



Ispá

Instituto Universitário
de Ciências Psicológicas,
Sociais e da Vida

**A relação entre a Esperança e os dois
Princípios do Funcionamento Mental de
Freud**

Inês Catarina Guerreiro de Oliveira

Orientador de Dissertação:

Professor Doutor Csongor Juhos

Orientador de Seminário de Dissertação:

Professor Doutor Csongor Juhos

Dissertação submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:

Mestre em Psicologia

Especialidade em Psicologia Clínica

2023

Dissertação de Mestrado realizada
sob a orientação de Csongor Juhos
apresentada no Ispa – Instituto
Universitário para obtenção de grau
de Mestre na especialidade de
Psicologia Clínica

Agradecimentos

Há partes das nossas conquistas que são só nossas, esta não é exceção. Assim sendo, agradeço:

Ao Professor Doutor Csongor Juhos, pela partilha do conhecimento psicanalítico e pelas questões desafiantes que promoveram o pensar além e o pensamento crítico.

Aos meus amigos “de sempre”, aos amigos “do ISPA” e aos amigos “de Évora” pela paciência, por escutarem tantas vezes os meus monólogos acerca desta dissertação e pelo companheirismo e amizade de sempre.

À Margarida, à Natália, à Mariana e à Lígia pelo apoio e empenho constante ao longo deste ano. Pelos incentivos e pelas partilhas de conhecimento e afeto.

Aos meus avós, especialmente aos meus avós maternos pelo interesse, pela presença constante, por acreditarem em mim mesmo sem perceberem bem o que é uma dissertação. Pelo apoio dado, em todos os sentidos, incansavelmente.

Aos meus pais, por lutarem, também comigo, na realização deste meu sonho. Pelo encorajamento e por todo o esforço inerente a este apoio que foi sempre dado. Obrigada por serem suficientemente bons.

A quem inspirou esta dissertação, por lembrar que as experiências, principalmente as adversas, contribuem em muito para, em jeito de sublimação, pensar e aprofundar uma temática tão rica e profunda como a esperança.

A quem partilha comigo o verdadeiro significado de Sabedoria, Perspicácia, Teimosia e Liberdade!

“O desespero gela, a esperança aquece”

Luiz Felipe Pondé

Resumo

A esperança é pensada há muitos anos e sabe-se que tem um impacto positivo na saúde mental dos indivíduos, uma vez que é um robusto preditor de bem-estar e que o afeta o positivamente. No entanto, a investigação tem se focado mais no manifesto da esperança e não no seu latente. O presente estudo explorou a possível relação entre o Princípio da Realidade e o Princípio do Prazer descrito por Freud, em 1911, associada a uma modalidade da esperança realista/ativa e uma esperança irrealista/passiva, respetivamente. Para tal, foram realizadas 4 entrevistas online a uma participante, analisadas com base na análise temática. A participante é uma mulher adulta que revelou recorrer tanto a dinâmicas da esperança irrealista/passiva como, também, se valer da esperança realista/ativa. Em adição, os resultados revelaram que, tal como um pêndulo, estas modalidades de esperança não são rígidas, mas sim flexíveis conforme a necessidade da participante. No entanto, é necessária alguma precaução na generalização desta conclusão dado as limitações do presente estudo. Como investigações futuras, sugere-se a realização de um estudo com um maior número de participantes, para consolidar esta possível ligação. As contribuições deste estudo projetam que futuras investigações possibilitem aprofundar o complexo do que é o latente da esperança.

Palavras-chave: Esperança, Princípio da Realidade, Princípio do Prazer

Códigos de Classificação da APA

3143 Teoria Psicanalítica

3120 Traços e Processos de Personalidade

Abstract

Hope has been thought about for many years and is known to have a positive impact on individuals' mental health, and it is a robust predictor of well-being and affects well-being positively. However, research has focused more on the manifest of hope rather than the latent. The present study explored the possible relationship between the Reality Principle and the Pleasure Principle described by Freud, in 1911, associated with a realistic/active hope modality and an unrealistic/passive hope modality, respectively. To this end, four online interviews were conducted with one participant, which were analyzed using thematic analysis. The participant is an adult woman who showed that she uses both unrealistic/passive hope dynamics and realistic/active hope. In addition, the results revealed that, like a pendulum, these modes of hope are not rigid but rather flexible according to the participant's needs. However, some caution is needed in generalizing this conclusion given the limitations of this study. As future research, it is suggested that a study be carried out with a larger number of participants to investigate this possible link. The contributions of this study project that future research will make it possible to deepen the complexity of what the latent of hope is.

