

## DOCUMENTAÇÃO

### Uma sociedade com sede de emoções

O crescente protagonismo das emoções na sociedade contemporânea trouxe aspetos positivos como o repensar das relações entre mulheres e homens ou entre pais e filhos. Mas também agudizou certos problemas na vida social e política. O diagnóstico desta nova cultura emocional pode servir de ponto de partida para procurar o equilíbrio entre razão e sentimentos.

Dos jovens do milénio, nascidos entre 1980 e 2000, diz-se que passam demasiado tempo entre séries de televisão, viagens *low cost*, redes sociais e *selfies*. Mas aquela que foi retratada como a geração mais narcisista da história, também tem o seu lado ligado ao coração. Assim o explica uma reportagem do “The New York Times” (“Generation Nice – The Millennials Are Generation Nice”, 15.8.2014), que analisa vários inquéritos realizados nos EUA.

Desde logo, são menos materialistas que os mais velhos. Entre outras coisas, quase dois terços estão dispostos a ganhar menos, desde que trabalhem num emprego de seu agrado; os seus hábitos de consumo denotam um certo compromisso cívico: 89% deles preferem comprar produtos de empresas que destinam parte dos seus lucros a projetos sociais.

“Considerados em conjunto”, conclui Sam Tanenhaus na reportagem, “estes hábitos e gostos estão mais próximos do comunitário que do narcisismo. O valor que mais apreciam [estes jovens] não é a promoção pessoal, mas o oposto: a empatia e as relações sinceras e generosas com os outros”.

### Emoções e identidade

O artigo do “The New York Times” é um bom exemplo de como a análise dos estilos de vida e as práticas quotidianas das pessoas – neste caso, os jovens do milénio – podem ajudar a compreender a sociedade atual. Onde alguns veem um narcisismo geracional, um olhar mais atento descobre que a empatia e a autenticidade se converteram em valores nucleares para os jovens de hoje.

É o enfoque que segue o projeto “Cultura Emocional e Identidad”, do Instituto Cultura y Sociedad (ICS) da Universidade de Navarra. “Seria um erro não advertir que, para muitos dos nossos contemporâneos, a sede de emoção tem a ver com a busca de indícios, pistas, sobre quem somos: ao ver como nos afetam as coisas, conhecemos algo de nós mesmos”, explica (“Fragmentos de un Diálogo Sobre Género”, em “CEMID” – blogue “Cultura Emocional e Identidad”, 5.12.2013) Ana Marta González, professora de Filosofia Moral e diretora académica do ICS.

Mas o carácter variável das emoções, diz noutra entrada do blogue do projeto, impede distinguir entre aqueles traços pessoais “que respondem a uma situação momentânea e aqueles outros que se enraízam em estratos mais profundos do nosso ser”. Por isso, faz falta analisar, juntamente com as emoções, as ações e as produções culturais nas quais aquelas se expressam.

Neste ponto, o cinema e os meios de comunicação são de grande ajuda, como salientou o encontro “Taking the Pulse of Our Times: Media, Therapy and Emotions”, organizado pelo ICS de 20 a 22 de novembro do último ano. A partir da análise de vários filmes, especialistas de diversos países refletiram sobre algumas atitudes que dão forma ao “clima emocional” da nossa época: desde o medo da velhice, da deficiência e da morte, até ao êxito de tudo o que fale sobre a gestão de emoções, a linguagem terapêutica ou a inteligência emocional.

### Política com coração

Mas o florescimento da cultura emocional também nos fala de certos riscos que se têm vindo a acentuar ultimamente na política. Um dos mais destacados é que as relações políticas já não se estruturam em torno da convicção racional, mas na adesão emocional, diz Lourdes Flamarique, professora de Correntes Atuais da Filosofia e investigadora do ICS [Cfr. Lourdes Flamarique e Madalena d’Oliveira-Martins (eds.), “Emociones y Estilos de Vida. Radiografía de Nuestro Tiempo”, Biblioteca Nueva, 2013].

