estando a trabalhar no âmbito da identidade narrativa, poderia facilmente ter utilizado como estímulo a Entrevista da História de Vida de McAdams (2008b). Assim, poderia ter convidado Tomás a nomear capítulos de vida, a identificar pontos baixos e altos, momentos redentores, por exemplo. A morte dos avós constitui indubitavelmente um capítulo alargado e detalhado da sua vida. O mais trabalhado no seio do processo de consulta. Da mesma forma, esta morte poderá também constituir o ponto baixo da vida de Tomás. Durante o processo de consulta permitiu-se e estimulou-se a exploração e (re)significação desta experiência, o que proporcionou a Tomás a elaboração de movimentos de redenção, ou seja, movimentos de significação positiva a partir de experiências inicialmente negativas (McAdams & McLean, 2013). O que se creê ter sido positivo para a integração da experiência, mas também para a (re)construção da identidade narrativa de Tomás.*

*Mais, à medida que o processo avançava, o eixo temporal movia-se no sentido do presente e do futuro, uma vez que o passado, aos poucos, parecia mais coerente e integrado, embora em permanente (re)construção, consubstanciando-se num alicerce cada vez mais sólido da história de Tomás.*

## *A mãe e o pai*

Em relação ao presente, parecia pertinente explorar e significar o papel dos pais na vida do Tomás. Parecia também pertinente tornar a relação entre filho e pais mais investida, uma vez que Tomás parecia ter desinvestido da mesma. Este foi o desafio das consultas que se seguiram. E assim se sucederam a sétima e oitava consultas.

*Razões? Os avós maternos pareciam ter tomado o lugar de figuras de vinculação privilegiadas de Tomás, tendo assumido de forma determinada e eficaz esse papel. Os pais terão provavelmente apostado mais decididamente nos seus papéis profissionais. No entanto, não é possível afirmar que foram ausentes ou desinvestidos. De facto, Tomás alude a experiências positivamente significadas sobre os pais na sua infância e adolescência. Experiências que expressam amor e cuidado, devidamente integradas na sua história de vida. Assim, os pais também constituem figuras de vinculação.*

*Quando os avós morreram, Tomás perdeu o seu porto seguro privilegiado. O seu porto seguro mais conhecido. O seu porto seguro mais testado. Porto seguro insubstituível, este. Mas pareciam existir outros portos. Os pais, o irmão, os poucos amigos de que pouco fala, as namoradas pontuais a que alude. Havia que explorar cada um destes portos. Havia que conhecê-los. Havia que testá-los. Havia que torná-los seguros.*

*O processo de luto implica o reinvestimento de afetos, tal como o correr da vida. Ambos implicam uma necessária (re)construção da relação de Tomás com os pais, figuras vinculadas incontornáveis na sua vida. Que expressam amor e cuidado. Mesmo que de uma forma pouco transparente. É isso que às vezes as famílias fazem. Expressam amor e cuidado da forma como sabem e podem. E às vezes isso não chega. Não chegava, a Tomás. Talvez porque a forma de vinculação inicial parecesse mais transparente. Era certamente mais fácil sentir o cuidado e o amor dos avós, do que o dos pais. Até porque a isso estava habituado. Até porque os desafios do enlace com uma criança são mais transparentes do que os com um adolescente ou jovem adulto. É mais transparente sentir segurança, quando o desafio é apreender e interiorizar o amor e a regra. É mais opaco sentir segurança, quando o desafio é apreender e interiorizar a diferenciação em relação às figuras de vinculação. É mais opaco sentir segurança, quando o desafio é apreender e interiorizar a autonomia em relação a essas figuras. E quando não parece existir uma segurança aberta e inequívoca nessas figuras, mais complicada essa diferenciação e essa autonomia se tornam.*

*De acordo com Costa (1994), as famílias são sistemas abertos em contínua evolução. Em famílias cujos membros funcionam a níveis mais complexos de desenvolvimento, onde os pais são capazes de sintetizar e integrar as necessidades individuais e sistémicas, lida-se mais construtivamente com a expressão afetiva e a gestão de conflitos (necessariamente presente). Aparentemente tal não aconteceu com a família de Tomás. Perante a morte dos avós – um*

*acontecimento inesperado, mas normativo, ainda assim – a família, entendida como um sistema, não conseguiu flexibilizar-se afetivamente nem gerir os conflitos surgidos, tornando-se inflexível na sua inadaptação. Assim, do ponto de vista da consulta, urgia trabalhar o sistema familiar.*

Na primeira consulta, Tomás aludiu ao facto de sempre ter ouvido os pais. Relação unívoca? Questionava-me neste ponto intermédio do processo, que pouco se sabia acerca da relação de Tomás com os pais. O que me pode contar, Tomás? “Quando era pequeno passava muito tempo com os avós. Mas quando os pais chegavam era bom”. Bom? “Sim. Sabia bem. A mãe contava histórias enquanto cozinhava. Às vezes jogava à bola com o pai”. Em sua casa? “Na casa dos pais”. Não era sua, a casa dos pais? Tomás estacou em surpresa. De seguida, franziu a testa e estreitou os olhos. Como que recuperando uma imagem. Como que procurando uma resposta. “Era”, acabou por responder lhanamente. Testa lisa e olhos bem abertos. Imagem recuperada. Resposta encontrada.

*Muitas histórias sobre experiências com os pais surgiram a partir do momento em que Tomás tomou aquela casa como sua. Ao fazê-lo aquiesceu à possibilidade de não existir apenas um local seguro, mas, talvez, dois. A casa dos avós e a casa dos pais. Ambas suas. Primeiro passo simbólico. Ao contar histórias sobre o tempo que passava com os pais, foi (re)construindo um caminho que parecia ter desaparecido da cartografia do seu espaço social. Cartografia que se foi enriquecendo com elementos plenos de significação.*

*Significação que surgiu no âmbito e na sequência do trabalho de elementos de coerência. De acordo Habermas e Bluck (2000), a história de vida só pode ser construída através do exercício de competências cognitivas, a que os indivíduos têm acesso a partir da adolescência ou início da idade adulta. Sendo que para construir uma história de vida articulada e integrada, terão de ser usados quatro tipos de coerência (temporal, biográfica, causal e temática). Deste quatro tipos de coerência, destacaria a causal e a temática. A primeira foi trabalhada de forma a ligar episódios de uma ou várias fases de vida, permitindo explicar mudanças na forma de ser e estar do protagonista da sua narrativa, o próprio Tomás. A temática foi trabalhada de forma a estabelecer similitudes temáticas entre vários momentos da vida de Tomás. Ambas contribuíram para a significação da sua relação com os pais. Ambas contribuíram para a ativação dessa relação. E assim, Tomás ia (re)construindo a sua narrativa de vida, ligando passado, presente e futuro.*

“Saio ao pai, mas dou-me melhor com a mãe”. Afirma Tomás tornando tensos os maxilares. É portanto mais introvertido como o pai, mas consegue conversar melhor com a mãe? Certo. De acordo com Tomás, o pai é calado em geral, mas fala. “Nem sempre é fácil ouvir o que diz”. O que diz ou como diz? Tomás para. Parece deter-se em si mesmo antes de responder. “Como diz. Na maior parte das vezes até tem razão”. E nas outras vezes? Nas outras vezes não. “Simplesmente interpreta o que faço ou devia fazer à sua maneira”.

Não é suposto que assim seja? “Não. Porque vê o mundo pelos seus olhos, olhos de 50 anos”. Gostava então que ele visse o mundo através dos seus olhos? “Precisava que ele compreendesse o que é ter 20 anos”. Como é? “É estar confuso. Com tudo”. Com tudo? Aperta os lábios, antes de responder. “Com tudo não. Talvez mais com o curso e as namoradas”. Duas boas pistas de trabalho, pensei. Centre-se para já a continuação da narrativa do processo nos pais.

Tomás conta que a sua relação com o pai nunca foi positiva, nem negativa, ainda assim. Em geral, a gestão afetiva da família parecia ser deixada a cabo da mãe que, ao longo dos anos, sempre terá apostado mais nos papéis familiares, em detrimento dos profissionais. Em especial desde que os pais morreram, pois, até lá, sentia que “os meninos estavam bem com os avós”. Também para ela, tudo mudou nessa altura. “Não é fácil perder os dois pais ao mesmo tempo”. E os avós? “Também não foi fácil para o Tomás e para o Dinis”. Para além de ter de lidar com a dor da sua perda, teve de lidar com a dor da perda dos seus filhos, o que lhe agravou o sofrimento. Ao mesmo tempo, teve de lidar com todos os ajustamentos práticos ligados ao dia a dia. Quem ia buscar os meninos ao colégio, para onde iam após as aulas, quem tratava de monitorizar os estudos, como iam para os treinos. “Não foi fácil, gerir tanta coisa ao mesmo tempo”. Quando teve oportunidade, e porque lhe fazia sentido apostar mais no papel de mãe a partir do momento em que os pais morreram, decidiu passar a trabalhar a tempo parcial, abandonando um papel de maior destaque na direção da escola em que trabalhava.

Depois, a preocupação com Tomás. Com Dinis não, que sempre teve uma grande facilidade em traduzir por palavras o que sentia e pensava, argumenta a mãe. Tomás era uma criança feliz, embora introvertida. Depois dos avós morrerem, tornou-se triste e ainda mais introvertido. “Uma preocupação constante”. Preocupação partilhada com o marido? Não “O meu marido não dá importância a estas coisas”, afirma de forma resoluta. Coisas? “Sim, coisas ligadas aos sentimentos”. Nega-as? Articula um leve sorriso. “Não tanto. Acha que há um tempo para tudo. E que o tempo para sofrer deveria ser contido”. Por decreto? Ri. “Quase”. Concorda? “Não”. Gera-se, então atrito entre marido e mulher? “Sim. Normalmente eu defendo os miúdos, em especial o Tomás”, responde enquanto os olhos se marejam de lágrimas.