Keywords: Hope, Reality Principle, Pleasure Principle

APA Classification Code

3143 Psychoanalytic Theory

3120 Personality Traits & Processes

ÍNDICE

Introdução.....	1
Capítulo I - Enquadramento Teórico.....	3
Capítulo I – A Esperança.....	3
Definição de Esperança:	3
Esperança irrealista/passiva	5
A esperança e o desespero	6
O desespero	7
Capítulo II – O Princípio da Realidade e o Princípio do Prazer.....	8
Princípio do Prazer:.....	8
Teste da realidade:	9
Princípio da realidade:	9
Capítulo II - Metodologia.....	14
Delineamento:.....	14
Participante:	14
Procedimento de recolha:	14
Instrumentos:	15
Análise de dados:.....	16
Capítulo III - Resultados	18
A participante	18
Temáticas e padrões de maior destaque:	19
Análise descritiva:	20
Capítulo IV - Discussão	26
Esperança:.....	26
Princípio da Realidade e Princípio do Prazer:	28
Relação entre a Esperança e o PR e o PP:	29

Capítulo V - Conclusão.....	31
Referências Bibliográficas	33
Anexos.....	36
Anexo A.....	36
Anexo B:.....	37
Anexo C.....	38
Anexo D.....	41
Anexo E.....	42

Índice de Quadros

Quadro 3.1. <i>Narrativas do Tema “Eu”</i>	20
Quadro 3.2. <i>Narrativas do Tema “História de Vida”</i>	22
Quadro 3.3. <i>Narrativas do Tema “Esperança”</i>	23
Quadro 3.4. <i>Análise Temática, exemplos específicos</i>	23

Glossário de Siglas

PP - Princípio do Prazer

PR - Princípio da Realidade

Introdução

De acordo com o Dicionário Português, esperança significa “disposição do espírito que induz esperar que uma coisa se há de realizar ou suceder” (Priberam, 2022). Esta definição também, vai de encontro com Levy e Lemma (2012) que afirmam que a esperança é um estado mental que está expectante por uma possibilidade e que, portanto, espera. O conceito de esperança é sentido e pensado há muitos anos, o Mito de Pandora é um exemplo disso mesmo. Na mitologia grega, Pandora recebeu uma caixa oferecida por Zeus que estava proibida de abrir. Um dia, movida pela curiosidade, abre esta prenda e escapam todos os males do mundo castigando a Humanidade, no fundo desta caixa existia a esperança. Aqui, existem dois tipos de interpretações possíveis acerca da esperança. A esperança como uma maldição e castigo, já noutra perspetiva, como uma libertação dos tormentos da vida (Hopper, 2001), nascendo assim o popular provérbio “a esperança é a última a morrer”. Neste estudo, o foco será na esperança que permite a sensação da libertação dos tormentos da vida, mas que é uma maldição inconsciente para os indivíduos.

A esperança é baseada numa imagem estável de autoestima tendo em conta que algo de bom pode acontecer, o que demonstra uma confiança nas futuras possibilidades e na relação dos objetos (Potamianou, 2005). Spinoza (2009) afirma que “não há esperança sem medo, nem medo sem esperança” sugerindo que o medo é uma emoção inerente ao sentimento de esperança. Denota-se que a esperança que é sentida sem medo, será diferente do tipo de esperança que o filósofo descreve. Esta é uma esperança realista/ativa ao passo que o indivíduo que sente esperança sem reconhecer o medo tem, na verdade, uma esperança irrealista/passiva. Para Winnicott (1999) a esperança denota a privação do objeto primário e portanto, representa a procura eterna por esse objeto. A partir desta visão destaca-se a possibilidade da esperança, para certos indivíduos, apesar de ter uma conotação positiva poder ter um impacto negativo na saúde mental do indivíduo. Esta esperança irrealista/passiva por ser, na verdade, uma estratégia psíquica que recorre ao narcisismo e à onnipotência, evita a dor e angústia inerente ao teste da realidade (Potamianon, 1997) e conseqüente trabalho do luto.

A esperança tem um impacto positivo na saúde mental dos indivíduos uma vez que é um robusto preditor de bem-estar e afeta o bem-estar positivamente (Kashdan, 2018). Esta relação é possível, pois, a esperança realista/ativa envolve uma reparação, restauração e restituição (Hopper, 2001). Visão congruente com Freud (1917) que argumenta que a esperança

é um dos elementos da gratificação que resulta do trabalho do luto. Ao contrário da esperança irrealista/passiva que é movida pelo Princípio do Prazer (PP) de forma a poupar o ego de processos dolorosos. Isto pode comprometer a saúde mental dos indivíduos uma vez que podem apresentar um registo maníaco ao estarem reféns do Princípio do Prazer (PP).