A ascensão do Podemos em Espanha é um caso paradigmático. Este partido está a aproveitar-se dos sentimentos de indignação de muitos cidadãos perante a corrupção, o desemprego ou a crise, mas interessa pouco se

as suas propostas são realistas ou não. “Quando foi a última vez que votaste com esperança?” é uma das palavras de ordem do Podemos, que ainda continua sem programa definido.

O psicólogo norte-americano Drew Westen ocupou-se amplamente deste fenómeno no seu livro “The Political Brain: The Role of Emotion in Deciding the Fate of the Nation”, Public Affairs, 2007. Westen publicou um extrato deste livro no “The Guardian”: “Voting With Their Hearts”, 8-08-2007): “A noção de mente que cativou os filósofos, os cientistas cognitivos, os economistas ou os politólogos desde o século XVIII, é a de uma mente desapaixonada que toma decisões após apreciar os dados e raciocinar até chegar à conclusão mais válida”.

Mas não é assim que funciona o cérebro do votante atual, pois é um “cérebro emocional”. Mais se parece com uma rede que obtém a sua visão do mundo graças a uma combinação de “pensamentos, sentimentos, imagens e ideias que conseguiram ligar-se através do tempo”. São os famosos quadros inconscientes de que fala o linguista George Lakoff.

“As pessoas votam nos candidatos que suscitam os sentimentos corretos, não o candidato que apresenta os melhores argumentos”, defende Westen a partir das conclusões de vários estudos. E Lakoff insiste: “Os factos são importantes. São cruciais. Mas devem ser enquadrados adequadamente, para que se convertam numa parte eficaz do discurso público”.

De qualquer forma, a alfinetada que foi dada à “obamania” nas eleições legislativas de novembro de 2014, sugere que estas análises podem ser exageradas: em última análise, o votante exige resultados, não afeto. Mas tanto Westen como Lakoff têm razão ao detetar a influência das emoções nas preferências ideológicas, o que, por seu turno, alimenta uma política de gestos onde o importante é tocar nas fibras.

### **Um Estado de Direito mais débil**

Numa perspetiva muito mais crítica do que a destes autores, o filósofo Gabriel Albiac denunciou a deriva emotivista adotada pela política espanhola com o primeiro mandato de José Luis Rodríguez Zapatero: “Vivemos, desde há quase quatro anos, na sentimentalização da política: o pântano do qual ninguém sai ileso. E no qual toda a inteligência morre. Com belos sentimentos, faz-se má literatura, interpelava Gide. Em política é pior. Em política, com belos sentimentos, edifica-se o inferno” (Gabriel Albiac, “Contra los políticos”, Temas de Hoy, 2008).

Aquilo que preocupava Albiac nas propostas “sentimentalistas” ao estilo Educação para a Cidadania, a Memória Histórica ou a Aliança das Civilizações, era o progressivo processo de esvaziamento do Estado de Direito e a sua substituição por um novo “Estado sentimental”, onde as emoções podem ter mais

peso do que a segurança jurídica, o equilíbrio de poderes, as instituições e as leis.

O esvaziamento do Estado de Direito tem manifestações no espaço público. Uma é o populismo penal, que leva a endurecer os castigos para certos delitos atendendo exclusivamente à indignação popular. Mas a exigência de mão dura nem sempre vê que “a frieza do Direito, que hoje lamentamos, é a que noutras ocasiões pode proteger-nos de abusos arbitrários”, adverte Ana Marta González (“Para una Reconstrucción Emocional de la Sociedad Civil”, “CEMID”, 25.10.2013).

Outra manifestação é o empobrecimento do debate público com palavras de ordem e chavões que “fazem disparar o reflexo condicionado de uma resposta social previsível, sempre sob o signo do conflito, provocando reações estereotipadas num e noutra grupo”, acrescenta González. Um problema que se agrava quando as empresas de meios de comunicação detetam que o reforço das convicções se vende muito melhor do que a informação.

### **Quando os sentimentos criam Direito**

Na mesma linha, Manuel Cruz, catedrático de Filosofia Contemporânea na Universidade de Barcelona, critica no “El País” (“Sentimientos que Fundan Derecho”, 2.12.2014) a prática do nacionalismo catalão de apelar aos sentimentos para configurar a realidade e, inclusivamente, fundar Direito.