*Costa (1994) alude à possibilidade de vários elementos de uma família não só apresentarem níveis de desenvolvimento diferentes, mas também de, num dado momento, estarem perante desafios individuais diferentes. Essa simultaneidade de possibilidades, poderá colocar em xeque o funcionamento do sistema familiar, devido a tensões daí resultantes. A mãe de Tomás,*

*aparentemente competente na percepção, compreensão e expressão de afetos de si mesma e dos que a rodeiam, poderá ter tido a necessidade de se concentrar em si mesma durante as tarefas iniciais do processo de luto dos pais. Ao mesmo tempo, permanecia a necessidade de gestão dos afetos alheios, em especial dos filhos. Simultaneamente, o marido, cuja percepção, compreensão e expressão de afetos parece mais contida, poderá não ter constituído o suporte que necessitava para ultrapassar todos estes desafios. Ele próprio, provavelmente, também em sofrimento, não tanto pelos sogros, mas pelo sentido de uma perda de uma ideia de família que sentiria a escapar-se-lhe entre as mãos. Tal como, provavelmente, de uma ideia de casal que já não correspondia à que conhecia. Assim, o sistema conjugal poderá, também ele, ter sido colocado em xeque. À medida que o processo avançava era notória a necessidade de trabalhar mais profundamente o sistema familiar. Tudo a seu tempo. Recentre-se a narrativa em Tomás.*

Mas Tomás não dá apenas motivos de preocupação, pois não? “Não. Claro que não. Embora seja introvertido, é carinhoso. Antes de dormir despede-se sempre de mim, com um beijinho. É ele que me ajuda com o computador. Quando vai à Baixa traz-me sempre *éclair*s<sup>10</sup>. Sabe que adoro *éclair*s”. Pisca os olhos, como que acedendo à recordação do momento. Passam tempo juntos? “Não tanto. Às vezes vemos filmes ou séries. Talvez passe mais tempo com o pai do que comigo”. Sim? “Sim. No futebol. O pai gosta de assistir aos treinos e aos jogos do Tomás. E vão praticamente a todos os jogos do Porto”. Nova pista. Boa pista, esta do local da partilha entre filho e pai.

Parecia cada vez mais evidente a necessidade de trazer também o pai ao espaço da consulta. A marcação com a mãe foi serena para Tomás. “A mãe até já tinha pedido para vir conversar consigo”. A do pai trouxe mais dúvidas, o motivo adivinhava-se nos olhos evasivos e receosos de Tomás. Aos poucos foi formulando um “sim”, hesitante, mas “sim”, ainda assim. “É o meu pai”. Cronologicamente, as quatro consultas com os pais de Tomás sucederam-se da seguinte forma: a consulta com a mãe, após a sexta consulta individual de Tomás; a consulta com o pai, após a sétima consulta de Tomás; a consulta com a mãe e o pai, após a oitava consulta de Tomás; uma última consulta com a mãe, o pai e Tomás, após a décima segunda consulta individual com Tomás.

O principal objetivo da consulta com a mãe foi a criação de projetos de pontes entre ilhas, a criação projetos de ligações significadas entre histórias individuais. Tomás não quis vir nesse dia. Pediu para dizer à mãe que sofria. Sofria menos, é certo, porém sofria com saudades dos avós, mas sofria sobretudo por sentir que tinha falhado na escolha do

---

<sup>10</sup> Optou-se pela manutenção do termo em francês, uma vez que é amplamente utilizado.



curso. E que gostava da mãe. A mãe não se terá dado conta de tudo isso, Tomás? “Nunca lhe consegui dizer”.

Mas a mãe sabia. Pareceu surpreendida quando lhe transmiti a mensagem de Tomás, pois sabia. Sabia não porque Tomás lhe tivesse dito, mas porque conseguia ler o sofrimento no silêncio do filho, nos seus olhos, nos seus gestos. O seu amor também. A surpresa da mãe tomava forma no facto de Tomás precisar de pedir que alguém lhe dissesse. Porque não lhe poderia dizer? Questionou-se. E foi bom ter-se questionado. Criou a semente da curiosidade.

*Por esses (e nestes) dias, refletia acerca do papel do psicólogo na criação de pontes entre ilhas. De pontes que permitissem não a aproximação direta dessas ilhas (estranho movimento tectónico, se assim fosse), mas da possibilidade de se encontrar pontos que permitissem a sustentação de ligações. Ligações vinculadas, sem as quais não pode existir experiência descentrada e integrada (Campos, 1992). Os psicólogos são profissionais com posição privilegiada no apoio à criação de dinâmicas familiares mais adaptadas. Sendo que quando se necessita de trabalhar essas dinâmicas, talvez seja prudente desafia-las, apenas, após apurada avaliação. Estas consultas a sós com a mãe e posteriormente com o pai, foram valiosas nessa avaliação.*

O pai, num segundo momento, questionou-se também acerca da razão porque Tomás não lhe poderia contar que sofria. Pai que veio à consulta, também sozinho, uma vez que Tomás não quis estar, tal como no caso da mãe. De novo, concordei. Mais uma ponte. Mais uma ligação significada entre histórias. “Porque não me disse?”, questionou-se também o pai, entre um olhar perdido, perscrutante. Será fácil chegar a si? “Sei que não sou fácil”, respondeu de forma seca e curta. Fácil? “Perco a paciência com facilidade”. Sentirá Tomás vontade de lhe transmitir algo que, à partida, acredita que significará uma rejeição de si mesmo? “Quando há algo que fazer, faz-se. Quando vejo o Tomás parado, por casa, a faltar aus aulas, penso que é um malandro, um preguiçoso. E depois a minha mulher sempre a defendê-lo, Coitadinho, por isto, por aquilo. Desculpas para não fazer nada”. Torrente contínua de palavras. “Não compreendo o meu filho. Vive bem, nunca conheceu dificuldades. Escolas privadas. Curso escolhido por si. Não se esforça para nada”. A sua infância e juventude terão sido diferentes? Aperta os punhos, trazendo-os na direção do seu âmago, como que lhe dando voz. “Desde miúdo que luto para conseguir o que quero. Nunca houve facilidades na minha casa. Subi a pulso”.

*Vida de trabalho empenhado e continuado, a do pai de Tomás. Um tanto ou quanto longe da realidade imediata do seu filho. Da de Tomás e de tantos jovens deste início de século. Jovens que conjugam a vontade pessoal e social, rejeitando ou vendo rejeitada a assunção de*

*responsabilidade por si mesmo, optando ou sendo obrigados a optar, pelo adiamento de escolhas autónomas. Perpetuando a dependência em relação às gerações que os antecederam. Suspendendo o investimento em papéis adultos (Arnett, 2000, 2001, 2004; Arnett & Hughes, 2012).*

*O pai de Tomás nasceu e cresceu num tempo diferente deste. Num tempo em que o investimento no estudo e no trabalho eram sinónimo de sucesso. Sucesso quase imediato, quase garantido. Tomás e a sua geração nasceram e cresceram num outro tempo. Suspensão na exploração identitária da experimentação tentativa de possibilidades no estudo, no trabalho (e no amor, pode-se acrescentar). Adiado investimentos. Causando, muitas vezes, equívocos com os que nasceram num outro tempo, mas que, de alguma forma, individual ou socialmente, permitem essa suspensão, esse adiamento. Equívocos que criam tensões. Tensões que geram conflitos.*

Não se esforçará Tomás, de facto, para nada? “Para o futebol esforça-se. Nunca falta aos treinos. Vai sempre aos jogos. Corre, motiva a equipa, sua as estopinhas”. Incansável? “Sim. É pena que não seja assim em tudo”. Porque será? “Gosta de futebol”. Gostará de outras coisas? “Hóquei e natação”. Demonstra, então, grande interesse no desporto, constituindo este um contexto de investimento continuado no tempo. Contexto também de partilha entre pai e filho. Sei que vão juntos ao estádio, retruco. Sabe bem? “Sabe.” Porque... “Porque há uma sintonia. Torcemos pela mesma equipa”.