A esperança é um construto já muito estudado pelo seu impacto na saúde dos indivíduos, seja ela psicológica ou física, a investigação tem se focado bastante nas consequências de ter esperança. Assim, é notório que a investigação tem se debruçado apenas no manifesto da esperança. Esta dissertação irá focar-se no latente da esperança, nomeadamente irá explorar a possível relação entre as diferentes modalidades de esperança e a sua relação com o Princípio do Prazer e o Princípio da Realidade. Para compreender o mencionado anteriormente, este estudo terá uma matriz qualitativa exploratória com recurso a entrevistas semiestruturadas, a uma participante, apuradas através da análise de conteúdo temática.

Capítulo I - Enquadramento Teórico

Capítulo I – A Esperança

A definição ortodoxa da esperança realça a combinação do desejo por um resultado e a crença em que o resultado é possível, mas não certo (Martin, 2014). Apesar desta definição ser coerente, é essencial pensar no que influencia a crença no resultado possível. É importante discutir e compreender uma definição de esperança que considere a subjetividade do indivíduo.

Definição de Esperança:

Numa linha mais compreensiva, Levy e Lemma (2012) defendem que a esperança é um estado mental que é expectante pela possibilidade e, portanto, o seu cerne consiste na apreciação do possível e no reconhecimento da perda. Ademais, segundo as mesmas autoras isto apenas é possível graças à confiança do *self* em conseguir gerir a incerteza desenvolvida pelos conflitos internos. Esta visão vai de encontro com Martin (2014) que afirma que a esperança se reflete tanto nos padrões de relacionamento intrapessoais como nos interpessoais dado que a esperança é uma forma de sentir, pensar, comportar e relacionar-se consigo mesmo e com os outros (Hopper, 2001).

Na abordagem psicanalítica, vários foram os autores que pensaram e refletiram a esperança. Potamianou (2005) afirma que a esperança é como o poder materno, à espera que se torne disponível, por outras palavras a esperança desenvolve-se através de preconceções e experiências que deveriam ter sido e não foram. A esperança cresce na ausência. Desta forma, o sentimento de esperança pode ser considerado como uma estratégia psíquica pois permite conservar o desejo que o bom objeto irá não só surgir como responder às exigências do indivíduo (Potamianou, 2005). Através disto, está inerente neste processo uma perceção de controlo sobre o objeto e consequente onipotência, promovendo uma maior sensação de segurança. O mesmo não se verifica quando apenas o desejo está instalado, a esperança securiza e acalma.

A esperança é frequentemente expressa na forma de ser capaz de suportar o afeto, ponderar a experiência e integrar complexidade na forma de conflito e até, de lamentar as oportunidades perdidas nas relações e no trabalho (Cooper, 2000). Ao mesmo tempo, é paradoxal porque inerentemente o indivíduo está pronto para o que ainda não surgiu, sem se desesperar caso isso não surja (Fromm, 1968).

Diferença entre desejo e esperança:

Assim surge a necessidade de distinguir esperança de desejo. Ora, segundo Martin (2014), a esperança é um caso específico de desejo. Aliado a isto, a sensação de que a esperança desperta é mais profunda do que quando desejamos algo. Assim sendo, é mais rica e específica que o desejo. Segundo o mesmo autor, em termos de motivação, o desejo tem um papel mais fraco do que a esperança, visto que esta tem a capacidade de regular as nossas fantasias de forma estável e sustentável. Além destas diferenças, através da obra de vários psicanalistas (e.g., Balint, Winnicott, Boris), Groarke (2018) infere que estes autores estão em sincronia em relação à distinção do desejo e da esperança. Para eles, o desejo tem uma índole competitiva e urgente contrastando com a esperança que é essencialmente possessiva e potencial, o que vai ao encontro com a hipótese de que a esperança tem uma conotação de controlo sobre o objeto.

Na esperança a crença na realização no desejado é maior do que no desejo. É mais profundo. A esperança acalma e securiza, o desejo não. O desejo não é tão controlável como a esperança. Na esperança há, portanto, uma perceção de controlo sobre um objeto. Sendo que este objeto é um objeto interno, daí a sensação de poder ser controlável ao passo que o desejo implica um outro, um objeto externo.