Aquilo que Cruz afirma, poderia aplicar-se perfeitamente a outras reivindicações identitárias, considerando que, “do facto de um determinado sentir estar muito generalizado entre os cidadãos, decorre a necessidade das autoridades proporcionarem uma resposta que dê satisfação ao sentir em causa ou, no mínimo, o alivie”.

Também o Direito de família – e antes dele, o conceito de casamento – foi vítima de um processo de esvaziamento levado a cabo em virtude de um novo paradigma segundo o qual bastaria a capacidade de dar amor, afeto e apoio mútuo para reconhecer como casamento qualquer forma de convivência.

Em Espanha, este processo foi desencadeado com a reforma do Código Civil de 1981 que legalizou o divórcio, e consumou-se com a lei do “divórcio expresso” e aquela que permite às pessoas do mesmo sexo casarem, ambas aprovadas em 2005. Leis que retiraram ao casamento civil o seu conteúdo caracterizador, vindo a convertê-lo numa “casca vazia”, nas palavras de Carlos Martínez de Aguirre, catedrático de Direito Civil da Universidade de Saragoça.

### **Emoções fortes para o pensamento débil**

Para o canadiano Dennis Buona-fede, na raiz desta sentença mentalização está aquilo que Bento XVI designou pelo eclipse da razão. “Em termos simples”, escreve este professor de filosofia, “significa que o conceito de uma verdade objetiva foi abandonado e substituído pelo da verdade subjetiva. Já não existe uma verdade em si, mas uma verdade para mim”.

Esta maneira de pensar trouxe duas consequências. “Primeira: a verdade veio a personalizar-se até limites insuspeitos. Dado que é a minha verdade, identifico-me com ela. Não é algo distinto de mim. E a segunda: visto que personalizámos tanto a verdade, qualquer crítica à minha verdade é na realidade uma crítica contra mim, um ataque pessoal”.

Isso explica o aumento nos nossos dias de refinados mecanismos de censura como a desqualificação do tachado por “linguagem do ódio” (*hate speech*) e as leis anti-discriminatórias, que invocando a igualdade de tratamento, oferecem na realidade direitos diferentes e privilegiados ao coletivo LGTB; e os alertas ou *trigger warnings* perante ideias que podem ferir algumas suscetibilidades.

Assim, as estruturas de correção política arraigadas nas sociedades ampliam o seu âmbito de influência, que agora abarcam desde os pensamentos e as ideias, até “o emocionalmente correto”.

## A intolerância emocional

Claudia Wassmann, investigadora do ICS, advertia no encontro mencionado antes, que “o modo como as sociedades tratam com as emoções dos seus cidadãos – quais se aceitam, desejam e toleram, e quais se proíbem – fala do grau de liberdade de que gozam os indivíduos”.

Um contraste significativo nas sociedades ocidentais, é que a generosa tolerância para com as emoções das minorias não se aplica igualmente à proteção dos sentimentos religiosos. Sobre isto é interessante o que diz Rafael Palomino Lozano, catedrático de Direito Eclesiástico do Estado na Universidade Complutense de Madrid: “Em geral, tanto na América como na Europa, na colisão entre religião e outras formas de identidade, a religião fica sempre a perder” (Rafael Palomino Lozano, “Neutralidad del Estado y Espacio Público”, Thomson Reuters Aranzadi, Pamplona, 2014, pp. 49-50).

O motivo é que enquanto “as reclamações vindas da ideologia de género se instalaram na área da identidade (mais permanente e não eletiva)”, a religião continua enquadrada no terreno das opções individuais. Daí uns dizerem que “os cidadãos não devem discriminar uma identidade, que não é questão de escolha, a partir de uma posição que sim é uma escolha”.

Os conflitos deste tipo não se resolvem assim naqueles países onde a filiação religiosa é concebida como um marcador identitário forte. Mas, pelo menos neste ponto, o “individualismo expressivo” do mundo ocidental parece ter destituído a religião como marcador de identidade.