*Era claro que o que a mãe lia como “sofrimento”, o pai lia como “preguiça” e “malandrice”. Comunhão e agência. Partilhar e agir. Cuidar e realizar. Dicotomias? O papel de mãe parece estar culturalmente imbuído da ideia de comunhão. Constructo que alude à demonstração e/ou experiência de uma ligação interpessoal através do amor e/ou da amizade, do diálogo ou mesmo da ligação a um colectivo amplo (McAdams & McLean, 2013). A narração que a mãe realiza da história de Tomás enfatiza dimensões de intimidade, de experiências de cuidado, de sentimentos de pertença. O que se traduz também na profissão da mãe de Tomás (professora). Já o papel de pai, parece estar culturalmente imbuído da ideia de agência. Constructo que alude à introdução de mudança na própria vida ou de outrem, que poderá ser atingida através de demonstrações de mestria, empoderamento, conquista de objetivos ou alcance de estatuto (McAdams & McLean, 2013). A narração que o pai realiza da história de Tomás enfatiza (a falta) de realização e a (in)habilidade de controlar a vida individual. O que se traduz também na profissão do pai de Tomás (engenheiro).*

*A mãe de Tomás, parece ter apostado decididamente em papéis de comunhão, privilegiando ligações pessoais, pressupondo, então, o cuidar dos outros como grande valor de vida. Já o pai de Tomás, parece ter apostado decididamente em papéis de agência, privilegiando, dessa forma, como grande valor de vida, a ação e a realização. Como seria de esperar, os pais de Tomás, veem-no através de lentes valorativas, criando imagens consonantes. Ora como menino que sofre. Ora como malandro e preguiçoso.*

*Poder-se-á argumentar que os pais de Tomás têm realizado escolhas pessoais e profissionais (consciente ou inconscientemente, não está aqui tal em causa) que privilegiam o desenvolvimento da sua identidade. Ora no sentido de uma generatividade relacional e uma estagnação profissional, no caso da mãe. Ora no sentido de uma estagnação relacional e de uma generatividade profissional, no caso do pai. Poderá Tomás beneficiar de ambas as perspectivas? Claramente.*

*É possível que ambas as imagens se completem de forma dicotomicamente integrada. É possível que as narrativas dos pais sobre Tomás se completem. De facto, Tomás sofre. De facto, Tomás não alcança realização. É lícito que deixe de sofrer. É lícito que lhe seja pedido algum tipo de realização. Não é lícito que permaneça paralisado no seu sofrimento, na sua (in)ação.*

Parecia pertinente reunir a família no espaço da consulta. Mas Tomás declinou. Ainda não tinha esgotado os pedidos de comunicação diferida. Considerava, nessa altura, que Tomás devia estar presente, de forma a que a dinâmica familiar se ajustasse. Porque não, Tomás? “Ainda não”, respondeu hesitante. Quando então, Tomás? “Depois”. Num terceiro momento, vieram então pai e mãe à consulta. Virtualidade? Aceder ao casal e às suas dinâmicas.

*Aquiesci ao pedido de Tomás. Novo encontro diferido entre filho e pais no espaço da consulta. Continuei a ser o porta voz de Tomás. Corri o risco de me perpetuar nessa função. Percebi que havia necessidade de reorganizar e abrir canais de comunicação naquele sistema familiar. Mas optei por aceitar a delegação de Tomás como porta voz de si mesmo. Porque não parecia ainda seguro de si mesmo. Corri o risco de me deixar triangular neste fluxo comunicacional. Risco que corri tendo em consideração que em termos individuais e familiares ainda não havia uma identidade. Mas talvez fosse necessária mais um encontro diferido, de forma a que Tomás pudesse ganhar confiança em si e nos pais. Estaria Tomás preparado para se sentar, seguro, perante os a mãe e o pai, falando, ouvindo, discutindo sobre si mesmo, tornando-se a si mesmo real? Talvez Tomás tivesse razão. Talvez ainda não fosse o momento.*

Ainda não, mas depois sim. De acordo, Tomás? “De acordo”.

Densa, tensa e extensa, a consulta com os pais. Tema de trabalho: a exploração do passado, do presente e do futuro no sentido de apoiar Tomás na (re)construção de si mesmo. Durante a consulta, a mãe e o pai de Tomás agiram de acordo com a imagem que fui construindo deles, quer a partir do que Tomás foi contando ao longo do processo, quer a partir das duas consultas prévias.

A mãe assumiu uma postura de partilha, parecendo deter-se em cada palavra, expressando essencialmente afetos. Calma, quando se expressava. Em sobressalto, quando o marido verbalizava uma opinião diferente da sua. O pai assumiu uma postura mais

fechada, debitando avaliações curtas e secas. Num dado momento, entrarem em confronto. Confronto aberto e certo. Acerca de Tomás. Como o viam. “Está em sofrimento”. “Está a preguiçar”. Como o queriam. “Merece uma hipótese”. “Tem de fazer alguma coisa”. Mediei. Parecem ambos certos, devolvi. Sofreu pelos avós. Sofreu pela escolha do curso que não pareceu acertada. Deteve-se na imobilidade durante demasiado tempo. Dando-lhe uma hipótese, terá a possibilidade de se (re)construir a si mesmo. Tornando esse si mesmo mais amplo e profundo, o que permitirá investimentos significados, autónomos e seguros. Suspensos nessa ideia, os pais aguardaram o momento, que não tardaria a chegar, em que Tomás tomaria voz, apresentando o projeto que desenhou de si mesmo, à dimensão de si mesmo.

*Nesta consulta, foi palpável a tensão existente entre o casal. Tensão já descrita por Tomás e pelos pais. Um defendendo, outro atacando. A partir de polos de comunhão e agência. Posições extremadas. Com necessidade de síntese e integração. Porque ambos apresentavam perspectivas válidas ancoradas numa mesma realidade, ambos puderam contribuir positivamente para que Tomás se (re)construísse em configurações infantis e adolescentes mas, sobretudo, adultas de si mesmo.*

### ***Estudar para um dia vir a trabalhar***

No último terço do processo, apostou-se na continuação e finalização da (re)construção do projeto vocacional autónomo e pessoalmente significado de Tomás, trabalhando dimensões críticas intimamente ligadas ao mundo vocacional. Nona, décima, décima primeira e décima segunda consultas. A consulta com o pai e a mãe, decorreu após a oitava consulta. Tomás chegou sereno, à consulta seguinte. Tinham conversado em casa. Aludiu a um sentimento de “aceitação” que lhe “sabia bem”. Sentimento estranho, mas bom, não é Tomás?

*Se o objetivo específico da consulta psicológica vocacional pode ser a atribuição de direção e significado dos investimentos no mundo da educação, formação e trabalho, o seu objetivo global, dentro duma lógica desenvolvimental-ecológica, poderá ser a promoção do desenvolvimento como um todo (Campos & Coimbra, 1991; Coimbra, Campos & Imaginário, 1994), o que se consubstancia e esgota na própria ideia de consulta psicológica (Campos, 1988). A exploração reconstrutiva do investimento vocacional constitui a estratégia por excelência da consulta psicológica vocacional. Estratégia que procura oferecer ao cliente experiências que o ajudem a questionar e a transformar os seus investimentos, criando, ao mesmo tempo, condições que propiciem a atualização e integração dessas transformações no futuro, formulando um*

*desenho de um aspirado desempenho de vários papéis, em vários contextos de vida (Cochran, 1997).*

*É um facto que a intervenção junto de Tomás foi direccionada para o futuro. Não faria sentido se assim não fosse. No entanto, foi necessário olhar para o passado e para o presente, de forma a integrar e dar coerência a configurações de selfs infantis, adolescentes e mesmo (jovens) adultos, num sentido de uma síntese identitária. Dessa forma, torna-se possível afirmar que a intervenção, em geral, e a intervenção no domínio vocacional, em especial, decorreram em três momentos interligados orientados para o passado, o presente e o futuro.*

*No final do primeiro momento da intervenção, Tomás foi capaz de explorar e significar a sua escolha vocacional passada pela engenharia. Nessa altura atribuiu-lhe um valor funcional: a manutenção de uma ligação ao avô, o seu porto seguro. O seu porto seguro que, mesmo em ausência, lhe permitia encarar com algum grau de confiança a sua escolha. Escolha experimentada e validada pelo avô. Não por Tomás. O que leva a equacionar a possibilidade de uma identidade foreclosure pelo menos no domínio vocacional, na medida em que os investimentos ocorreram e ocorriam – até ao momento do início do processo – sem expressa vontade (e possibilidade) de exploração. Essa exploração era mesmo encarada por Tomás quase como um fardo. Um obstáculo intransponível. Um desafio maior que a vontade e a possibilidade.*

*Ainda assim, esse foi um excelente primeiro passo. Mas um primeiro passo. De facto, ainda que a identificação desse valor fosse feita com qualidade, não era ainda plausível que Tomás quisesse e pudesse questionar essa escolha – tal como se verificou. Parecia clara a necessidade de trabalhar o processo de luto, explorar e significar a sua relação com os pais, fortalecendo-a, para, finalmente, sustentar afetivamente Tomás. Quando essa sustentação fosse atingida ou pelo menos iniciada com algum grau de segurança, faria sentido questioná-lo mais ativamente, sobre si mesmo. Tentando criar um movimento de uma esfera foreclosure para uma esfera pessoalmente explorada e investida, uma esfera achievement.*

*Num segundo momento, à medida que Tomás fez evoluir o seu processo de luto num sentido mais perto do termo, à medida que Tomás fortaleceu a sua relação com os pais (ainda que de forma inicialmente diferida), Tomás iniciou o esboço de um equilíbrio afetivamente sustentado em si e nos outros (vivos e mortos). De facto, após a vinda dos pais à consulta, Tomás parecia cada vez mais sereno e menos sobressaltado, detendo-se em detalhe sobre si mesmo, sobre os outros e sobre o mundo,. Seguro. Pronto para continuar a explorar e investir. De forma autónoma e significada. Desta forma, Tomás parecia finalmente pronto para entrar no terceiro momento da intervenção, o questionamento da sua escolha vocacional passada e a perspectivação de uma futura – o que coincidia com parte do seu pedido inicial.*

Retomando a narrativa no ponto onde foi deixada. “O avô era engenheiro civil, fazia pontes e falava muito sobre isso. Em especial no estádio do dragão. Adorava aquela

obra, o avô. Nesses dias aproveitava para conversar sobre estruturas. De alguma forma senti que estava a prestar uma homenagem ao avô”. E a manter uma ligação? “Também”. Se abandonar o curso, abandona o avô? “Não, não abandono. O avô faz parte de mim”. Tomás parecia reter um sentimento, um pensamento. Depois deixou-os fluir “Acho que só o abandono se me abandonar. Julgo que gostaria que eu fosse engenheiro civil, mas ficaria triste por saber que o queria não por mim, mas por ele. Aí era eu que me abandonava a mim mesmo”.