Esperança realista/ativa:

A esperança realista é compreendida como sendo promotora de um tipo de ação, neste sentido, ao compreender que o objeto é mais vital na sua potencialidade (e.g., no que pode vir a ser) (Groarke, 2018). A esperança realista/ativa é propulsora e promotora de uma elaboração e ação uma vez que se estabelece uma ligação entre a possibilidade de vida com o objeto. Como consequência, torna-se claro que a esperança realista/ativa mostra que há um reconhecimento de um medo e angústia vivida internamente que permite a ação que irá tentar resolver e/ou atingir aquilo que se espera.

Ademais, a esperança realista é frequentemente expressa na forma de ser capaz de suportar o afeto, ponderar a experiência e integrar a complexidade na forma de conflito (Cooper, 2000). Isto comprova-se com a premissa inicial de que na esperança realista/ativa está inerente também um medo que funciona como um propulsor para a ação que irá apaziguar esse medo. Assim, quando aquilo que se espera, se realiza permite ao indivíduo fazer uso das suas capacidades de autorreflexão e justificação de racional (Martin, 2014).

No processo da esperança elabora-se tanto o nosso desejo como se atribui probabilidades (razões justificatórias) e se fantasia pelo resultado esperado (Martin, 2014). O ato de preservar a esperança é uma das coisas mais gratificantes que podemos fazer sob os constrangimentos psíquicos que enfrentamos em qualquer momento em particular da vida (Cooper, 2000). Por exemplo, Groarke (2018) afirma que a esperança é um dos fatores que ajuda a criança a elaborar a posição depressiva descrita por Klein.

Esperança irrealista/passiva:

De acordo com Winnicott (1999), a esperança só é possível de existir porque um bom objeto foi adquirido na infância e que ao ser retirado, o indivíduo tem esperança de o voltar a encontrar. Deste modo, podemos refletir que a esperança surge para compensar uma privação (a perda do bom objeto) existindo assim uma modificação ambiental (Winnicott, 1999). Em acréscimo, Potamianou (2005) salienta que a esperança pode ser interpretada como uma resistência narcísica, uma vez que substitui os objetos perdidos para se manter uma unidade de organização psíquica, visto que, caso isto não acontecesse estaria à mercê do narcisismo. O que evidencia um tipo de esperança que garante a falta de mudança, de luto e de menor despesa de energias psíquicas. Assim, a esperança é utilizada tanto como proteção contra uma dolorosa realidade interna ou como um meio de permanecer ligado ao que se sente em perigo de se desprender (Potamianou, 2005). A esperança, segundo Freud (1908) citado por Cooper (2000), é uma experiência consciente de desejos e funções em concordância com o Princípio do Prazer, para reduzir uma tensão, resultado na acalmia referida.

Como consequência, a estratégia da esperança pode ser utilizada por um lado, como uma proteção de uma realidade interna ou externa muito dolorosa, e por outro como uma forma de sentir a ligação que julga estar em vias de extinção (Potamianou, 2005). Neste processo está inerente uma onipotência, visto que, ao sentir esperança tudo é possível e, portanto há um desejo que se torna eterno (Potamianou, 2005), ilibando o indivíduo de processos depressivos necessários à renúncia do Princípio do Prazer e regência do Princípio da Realidade. Não obstante, a utilização da tática da esperança demonstra que tanto a ligação narcísica como a com o objeto estão preservadas.

No entanto, Potamianou (2005) realça que esta estratégia está ligada ao teste da realidade essencialmente porque há um reconhecimento da esperança como uma ilusão ao mesmo tempo que entra em conflito com o Princípio da Realidade. Isto denota a incompatibilidade entre os nossos desejos internos e a realidade externa, o que pode originar

uma grande angústia. Em suma, indivíduos com uma esperança irrealista/passiva regem-se pelo Princípio do Prazer e, portanto, acreditam que é sempre possível redescobrir ou substituir o que outrora fora perdido (Potamianon, 1999), sem fazer alterações no seu quotidiano.

Nesta linha de pensamento, a natureza da esperança é muitas vezes confundida e mal interpretada, uma vez que quando apenas está presente o desejo e a vontade encontra-se também a passividade, de acordo com Fromm (1968). Nesta passividade o autor associa a um carácter temporal e com foco no futuro, então o âmago deste tipo de esperança é sempre no que pode vir a surgir e não no que pode emergir ou ser feito para nascer no presente - “se é absurdo acreditar que a esperança se pode realizar neste mundo, espera-se que se realize noutra” (p.16). Este é o tipo de movimento interno realizado na esperança irrealista/passiva. Por outras palavras, há um desprezo pela realidade (Fromm, 1968).