J. M.

## “A sociedade atual obriga-nos a ter emoções positivas”

Ursula Oberst, professora titular de Psicologia Clínica na Universitat Ramon Llull, foi uma das oradoras convidadas ao seminário “Taking the Pulse of Our Times”, organizado pelo ICS (Instituto Cultura y Sociedad) da Universidade de Navarra. Falámos-lhe sobre o atrativo da inteligência emocional (IE) na cultura popular.

— Desde a publicação do *best-seller* de Daniel Goleman, a IE é encarada como a panaceia para resolver problemas sociais, desde o insucesso escolar à violência juvenil ou à gestão de conflitos no lar. De onde lhe vem este prestígio?

— O estrondo do modelo da IE coincide com uma crescente consciência na sociedade da importância das emoções na vida diária. Isto é também fomentado pelas neurociências (pela mão de António Damásio ou Joseph LeDoux), onde se mostrou que apenas com o raciocínio abstrato, as pessoas seriam incapazes de tomar decisões adaptativas, isto é, benéficas para nós.

Existem diferentes modelos de IE. O de Goleman (1995) é o mais popular e o mais usado nas empresas, juntamente com o de Richard Boyatzis. Mas em investigação psicológica, o modelo mais utilizado é o original de Peter Salovey e John D. Mayer, os quais inventaram a expressão “inteligência emocional” em 1990.

O modelo destes autores refere-se somente a quatro capacidades cognitivo-emocionais (como a de perceber as emoções ou a de regular as emoções), enquanto que o de Goleman integra outros aspetos que têm a ver com traços de personalidade ou atitudes (como otimismo, felicidade) ou virtudes humanas (como responsabilidade social).

Quando começou a euforia com a IE, pensava-se que ter este tipo de inteligência num elevado grau era a chave – para lá da inteligência cognitiva ou abstrata – do sucesso profissional e pessoal. Dava a impressão de que bastava a pessoa ser

emocionalmente inteligente para se considerar inteligente (mesmo que não o fosse). Como diziam John Mayer, Peter Salovey e David Caruso (2000), a ideia do coeficiente de inteligência é elitista, enquanto que o conceito de IE (quociente emocional) é igualitário. Além disso, parte-se do princípio de que a IE se pode aprender ou treinar, mas não acontece o mesmo com a inteligência a seco.

**— Hoje vivemos numa sociedade sentimentalizada. Não correremos o risco da política desprezar a argumentação racional e privilegiar os sentimentos manifestados nas sondagens, a vitimização ou a política gestual?**

— A IE não tem nada a ver com a sentimentalização. Pelo contrário, a ideia da IE é usar as emoções de uma forma inteligente, o que nalguns casos também significa reduzir determinadas emoções inapropriadas. Mas é verdade que na sociedade atual se pode abusar das emoções e dos sentimentos (na política, na publicidade...) acima da argumentação racional.

Outro problema é que, hoje em dia, parece que estamos obrigados a ter emoções positivas e a ser felizes. Dito de uma forma extrema: querem-nos fazer acreditar que a felicidade é possível se a pessoa se esforçar o suficiente. E quando alguém não o consegue, não só tem de aguentar a sua infelicidade, como, além disso, sentir-se culpado por esse facto. É o que também se observa em psiquiatria, onde apareceu uma tendência para patologizar estados emocionais negativos até agora considerados normais (por exemplo, um luto longo ou as birras frequentes nas crianças).

### **Educar as emoções**

**— Uma vez desmistificada, quais considera serem as verdadeiras vantagens da inteligência emocional?**

— Parece-me racional um modelo de IE que se limita a ensinar

as capacidades cognitivo-emocionais. Estas podem aprender-se e treinar até um certo ponto. E, em geral, é benéfico, por exemplo, saber detetar ou antecipar as reações emocionais noutras pessoas, em reação ao que fazemos ou deixamos de fazer. Também é benéfico aprender a regular eficazmente certas emoções que num determinado contexto são inapropriadas. Saber gerir a ira, por exemplo, pode ser algo muito importante nos contextos interpessoais.

Também me parece adequado implementar programas de IE nas escolas, para que as crianças, desde pequenas, cresçam numa cultura que faça um uso inteligente das emoções.

J.M.