*De acordo com Campos (1992), a relação de investimento com o mundo constrói-se através das experiências proporcionadas pelos e nos contextos sociais de participação (entre outros, família, grupos de pares, escola, meios de comunicação social). Formal e informalmente. Experiências que constituem oportunidades de exploração, ou seja, oportunidades de diferenciação e integração da relação com o mundo. Cada um significa de forma diferente estas experiências, produzindo, idealmente, um todo articulado de sentido que se (re)constrói em permanência e se consubstancia em investimentos mais ou menos duradouros (Campos, 1992).*

*O todo de Tomás fazia-lhe sentido. Porque não faria? Este avô era o seu porto seguro. Ao mesmo tempo o seu modelo. O homem que, um dia mais tarde, aspirava vir a ser. Amável. Protetor. Íntegro. Um profissional competente e apaixonado. Foi no seio desta relação, que o gosto pela engenharia foi criado. Observando obras públicas. Estádios. Pontes. Barragens. Conhecendo métodos de construção. Refletindo criticamente sobre resultados obtidos. Criando assim gosto e competência. A engenharia civil fazia sentido porque comportava significado.*

*De acordo com Skorikov e Vondracek (2012) a identidade vocacional refere-se a uma complexa rede de significados sobre si mesmo na assunção de papéis profissionais, incluindo representações sobre valores, interesses e competências. Uma identidade vocacional bem trabalhada, isto é, devidamente coerente e integrada, contribui para o sucesso ocupacional, adaptação social e bem estar psicológico (Skorikov & Vondracek, 2012).*

*Mas algo se detinha entre Tomás e a engenharia civil. O quê? O todo fazia sentido. Sentia interesse pela área. Afinidade pelos valores associados. Competência para um desempenho com qualidade. Nessa altura, o sucesso académico era mediano, não parecia socialmente adaptado junto dos colegas, nem integrado no espírito da instituição de ensino. Sentia-se alheado.*

*A identidade vocacional é desenvolvida e enformada pela interação entre experiências pessoais, factores individuais e contextuais (Skorikov e Vondracek, 2007). As experiências individuais de Tomás no âmbito da engenharia civil eram positivas. Pelo menos até iniciar o mestrado integrado. A partir daí, foram sendo pontuadas por um certo descontentamento. Causa ou consequência do alheamento que dizia sentir? Ambas, provavelmente. À medida que não significava positivamente o curso, alheava-se. Quanto mais se alheava, mais negativamente significava o curso. As suas características pessoais não pareciam ser um obstáculo ao curso. Os*

*factores contextuais eram favoráveis, na medida em que pais, amigos, professores e a própria sociedade atribuíam prestígio e deseabilidade à área. De onde surgia o descontentamento?*

A fundamentação da escolha passada pela engenharia civil parecia clara de um ponto de vista afetivo: a manutenção da relação com o avô e a tentativa de deixar aos outros e ao mundo um pouco de si mesmo. Tomás imaginava-se a tomar funções de engenheiro. Imaginava-se a construir estádios, barragens ou pontes. Sentia-se apoiado pelos pais e pelos amigos nesta escolha. Mas, mesmo assim, o descontentamento era notório através do alheamento que o curso e tudo o que o congregava lhe provocava.

“Sei que a engenharia não é para mim. Mas continuo confuso. O que é para mim?” O que é para si? O que valoriza? Disse-me, há um tempo, que gostava de fazer um inter-rail. Como pensa preparar a sua mochila? “Roupa, sapatos, artigos de higiene?”. Em que quantidade? Se opta por levar demasiados itens, a mochila pesa, torna-se um transtorno. Se opta por levar poucos itens, a mochila não apoia a viagem e as suas necessidades. E se preparássemos uma mochila para o seu futuro, Tomás? Uma mochila carregada de valores, pessoais e profissionais que possam, constituir um conjunto de motivações que animem a sua escolha e a sua ação? “Desafio aceite!<sup>11</sup>”, respondeu a rir. Ria agora mais, Tomás.

*Iniciou-se, desta forma, a exploração de valores, uma das dimensões críticas do trabalho no seio da consulta psicológica vocacional. Até este momento do processo, a dimensão crítica mais trabalhada tinha sido a ecológica (Broffebrenner, 1979), na figura dos avós e dos pais - esfera relacional proximal de Tomás. O que resultou na (re)construção de si mesmo num mundo sem os avós, mas com os pais. Sem essa (re)construção, Tomás não teria, defende-se, possibilidade sustentada de prosseguir na (re)construção do seu projeto vocacional autónomo e pessoalmente significado com qualidade.*

Um a um, foi explorado um extenso acervo de valores – construções pessoais e sociais saturadas de significado que orientam a ação individual e social. Desconstrução e reconstrução. À medida que esse processo avançava, Tomás fidelizava-se a uns valores, outros não, (re)investindo. Como a mochila não poderia seguir demasiado pesada para a viagem, Tomás teve de escolher que valores permaneciam e os que seriam eliminados. Assim, em primeiro lugar, colocou em evidência todos os valores que comportavam interesse. De seguida, ordenou-os a partir da importância que lhes atribuía. Por fim, eliminou alguns valores e permaneceu fidelizado a outros. A mochila estava preparada.

---

<sup>11</sup> Alusão à personagem Barney da *série humorística* “How I met your mother”, que adora que lhe coloquem desafios (embora de um cariz muito diferente do que se aludia em consulta). Tomás riu devido a essa diferença.

Do ponto de vista dos papéis profissionais, a ideia de poder desempenhar uma profissão ligada à atividade física era “imprescindível”. “Se estivesse ligada ao futebol, melhor”, frisava. Ter a possibilidade de exercer atividade física no exterior, um “privilégio”. Tomás não se imaginava a passar o dia de trabalho fechado num escritório. “Preciso de ar livre”. Nesta altura, Tomás parecia mais liberto. O gesto acompanhava a palavra. Afirmava precisar de ar livre, de forma firme e decidida, abrindo os braços e afastando os dedos simulando uma amplitude de espaço à sua volta.

Tomás imaginava-se a “Participar em muitos projetos, desempenhar várias atividades, ter várias funções. Variar todos os dias”. Dinamismo e variedade, então? “Sim. Ter um dia cheio e sempre diferente”. Mais distante, agora, o tempo em que alheamento parecia presente e a imobilidade pontuava o seu quotidiano.

Perante a polaridade executar-conceber, Tomás considerava ser mais importante para si “fazer”, menos “pensar”. Ainda que, quando confrontado com a ideia de que essa polaridade se pode expressar num *continuum*, tenha equacionado que se poderia posicionar mais perto do polo da execução, sem eliminar a possibilidade de conceção. E como a conceção se liga bem a contextos de desempenho mais autónomos – e sendo a autonomia um valor a ter em consideração no futuro – essa seria outra área a apostar.

Tal como, trabalhar em equipa e liderar. “Liderar podia ser uma hipótese”, mas só se sentisse que tinha alcançado um patamar de mestria que fundamentasse essa posição em relação ao grupo, tal como a conceção. “Quando sentir que consigo fazer bem, acho que quero começar a pensar, a conceber”.

*De acordo com Savickas (2002), o modelo construtivista de consulta psicológica vocacional, tal como o concebe, encara o trabalho sobre a narrativa como uma bricolage, uma vez que permite que se construa algo novo com o que quer que se tenha à mão. Nesse sentido, a acumulação das experiências quotidianas oferece a matéria prima para a construção de um projeto vocacional. Assim, a fonte de materiais para construir, desconstruir e reconstruir são, na realidade experiências transportadas para uma nova situação. Através da utilização de uma bricolage biográfica (Savickas, 2000, cit in Savickas, 2002), aplica-se a linguagem do comum e a racionalidade do concreto, de forma a dar sentido e significar o mundo do estudo e do trabalho, construindo narrativas vocacionais que autenticam as escolhas e melhoram a adaptação individual (Savickas, 2002).*

A mochila estava preparada, era agora importante saber que locais gostaria Tomás de visitar. Assim, partindo da ideia de que as atividades profissionais poderiam constituir uma série de destinos distintos entre si, permitindo o acesso a objetivos, funções, e



contextos diferenciados, iniciou-se a exploração de interesses (outra das dimensões críticas no seio da consulta psicológica vocacional).

Nesta altura, já Tomás gravitava em torno da ideia de desporto. Ideia sempre presente na sua vida, de uma forma ou de outra. Quer através da prática, jogava futebol desde pequeno, tendo também praticado hóquei em patins e natação (“no Porto”, dizia com orgulho), quer através de espetador, nessas e noutras modalidades. Área que apresentava a mas valia de representar um contexto de partilha com o avô, no passado, e com o pai, no presente. Partiria então Tomás para outro projeto *foreclosure*? Havia essa possibilidade, na medida em que o desporto podia constituir a aposta num contexto em que a partilha com o avô e o pai estivesse presente. Seria assim, Tomás? “Também. Mas não só. O avô gostava de desporto e tinha sido desportista, na juventude. O pai também. Mas eu também gosto e sou desportista”. Retenho e reformulo. É então porque gosta de desporto e é desportista?. “Sim. Gosto e sou”. Tomás apropriava-se de si mesmo à medida que o processo avançava.