A esperança e o desespero

Para além do medo, infere-se que o que está inerente ao sentimento de esperança é também o desespero (Pondé, 2021). Quando um indivíduo reconhece e tem esse desespero consciente, tem o ímpeto que move/promove a ação, para a realização/concretização daquilo que se espera - do que se tem esperança. Esta ação, para além de promover a concretização daquilo que se espera, também vai diminuir esse medo e desespero que a pessoa está a sentir. Como o sujeito não quer sentir essa angústia vai procurar alternativas que a dissipem - pode ter uma esperança irrealista/passiva, portanto, não reconhece conscientemente esta angústia e vive à mercê deste movimento. Em alternativa, através de uma esperança realista/ativa consegue perceber o que está ao seu alcance e promover a elaboração, não só da angústia inerente, mas também, de alcançar aquilo que tem esperança.

O *des-*, é um prefixo que indica negação, separação ou cessação. Neste caso, *des(espero)* é vivido por uma angústia tão grande em que ao não se poder esperar... desespera-se e tem-se esperança (que é mais do que simplesmente “esperar”). Isto é evidente, quando se analisa o significado do sufixo “*ança*”, este é utilizado para formar palavras que promovem a ação. Com isto, torna-se evidente que o desespero existe aliado à esperança de que algo mude... que seja diferente e, para tal, é necessário algo - uma ação. Esta ação vai permitir a aproximação ou concretização daquilo que o sujeito se sente esperançoso. Assim, esta possibilidade de esperar é essencial para a manutenção da integridade psíquica e assemelha-se ao conceito de introjeção do seio bom, de Melanie Klein, quando o objeto interno é capaz de trazer contorno e contenção para os estados de ameaça ao psiquismo (da Silva, 2022).

O desespero

O desespero é, tal como a semântica da palavra indica, uma antítese de esperança. O desespero instala-se quando “ao não poder esperar a espera que nos foi imposta” (Nogueira, 2020), desespera-se. Por vezes, a angústia é tão grande que esperar torna-se insuportável pela incerteza sobre quanto tempo se irá esperar, o que torna o processo desesperante (Nogueira, 2020). Devido a isto, para alguns indivíduos esperar não é suficiente, então, o sujeito sente que é necessário fazer algo mais do que apenas esperar - implica incompletude e a falta (da Silva, 2022). E não é assim que todos começamos? No nosso nascimento? Quando chegamos a um mundo desconhecido, onde tudo parece assustador. No entanto, com o amor e com as leituras do cuidador suficientemente boas para acalmar as angústias mais primitivas nos bebés, dá-se a possibilidade de criar e desenvolver alguma esperança no seu mundo interno (da Silva, 2022).

A esperança é um conceito bastante estudado em relação à sua implicação na saúde tanto psicológica como física. No entanto, pouco se sabe sobre o que significa/implica o ato de ter esperança. A que movimentos internos podemos associar o ato de ter esperança? A sugestão desta investigação passa por explorar a possível relação entre as diferentes modalidades de esperança com o PP e o PR.

Capítulo II – O Princípio da Realidade e o Princípio do Prazer

O Princípio do Prazer e o Princípio da Realidade são conceitos introduzidos por Freud em 1911 no artigo “Formulações sobre os dois Princípios do Funcionamento Mental”. Estes gerem, segundo o autor, de forma automática o funcionamento mental do ser humano apesar de serem dois modos distintos do funcionamento psíquico (Porchat, 2005). Nesta linha, a autora salienta que o estado mental permite distinguir entre a fantasia e a realidade, por outras palavras, entre o mundo interno e o mundo externo, respetivamente.

Princípio do Prazer:

O Princípio do Prazer (PP) é mais antigo e primário, uma vez que representa os resíduos de uma fase de desenvolvimento em que este era o único tipo de processo mental (Freud, 1911), onde reina a onnipotência e o narcisismo, sem consideração pelo mundo externo (Caropreso & Neto, 2021). Neste sentido, está claro que a fantasia está subordinada ao Princípio do Prazer (Freud, 1911). Além disto, o percurso dos processos mentais é guiado automaticamente pelo Princípio do Prazer (Freud, 1920) assim, este princípio afasta-se de qualquer estímulo interno ou externo que possa suscitar desprazer, processo realizado por meio da repressão (Freud, 1911). Ao considerar que a atividade psíquica pretende evitar o desprazer, como consequência, concede prazer pelo que existe uma forte tendência da mente para o Princípio do Prazer (Laplanche & Pontalis, 1976; Freud 1920).