*O interesse no desporto servia bem os valores com que carregou a sua mochila, que funcionavam agora como parâmetros de escolha. Parâmetros de escolha que permitiam a alteração do (re)investimento, através de uma síntese integrativa dos interesses perante os quais se detinha em exploração. Seguir uma profissão na área do desporto, permitia a atividade física e o trabalho no exterior. Em algumas das suas saídas profissionais, permitia o dinamismo e a variedade. A execução – ou pelo menos o acompanhamento da execução – sempre presente. A conceção, de alguma forma possível. Também o trabalho em equipa e a liderança.*

Mas havia outros interesses profissionais, resultantes da exploração entretanto ocorrida no seio da consulta. A gestão: sem atividade física, mas com dinamismo e variedade, possibilidade de equilíbrio entre execução e conceção, bem como o trabalho de equipa e a liderança. A engenharia ambiental: sem atividade física, mas com possibilidade de exercício da atividade profissional no exterior.

Concomitantemente, Tomás atribuía grande importância ao valor da estabilidade profissional e económica. O que lhe criava uma grande dissonância cognitiva e afetiva. “Como vou conseguir alcançar estabilidade dentro duma área como o desporto? Como vou conseguir manter o estilo de vida que tenho agora? O meu pai tem razão quando diz que não estou habituado a passar dificuldades”. O desporto parecia a área em que apostar. Mas Tomás continuava a questionar-se de forma adaptada, desconstruindo afetos, preconceitos e atitudes (seus e dos outros), construindo soluções alternativas, tornando o seu projeto vocacional mais profundo e amplo.

Do ponto de vista pessoal, era importante “Casar, ser pai, um dia avô. Ter uma família”. A generatividade, valor transversal para Tomás, uma tela de vida. Tal como a realização pessoal. “Tenho de gostar do que faço e tenho de me sentir bem a fazê-lo”. O reconhecimento da sua competência, medido através do sucesso percebido do seu futuro e da mestria que pudesse alcançar, eram também pertinentes. “Gosto de ser reconhecido por fazer coisas bem. E faço-as melhor quando gosto delas”, afirmava com um olhar e gesto firmes.

A resolução da dissonância entre o que o realizava e as oportunidades sociais e económicas ligadas a essa realização, eram agora o principal desafio de Tomás. O *self* perante o contexto que o restringe. Não podia ignorar os comentários do pai. Sempre tinha vivido bem, sem dificuldades. Estaria preparado para viver com menos, provavelmente com bastante menos? De acordo com Tomás – e com os próprios dados referentes a esse domínio –, a área do desporto, a que melhor incorporava os seus valores e interesses, não parecia estar associada a rendimentos elevados e estáveis. “A não ser que fosse um grande jogador ou um grande treinador, o que não me parece que vá acontecer”, afirma, encolhendo os ombros. A principal saída profissional para um licenciado em desporto é mesmo o ensino – que a mãe afirmava andar “pelas ruas da amargura”. Mas Tomás até apreciava a ideia de ser professor. Imaginava-se frente a uma turma, a liderá-la, a ensiná-la. Também considerava interessante a ideia de vir a trabalhar num ginásio, como *personal trainer*<sup>12</sup>. Poderia combinar as duas atividades, como forma de aumentar o rendimento. Não estava também fora de questão ser treinador de futebol de camadas jovens ou mesmo de equipas principais e, se calhar, alcançar a sua “cadeira de sonho”<sup>13</sup>.

*Marcia (1966) e Erikson (1963) enfatizam que a formação da identidade inclui dois processos: crise (exploração de alternativas significativas e subsequente escolha de uma) e investimento (grau de investimento pessoal na escolha realizada). À medida que a exploração avançava, Tomás perspetivava com prazer possibilidades de investimento. Recorrendo à sistematização dos estatutos de identidade de Marcia (1966), se inicialmente, tenderia a situar Tomás num estatuto de identidade foreclosure, no seu caso não hetero mas autoimposta, à medida que o processo se aproximava do seu fim, tenderia a situá-lo no estatuto de identidade achievement, explorando e investindo, então.*

*McLean e Pratt (2006) mostram a existência de uma relação próxima entre a sofisticação da significação e o estatuto achievement e mais distante entre as identidade diffusion e foreclosure.*

---

<sup>12</sup> Optou-se por deixar o termo em inglês, uma vez que é amplamente utilizado.

<sup>13</sup> Alusão ao antigo treinador do Futebol Clube do Porto, André Villas Boas, que se referiu ao lugar de treinador desse clube dessa forma.

*No caso de Tomás, e à medida que a sua identidade vocacional se aproximava de um esfera achievement, pôde-se observar uma crescente sofisticação da significação, tornando-se, ao mesmo tempo, mais ampla e profunda. O que se aproxima dos resultados de Luyckx et al (2006, cit in McLean & Pasupathi, 2012b) e Luyckx et al (2006) que se referem à exploração em amplitude e profundidade. Exploração em amplitude porque Tomás explorou em quantidade identidades alternativas, passadas, presentes e futuras. Exploração em profundidade porque Tomás explorou investimentos passados, presentes e futuros com vista à avaliação da validade e interesse dos mesmos.*

De facto, era palpável a forma como Tomás, de forma cada vez mais autónoma, construía uma história de si mesmo mais coerente e integrada, não receando a sua evolução, mas preparando-a, perspectivando dificuldades, antevendo obstáculos, conseguindo encontrar soluções adaptadas aos mesmas.

Após explorar determinada e afincadamente todas as hipóteses em escolha ao nível dos percursos académicos e profissionais, indireta (em contexto de consulta) e diretamente (em contexto real), Tomás afiliou-se a uma escolha vocacional ligada ao desporto, através da licenciatura em ciências do desporto. Futuro? “Primeiro a licenciatura. Ao mesmo tempo tiro a formação de treinador pela associação de futebol. Começo a trabalhar nessa área e ganho experiência. A seguir, talvez o mestrado em ensino ou em treino de alto rendimento”.

Tomás parecia preparado para iniciar a sua viagem. A mochila estava pronta. O destino delimitado. O percurso traçado. Possíveis contratempos equacionados. Viagem coerente, integrada e evolutiva. Pessoalmente desenhada. Autónoma e significada. Tomás, “depois” é agora. Tomás sorriu. “Sim. Vamos conversar com os pais”. Vamos? “Pode ser aqui?”. Pode. Mas não prefere conversar com os pais em casa? “Pode ser aqui?”. Parecia ainda haver necessidade de uma ponte facilitadora. Vamos a isso, Tomás.

Tomás chegou com os pais. Desassossegado, Tomás. Expectante, a mãe. Carregado, o pai. Nova consulta densa, extensa. E tensa. Tomás tomou a voz e fez questão de apresentar exaustivamente o seu projeto vocacional. Recorreu ao meu apoio quando não se sentia seguro ou quando a mãe ou o pai o faziam vacilar num qualquer afeto ou pensamento. A mãe fez questão de o questionar sobre se aquele “(...) era o caminho que de facto lhe fazia mais sentido (...)”. O pai fez questão de o questionar se, “(...) desta vez (...)”, estava preparado para se comprometer para com a sua escolha. Ambos reconheceram Tomás no que mais fundamental tinha o projeto, em especial em duas das suas dimensões críticas (valores e interesses). Era inquestionável a competência de Tomás nessa área.

Disso não havia dúvida. Nem dúvida havia quanto esta seria a área que maior realização lhe traria.

Ao contrário da expectativa, não verbalizada, mas indesmentivelmente presente no olhar e gesto de Tomás, os pais compreenderam a fundamentação da sua escolha, apoiando-a. Embora Tomás parecesse ter vindo a ganhar segurança na sua relação com os pais, mostrava ainda dúvidas acerca da mesma. Estranho seria, se assim não fosse. A relação, qualquer relação, demora tempo a ser (re)construída. Mas os pais apoiaram Tomás. Desta feita, foi Tomás que pareceu surpreendido. Surpreendido de uma forma boa.

*Surpreendido de forma boa porque Tomás parecia ter interiorizado e cristalizado uma ideia dos pais. Compassiva e protetora, a mãe. Exigente e distante, o pai. A avaliação coincidia apenas num ponto. Nenhum parecia poder assegurar com segurança o papel de ouvinte, caso contrário teria feito ouvir a sua voz mais cedo. Assim, a voz da relação entre pais e filho, corria unívoca, no sentido de que apenas uma das partes falava. Quando Tomás decidiu falar, inicialmente, através de mim e finalmente, pela sua, para sua surpresa, foi ouvido.*

*O modelo da voz e do silêncio de Fivush (2002, cit in Weeks & Pasupathi, 2012), cruza ortogonalmente dois continuuns: voz-silêncio e self-outro. O primeiro refere-se à medida em que uma pessoa expressa a sua perspectiva, dando-lhe voz ou não. O segundo refere-se à medida em que um self é ou não silenciado por outro(s). Assim, a mesma autora (2002, cit in Weeks & Pasupathi, 2012) deriva quatro posições que resultam do cruzamento desses continuuns: quando o self procura ter voz, é validado, aceite; quando o self é silenciado por si mesmo, é evitado; quando os outros silenciam o self, é negado; e quando os outros falam pelo self, é imposto.*

*Quando Tomás optou por não dar voz ao que sentia em relação à perda dos avós, silenciou-se a si mesmo, evitando-se. Quando Tomás optou por não dar voz ao descontentamento em relação ao curso, silenciou-se a si mesmo, evitando-se. Quando iniciou uma comunicação diferida com os pais, começou a ter voz. Quando lançou a sua voz na direção dos pais, manteve e susteve essa voz. Quando os pais aceitaram a sua voz e as novidades que trazia, sentiu-se validado, aceite. Seguro. De novo seguro.*

*Tomás leu a escolha da sua licenciatura à luz da tentativa de manutenção da ligação ao avô e da vontade que tinha de vencer a estagnação da morte, optando pela generatividade da vida para vencer essa estagnação. Significando desta forma a sua história, libertou-se no sentido da possibilidade de uma escolha menos outorgada e mais autónoma e pessoalmente significada. Mais autónoma, porque afetivamente (re)significada. Pessoalmente significada, porque construída por si mesmo, para si mesmo. E os pais compreenderam. E aceitaram. Questionaram, mas aceitaram. Na décima décima sexta consulta. A última do processo.*

*Recorrendo à conceitualização de Campos (1989), o processo de consulta psicológica vocacional de Tomás teve por objetivo a (re)construção de um itinerário pessoal mas social e*

*historicamente confrontado. Tomás elaborou o seu projeto vocacional em estreita relação com a sua identidade e com a escolha de um determinado estilo de existência. O processo de consulta teve como principal mais valia a criação de condições para que a escolha fosse realizada no presente e atualizada no futuro, fugindo à esfera da resposta e ajudando a colocar questões, dando autoria de si mesmo a Tomás.*

*Tomás foi delineando a sua história de vida, a sua identidade narrativa ao longo do seu processo de consulta psicológica. Tomás foi conseguindo estender a mão no sentido do outro, primeiro no meu sentido, depois no sentido dos pais e, provavelmente num futuro próximo, no sentido dos pares amorosos e amicais. Quebrou as leis do medo. Saiu do silêncio e ganhou voz.*

### ***Outros temas: o par amoroso e amical, o irmão e a comunidade***

Falta ainda apresentar três temas que se revelaram pertinentes no âmbito do processo de consulta de Tomás: o par amoroso e amical, o irmão e a comunidade.

Numa fase anterior do processo, Tomás aludiu ao sentimento de se sentir confuso no que dizia respeito “a namoradas”. Uma vez que esse sentimento não parecia ser a preocupação central na procura de apoio, apostou-se num trabalho do tema à medida que havia espaço e disponibilidade para o fazer.

“Gosto do jogo da sedução. Mas a partir do momento que começo a namorar, desisto”. Tem sido sempre assim? Sim, aquiesceu Tomás. O que o interessa no jogo da sedução? “Fazer com que gostem de mim”. O que o desinteressa no namoro? “As obrigações”. Que obrigações? “Conversar, telefonar, enviar mensagens, falar”. Pois claro. Incontornável o tema da voz e do silêncio, pensei. E com os amigos? Também se sente assim? Diferente, respondeu Tomás. “Não há a componente da sedução. Embora seja importante que gostem de mim. Só a vontade de não falar muito se mantém.”.

*Recuperando Sorsoli (2004), quem, enquanto criança ou adolescente encontrou segurança através do isolamento e do silêncio, pode apresentar dificuldade na criação, desenvolvimento e manutenção de relações que encontram nas palavras a sua base edificante (Sorsoli, 2004). Quem, enquanto criança ou adolescente sentiu que a amor rima com dor, tende a evitar relações que se fundem nesse tipo de sentimento, pois parecem ameaçadores à viabilidade do self.*

*Bartholomew (1990) e Bartholomew e Horowitz (1991) propõem um modelo de vinculação no adulto, baseado na ideia dos modelos internos dinâmicos do self e do outro de Bowlby. Os autores argumentam que os modelos de self e do outro podem ser operacionalizados como positivos ou negativos. O modelo de si próprio baseia-se nas expectativas gerais acerca do valor do self, ou seja, se o self é digno de amor e atenção. O modelo de si próprio regula a ansiedade de*

*separação e o medo de abandono nas relações de proximidade. O modelo do outro liga-se à disponibilidade e acessibilidade do outro, ou seja, se o outro é digno de amor e atenção ou se não é confiável e aceitante. O modelo do outro regula a necessidade de apoio e proximidade em relação aos outros.*

*No início do processo, Tomás parecia ter paralisado o gesto da procura do outro. Tivesse o outro figura de mãe, pai, irmão, par amoroso ou amical. Provavelmente porque alguém o tinha magoado algures. Magoado não intencionalmente, leia-se claramente. Quando os avós morreram, “feriram” Tomás. Aí, claramente, amor rima com dor. Tomás compreendeu que quando se ama e é amado, quando se é objeto de amor e a sua fonte (aparentemente) seca, dói. Numa altura como a adolescência em que a maturação emocional decorre e em que tantas tarefas psicossociais parecem desafiar o self, Tomás poderá ter sentido a partida dos avós como um abandono.*

*E os pais? As principais figuras de vinculação de Tomás parecem ter sido os avós. Os pais estiveram presentes na sua infância e adolescência. Mas nem um nem outro pareciam constituir a base segura que qualquer criança ou adolescente necessita para voltar após a exploração do mundo. Pese embora, durante o processo de consulta Tomás tenha ganho uma maior proximidade afetiva com os pais, esta relação parecia necessitar de continuar a ser trabalhada.*

*De facto, uma das mais valias do processo de consulta de Tomás, foi a construção de laços de maior proximidade entre Tomás e os pais. Tal só terá sido possível, porque Tomás terá conseguido realizar um movimento de uma esfera de amedrontamento para uma esfera de segurança. Num primeiro momento em consulta, Tomás parecia duvidar de si e dos outros. Num momento final, parecia ter começado a confiar mais em si e nos outros. Aos poucos, os pais pareciam capazes de amar e cuidar. Os pais começavam agora a configurar uma ideia de base segura. Tal como os avós o foram em tempo. Base segura que lhe permitia explorar e investir, (re)construindo, assim, a sua identidade.*

*Conforme Erikson (1963), o jovem que não se sente seguro da sua identidade, tende a fugir à intimidade relacional. No entanto, quanto mais se sentir seguro de si mesmo, ou seja, da sua identidade, mais rapidamente se dedica à procura dessa intimidade, quer seja na forma de amor ou de amizade (Erikson, 1963).*

*Sendo a construção da identidade narrativa um processo dialógico, o par amoroso ou amical tem a vantagem de constituir um contexto de construção do self, o que é amplamente documentado. Ao evitar dar voz ao que sente e pensa, Tomás traça da sua vida contextos privilegiados de construção da identidade. Contextos também de teste à sua identidade.*

*E não foi difícil para Tomás, compreender a importância da dinâmica dialógica na construção de si mesmo, quer com namoradas, quer com amigos, uma vez que a mesma tinha sido explorada e integrada quando se trabalhou a relação com os pais.*

No que diz respeito aos outros dois temas identificados: a relação com o irmão e a ligação à cidade do Porto, bem como ao Futebol Clube do Porto (aqui lidos como o sentimento de pertença a uma comunidade que partilha um conjunto de valores e uma ética próprios). Ambos constituíram temas de interesse no âmbito da análise da (re)construção da identidade narrativa de Tomás. O primeiro, poderia ser analisado no âmbito da rede relacional proximal de Tomás. O segundo poderia ser analisado no âmbito da ideologia e da participação cívica (aqui entendida num sentido lato). É um facto que ambos comportam um interesse acrescido na composição do estudo de caso, que deverá ser tão exaustivo quanto possível. No entanto, optou-se por não os analisar e apresentar no âmbito desta dissertação. Em primeiro lugar, porque embora apresentem interesse, apresentam-no em menor medida que os temas anteriores – o que tem eco na sugestão de Lieblich et al. (1998), que advogam que nem todos os temas apresentam pertinência que justifique uma análise detalhada, sem prejuízo para o estudo como um todo. Em segundo lugar porque se receia que a exaustividade torne a apresentação deste trabalho demasiado longa e pesada.

### **O processo de consulta psicológica vocacional**

O processo de consulta psicológica vocacional de Tomás desenrolou-se ao longo de quase 6 meses, com uma periodicidade quase sempre semanal. Ocorreram doze consultas individuais com Tomás, uma com a mãe, outra com o pai, uma com a mãe e o pai e uma final, com Tomás, mãe e pai, o que perfaz um total de dezasseis consultas.

O processo de Tomás foi conduzido a partir de um referencial teórico que agrega perspectivas construtivistas, desenvolvimentais, ecológicas e narrativas. O seu objetivo principal, a promoção do desenvolvimento vocacional, integrando-o no processo global do desenvolvimento psicológico individual.

Olhando o processo, já com um certo distanciamento e após completar a sua análise, recorro as admoestações de Gonçalves (2001) acerca dos limites da consulta psicológica<sup>14</sup>. Limites de poder, espaço, tempo e mortalidade.

Julgo estar a ultrapassar com parcimónia o que Gonçalves (2001) denomina por *burnout*<sup>15</sup> do psicólogo noviço. São quase inexistentes os momentos em que me detenho,

---

<sup>14</sup> Pese embora Gonçalves se refira à psicoterapia, fiz as suas admoestações equivaler à consulta psicológica.

<sup>15</sup> Optou-se por manter o termo em inglês porque não se encontrou um termo equivalente em português. O facto de ser bastante utilizado no seio das ciências sociais também apoiou esta opção.

com senho franzido, sobre as discrepâncias entre os meus objetivos (ideais?) para os processos e a evidência empírica de que nem sempre esses objetivos são possíveis de alcançar. Ao mesmo tempo, num esforço contínuo, cada vez mais seguro, tenho envolvido mais significativamente os elementos das cartografias sociais dos clientes no processo, de forma a que o alcance dos objetivos se estenda para além do (limitado) espaço da consulta e da minha (limitada) intervenção, potenciando, ao mesmo tempo o trabalho da ecologia proximal do cliente. E os limites do psicólogo são os limites do espaço da consulta (Gonçalves, 2001). Assim, urge prolongar a narração para além desse espaço, tornando-a ecologicamente sustentada e prolongada.

De acordo com Gonçalves (2001), face à complexidade de perfis temporais – do cliente, do psicólogo e da intervenção – requer-se uma certa paciência, deixando que a estruturação narrativa do cliente estruture o tempo. O processo de Tomás desenrolou-se através de 16 consultas. Doze das quais individuais. Dozes consultas densas e extensas. As sessões iniciais foram difíceis de terminar, nunca de iniciar. À medida que o final do processo de aproximava, as consultas tornaram-se mais curtas. Talvez porque a necessidade de significação se começava a esgotar. Mas quer no início, quer no fim do processo, Tomás chegava sempre ponto a conversar. Nem sempre as nossas agendas coincidiam. Fui deixando que o cumprimentos das agendas se completassem. Olhando para trás, foi uma boa opção. Tomás cumpriu a sua agenda. Eu quase que cumpri a minha.

Quase cumpri porque faltou pelo menos mais uma consulta com Tomás. Consulta que tanto poderia ser a final, o que implicaria o confronto com o limite da mortalidade (Gonçalves, 2001), como constituir o início de uma nova fase do processo. Final porque era importante a realização de uma exploração e integração da consulta com os pais, a integração final do seu projeto vocacional, bem como a finalização do processo. Essa última consulta seria também importante porque se mostrava necessário transmitir, uma vez mais, a Tomás que cada um é o autor da (re)construção si mesmo, a par do reconhecimento de que os outros significativos são co-autores dessa (re)construção (Gonçalves, 2001). Mas podia ser o início de uma nova fase. Nova fase necessária porque era patente que Tomás e os outros significativos (neste caso, mãe e pai) funcionavam, enquanto sistema, numa dinâmica pouco construtiva. Assim, caso fizesse sentido a Tomás e à sua família, continuar o processo no âmbito da consulta psicológica familiar, era uma hipótese a explorar.



## 5. Conclusão

O meu trabalho com Tomás, que Gonçalves (2001) poderia designar como “o nosso trabalho”, na medida em que advoga que é no ato conversacional que se cria a realidade, enfatizou a importância da narrativa como meio de (re)construção de si mesmo. De facto, foram utilizados jogos de linguagem (Gonçalves, 2001) ou jogos de vida, se se preferir a expressão de Gergen e Kaye (1992, cit in Gonçalves, 2001). Jogos de palavras ou de vida, porque ambos se confundem. Forma e matéria. Forma e matéria na (re)construção da identidade narrativa de Tomás.

Tomás não se (re)construiu sozinho. Ninguém se (re)constrói. Todos nos (re)construímos em relação. Conversacionalmente. De acordo com Campos (1992), é possível afirmar que sem vinculação não há experiência descentradora, nem integração. O que é válido para todos os contextos relacionais, inclusive o da consulta psicológica. O caso de Tomás parece aqui paradigmático. Tanto no que diz respeito aos seus contextos naturais de participação, quer no que diz respeito ao de consulta. Da parte de Tomás, a relação de trabalho desenvolvida foi investida e sentida como segura. Caso contrário Tomás não tomaria voz. Da minha parte, interessante e desafiante. Positiva e produtiva. Fruto do que fui aprendendo e do que me falta aprender. Importante na (re)construção da minha própria identidade narrativa enquanto psicóloga.

Os modelos de intervenção psicológica que se centram numa fundamentação construtivista, desenvolvimental e ecológica, apresentam a virtualidade de proporcionar aos clientes experiências que os ajudam a questionar e a transformar a sua atual relação com o mundo, os seus investimentos, portanto (Campos, 1992). Experiências que permitam a criação de condições de exploração, reflexão e integração de si mesmo. Não de um si mesmo univocal, mas multivocal (Gonçalves, 1991), pois cada si mesmo implica uma multiplicidade de configurações parcelares. Parcelares na sua totalidade, pois o todo é sempre maior que as partes. Ao integrar *selves* passados, presente e futuros e ao atribuir-lhe significações em gradação cada vez superior de coerência, tornou-se maior que todos eles, mais íntegro. Mais narrado. Mais preparado para crescer no sentido do desenvolvimento.

O processo de consulta psicológica vocacional de Tomás articulou-se, em torno da exploração, vivência e integração de tais experiências. Experiências que se desejaram significativas para Tomás e para os seus pais, correspondendo (aparentemente) às suas necessidades, interesses e desejos, numa palavra, à sua atual relação de investimento.

Dessa forma, parecem ter sido imprescindíveis à mobilização de questionamentos que foram surgiram, momento a momento (Campos, 1992).

Ampliando o si mesmo a um todo que se desejou coerente, integrado e animado de propósito relacional (família, amigos e pares amorosos), vocacional e motivacional (crenças, valores e ideologias), ampliou-se o âmbito da intervenção vocacional a uma vida e não apenas a uma dimensão de uma vida – o que, eventualmente podia ser a expectativa no âmbito de uma visão mais tradicional da intervenção psicológica no domínio do vocacional. Assim, a (re)construção da identidade narrativa permitiu e impulsionou a (re)construção um projeto vocacional sentido pelo cliente como mais autónomo e pessoalmente significado.

Embora se acredite que não se estará perante um *dropout*<sup>16</sup>, é indesmentível que os objetivos do processo não foram totalmente completos, na medida em que faltou uma consulta final e a apresentação da possibilidade de continuação da intervenção num contexto de consulta psicológica familiar. Tomás e a sua família foram contactados com o pedido de autorização de utilização do caso para fins científicos, que prontamente aceitaram. Ao validarem a narrativa do processo de consulta, validaram a sua finalização. Dessa forma, para Tomás e a sua família, o processo estava completo.

---

<sup>16</sup> Optou-se pela manutenção do termo em inglês, uma vez que é amplamente utilizado.

## 6. Bibliografia

- Arnett, J. J. (2000). A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55:5, 469-480.
- Arnett, J. J. (2001). Conceptions of the transition to adulthood: Perspectives from adolescence through midlife. *Journal of Adult Development*, 8:2, 133-143.
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. New York: Oxford University Press.
- Arnett, J. J., Hughes, M. (2012). *Adolescence and emerging adulthood: a cultural approach*. Malaysia: Pearson.
- Bartholomew (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bartholomew e Horowitz (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Bogdan, R., Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação: Uma introdução à teoria e aos métodos* (Maria João Alvarez, Sara Bahia dos Santos, Telmo Mourinho Baptista, Traduts.). Porto: Porto Editora.
- Brofenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Bruner, G. (1990). *Acts of meaning*. Cambridge: Harvard University Press.
- Campos, B. P. (1988). Consulta psicológica e desenvolvimento humano. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 4, (pp. 5-12).
- Campos, B. P. (1989). A orientação vocacional numa perspectiva de intervenção no desenvolvimento psicológico. *Questões de política educativa*. Porto: Edições Asa.
- Campos, B. P., Coimbra, J. L. (1991). Consulta psicológica e exploração do investimento vocacional. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 7 (pp. 11-20).
- Campos, B. P. (1992). A informação na orientação vocacional. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 8 (pp. 5-16).
- Coimbra, J. L., Campos, B. P., Imaginário, L. (1994). *Career intervention from a psychological perspective: definition of the main ingredients of an ecological-developmental methodology*. 23rd International Congress of Applied Psychology. Madrid: July.

- Costa, M. E. (1994). *Divórcio, monoparentalidade e recasamento: Intervenção psicológica em transições familiares*. Porto: Edições Asa.
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle*. New York: Norton.
- Erikson, E. H., (1968). *Identity youth and crisis*. New York: Norton.
- Fivush, R., Bohanek, J. G. & Marin (2012). Patterns of family narrative co-construction in relation to adolescent identity and well-being. In K. C. McLean, M. Pasupathi (Eds.), *Narrative development in adolescence: Creating the storied self* (pp. 45-63). New York, NY: Springer.
- Fivush, R., Bohanek, J. G., & Zaman, W. (2011). Personal and intergenerational narratives as a route to adolescent identity construction. In T. Habermas (Ed.), *The development of autobiographical reasoning in adolescence and beyond. New Directions for Child and Adolescent Development, 131*, 45-57.
- Gonçalves, O. F. (2001). Da psicoterapia como função à psicoterapia como criação: As más notícias. Em M. M. Gonçalves, O. F. Gonçalves (Coords.), *Psicoterapia, discurso e narrativa: A construção conversacional da mudança*. Coimbra: Quarteto.
- Gonçalves, M. M., Gonçalves, O. F. (2001). A psicoterapia como construção conversacional. Em M. M. Gonçalves, O. F. Gonçalves (Coords.), *Psicoterapia, discurso e narrativa: A construção conversacional da mudança*. Coimbra: Quarteto.
- Guerra, I. C. (2006). *Pesquisa qualitativa e análise de conteúdo: Sentidos e formas de uso*. Cascais: Príncipia.
- Guidano, V. F. (1987). *Complexity of the self: A developmental approach to psychopathology and therapy*. United States of America: Guilford Press.
- Habermas, T. (2011). Autobiographical reasoning: Arguing and narrating from a biographical perspective. In T. Habermas (Ed.), *The development of autobiographical reasoning in adolescence and beyond. New Directions for Child and Adolescent Development, 131*, 45-57.
- Habermas, T., Bluck, S. (2000). Getting a life: The emergence of the life story in adolescence. *Psychological Bulletin, 5*, 748-769.
- Goossens, L., Luyckx, K. (2007). Identity development in college students: Variable-centered and person-centered analysis. In M. Watzlawick, A. Born (Eds.), *Capturing identity: quantitative and qualitative methods* (pp. 53-69). Lanham: University Press of America.

- Josselson, R. (2004). On becoming a narrator of ones life. In A. Lieblich, D. P. McAdams R. Josselson (Eds.) *The narrative basis of psychotherapy* (pp. 111-127). United States of America: APA.
- Lieblich, A., Tuval-Mashiach, R., Zilber, T. (1998). *Narrative research: Reading, analysis and interpretation*. United States of America: Sage Publications.
- Luyckx, K., Goossens, L., Soenens, B. & Beyers, W. (2006). Unpacking commitment and exploration. Preliminary validation of an integrative model of late adolescent identity formation. *Journal of Adolescence*, 29, 361-378.
- Marcia, J. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Psychology and Social Psychology*, 3, 551-558.
- McAdams, D. P. 1985. *Power, intimacy and the tlife story: Personalogical inquiries into identity*. New York: Guilford Press.
- McAdams, D. P. (1993). *The stories we live by: Personal myths and the making of the self*. New York: The Guilford Press.
- McAdams, D. P. (2001). The Psychology of life stories. *Review of General Psychology*, 5, 100-122.
- McAdams, D. P. (2008a). Personal narratives and the life story. In O. P. John, R. W. Robins, L. A Pervin (Eds.), *Hanbook of personality: Theory and Reseach* (pp. 242-262). New York, NY: The Guilford Press.
- McAdams, D. P. (2008b). The life story interview. Instrumento não publicado. Disponível em <http://www.sesp.northwestern.edu/foley/instruments/interview/>
- McAdams, Dan P. (2012a). Exploring Psychological themes through life-narratives accounts. In J. A. Holstein, J. F. Gubrium (Eds.), *Varieties of narrative analyses* (pp. 15-32). United States of America: Sage Publications.
- McAdams, Dan P. (2012b). Narrative identity. In S. J. Scharwtz, K., Luyckx, V. L. Vignoles (Eds.) *Handbook of identity theory and research*. United States of America: Springer.
- McAdams, D. P., Bauer, J. J., Sakaeda, A. R., Anyidoho, N. A., Machado, M. A., Magrino-Failla, K., White, K. W., Pals, J. (2006). Continuity and change in the life story: a longitudinal study of autobiographical memories in emerging adulthood. *Journal of Personality*, 74:5, 1371-1400.
- McAdams, D. P., Josselson, R., Lieblich, A. (Eds.). (2006). *Identity and story: Creating self in narrative*. Washington, DC: APA.

- McAdams, D. P., McLean, K. C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22, 233-238.
- McKeough, A., Malcom, J. (2011). Stories of family, stories of self: Developmental pathways to interpretative thought during adolescence. In T. Habermas (Ed.), *The development of autobiographical reasoning in adolescence and beyond*. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 131, 59-72.
- McLean, K. C. (2005). Late adolescent identity development: Narrative meaning making and memory telling. *Developmental Psychology*, 41, 683-691.
- McLean, K. C. (2008). Stories of the young and the old: Personal continuity and narrative identity. *Developmental Psychology*, 44:1, 254-264.
- McLean, K. C. e Pratt, M. W. (2006). Lifes little (and big) lessons: Identity statuses and meaning-making in the turning points of emerging adults. *Developmental Psychology*. 42, 4, 714-722.
- McLean, K. C., Pasupathi, M. (Eds.). (2012a). *Narrative development in adolescence*. Bellingham: Springer.
- McLean, K. C., Pasupathi, M. (2012b). Processes of identity development: Where I am and how I got there. *Identity: An International Journal of Theory and Research*. 12, 8-28.
- McLean, K. C., Pratt, M. W. (2006). Life's little (and big) lessons: Identity statuses and meaning-making in the turning point narratives of emerging adults. *Developmental Psychology*, 42:4, 714-722.
- McLeod, J. (2010). *Case study research in counselling and psychotherapy*. Croydon: Sage Publications.
- Meeus, W. (2011). The study of adolescent identity formation 2000-2010: A review of longitudinal research. *Journal of Research on Adolescence*, 21:1, 75-94.
- Mey, G. (2007). Qualitative research on "adolescence, identity, narration": Programmatic and empirical examples. In M. Watzlawik, A. Born (Eds.), *Capturing identity: quantitative and qualitative methods* (pp. 53-69). Lanham: University Press of America.
- Negele, A., Habermas, T. (2012). Self-Continuity developmental change in and of repeated life narratives. In K. C. McLean, M. Pasupathi (Eds.), *Narrative development in adolescence: Creating the storied self* (pp. 1-21). New York, NY: Springer.

- Pasupathi, M. (2006). Silk from sows`ears: Collaborative construction of everyday selves in everyday stories. In D. P. McAdams, R. Josselson, A. Lieblich (Eds.), *Identity and the Self: Creating self in narrative* (pp. 129-150). Washington, DC: APA.
- Pasupathi, M. (2007). Telling and the remembered self: linguistic differences in memories for previously disclosed and undisclosed events. *Memory, 15*, 258-270.
- Pasupathi, M., Hoyt, T. (2009). The development of narrative identity in late adolescence and emergent adulthood: The continued importance of listeners. *Developmental Psychology, 45:2*, 258-574.
- Pasupathi, M., McLean, K. C. & Weeks, T. (2009). To tell or not to tell: Disclosure and the narrative self. *Journal of Personality, 77:1*, 81-123.
- Pasupathi, M., Weeks, T. L. (2011) Integrating self and experience in narrative as a route to adolescent identity construction. In T. Habermas (Ed.), The development of autobiographical reasoning in adolescence and beyond. *New Directions for Child and Adolescent Development, 131*, 31-43.
- Pratt, M. W., Norris, J. E., Lawford, H., Arnold, M. L. (2012) What he said to me stuck: adolescents` narratives of grandparents and their identity development in emerging adulthood. In K. C. McLean, M. Pasupathi (Eds.), *Narrative development in adolescence: Creating the storied self* (pp. 93-112). New York, NY: Springer.
- Negele, A., Habermas, T. (2012). Self-continuity across developmental change in and of repeated life narratives. In K. C. McLean, M. Pasupathi (Eds.), *Narrative development in adolescence: Creating the storied self* (pp. 1-21). New York, NY: Springer.
- Reese, E., Yan, C., Jack, F., Hayne, H. (2012). Emerging identities: Narrative and self from early childhood to early adolescence. In K. C. McLean, M. Pasupathi (Eds.), *Narrative development in adolescence: Creating the storied self* (pp. 23-44). New York, NY: Springer.
- Riessman, C. K. (2008). *Narrative Methods for the human sciences*. United States of America: Sage Publications.
- Singer, J. A. (2004). Narrative identity and meaning making across adult life span: An Introduction. *Journal of Personality, 72*, 428-459.
- Skorikov. V. B., Vondracek, F. W. (2012). Occupational identity. In S. J. Schwartz, K. Luyckc; V. L. Vignoles (Eds) *Handbook of Identity Theory and Research*. Netherlands: Springer.

- Sorsoli, L. (2004). Echoes of silence: remembering and repeating childhood trauma. In A. Lieblich, D. P. McAdams R. Josselson (Eds.) *The narrative basis of psychotherapy* (pp. 89-109). United States of America: APA.
- Thomas, G. (2011). *How to do your case study*. Cornwall: Sage Publications.
- Yin, R. K. (2014). *Case study research: Design and methods*. United States of America: Sage Publications.
- Weeks, T. L., Pasupathi, M. (2012). Autonomy, identity, and narrative construction with parents and friends. In K. C. McLean, M. Pasupathi (Eds.), *Narrative development in adolescence: Creating the storied self* (pp. 65-91). Bellingham: Springer.
- Worden, J. W. (1991). *Grief counselling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner*. London: Routledge.



## **7. Anexos**

Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação  
Universidade do Porto

Mestrado Integrado em Psicologia  
(300 ECTS)  
2012/2013

Aluna  
Marta Brito

**A (re)reconstrução da identidade narrativa num jovem adulto**

Apresentação

e

Declaração de Consentimento Informado

## **Apresentação do estudo**

O presente trabalho realiza-se no âmbito do Mestrado Integrado em Psicologia para os alunos com 300 ECTS, no ano letivo de 2012/2013, da Faculdade de Psicologia e de Ciência da Educação da Universidade do Porto.

Tem por objetivo a ilustração e compreensão da (re)construção da identidade narrativa, ou seja, a (re)construção da história de vida pessoal, no âmbito de um processo de consulta psicológica vocacional.

Tenha em atenção que o meu objetivo não é compreender o que está certo ou errado na (re)construção da sua identidade – não há respostas certas ou erradas nessa (re)construção.

De facto, a o meu único propósito de investigação é ilustrar e compreender a forma como as pessoas criam significado a partir da sua experiência e o utilizam para definir a sua identidade, o que acaba por ser determinante na forma como vivem a sua vida e constroem o seu projeto vocacional.

Assim, proponho que leia o que me parece constituir uma narrativa fiel do processo de consulta psicológica vocacional comigo desenvolvido e sugira alterações no sentido de a tornar ainda mais fiel ao que foi a sua perspectiva do que foi acontecendo.

É para mim muito importante que compreenda e sinta que a divulgação da sua narrativa é um processo voluntário e sujeito a anonimato.

Convido-o(a) a assinar um documento nesse sentido.

## Declaração de Consentimento Informado

Eu \_\_\_\_\_,  
portador do Bilhete de Identidade / Cartão de Cidadão n.º \_\_\_\_\_,  
declaro que tomei conhecimento do propósito da utilização da narrativa do meu  
processo de consulta psicológica vocacional, tendo sido informado(a) sobre as  
condições da sua realização, que se encontram anexadas a este documento.

Assim, declaro que participei voluntariamente no estudo e aceito a  
divulgação dos dados recolhidos, sob anonimato.

Data, \_\_\_\_\_

O(A) participante, \_\_\_\_\_

A investigadora, \_\_\_\_\_