Este princípio entra em ação aquando da presença de uma tensão desagradável e que, portanto, será reduzida ou irá gerar prazer, esta subjugação do Princípio da Realidade existe mesmo quando está em risco um prejuízo de todo o organismo (Freud, 1920). Ademais, o PP é um princípio económico uma vez que está relacionado com o aumento/diminuição de excitação e prazer (Laplanche & Pontalis, 1976).

A partir desta breve descrição, começa-se a compreender como é que a esperança irrealista/passiva está aliada ao Princípio do Prazer. Até mesmo Freud (1911, 1920) salienta que há pessoas que não se conseguem desprender do Princípio do Prazer e que este, “pode ser perigoso para a subsistência do organismo no seu confronto com os obstáculos do mundo exterior (Freud, 1920)” (p.9) e que esta resistência em relação ao desprazer provém da sensação da libertação do recalcado. Consequentemente, o PP entra em cena para substituir o Princípio da Realidade e conservar o ego (Freud, 1920). Apesar do domínio do PP., o indivíduo dispõe de meios que irão possibilitar a transformação do desprazer numa memória que pode ser

elaborada (Freud, 1920). Com isto, reflete-se e sugere-se que este tipo de elaborações é que não foram realizadas nos indivíduos que sentem uma esperança irrealista.

Acrescenta-se, que um funcionamento mental que é regido apenas pelo PP não realiza uma distinção entre a fantasia e a realidade (Freud, 1920). Deste modo, seriam os desejos que iriam conduzir à alucinação do objeto desejado (Freud, 1920). Adicionalmente, é essencial referir que há uma prevalência dos processos primários, onde reina a fuga do desprazer e procura de prazer imediato, sem qualquer tipo de consideração pelo mundo externo (Freud, 1920).

Teste da realidade:

A noção de teste de realidade é exposta por Freud, em 1911, no texto “Formulações sobre os dois Princípios do Funcionamento Mental”. O teste da realidade invoca a constatação da possível diferença entre a realidade do pensamento (e.g., fantasias) da realidade externa (Freud, 1911), ou seja, tem uma função retificadora das possíveis deformações sofridas pelo objeto. Isto possibilita colocar à prova e avaliar o grau de realismo dos desejos e fantasias, discriminando os estímulos da realidade externa da interna (Porchat, 2005). Assim sendo, a autora defende que o teste da realidade é composto por cinco elementos: a inibição, a atenção, o julgamento, o pensamento e a ação motora. Como já anteriormente exposto, os processos mentais inicialmente procuram o prazer e na sua ausência surge a necessidade de ter em consideração a realidade externa, mesmo quando desta não se obtém prazer. Desta forma, instala-se o Princípio da Realidade (Porchat, 2005).

Princípio da realidade:

O Princípio da Realidade (PR) é uma forma de regulação dos processos mentais que consegue o domínio de parte deles regendo o funcionamento mental (Hartman, 1956). Este princípio consegue impor-se como regulador e adapta-se em função das condições impostas pelo mundo exterior (Laplanche & Pontalis, 1976). O Princípio da Realidade pode ser compreendido através de diferentes pontos de vista. Sob a perspectiva económica, existe uma transformação da energia livre em energia ligada. Já com uma visão tópica, assinala-se o sistema pré-consciente-consciente. Por fim, com um olhar dinâmico, há um tipo de energia pulsional que está especialmente em serviço do ego (Laplanche & Pontalis, 1976), tendo em consideração que os impulsos do ego acedem à influência do Princípio da Realidade e que, portanto, pode representar-se em modificações impostas pelo ego (Hartman, 1956).

O surgimento do Princípio da Realidade está relacionado com a influência do mundo externo sobre o indivíduo (Hartmann, 1956). O autor exemplifica que se uma criança numa situação de necessidade e caso, as tentativas de gratificação alucinógenas não forem suficientemente boas, ela irá procurar na realidade esta gratificação. Ao realizar este exercício diversas vezes será possível conhecer melhor a realidade externa e assim sendo, lutar por mudanças desta realidade que providenciam a gratificação desejada (Hartmann, 1956). Segundo Freud (1911), o Princípio da Realidade abdica do prazer incerto de forma a verificar um possível prazer garantido que irá chegar posteriormente. Desta forma, é importante realçar que este princípio engloba também o adiamento da gratificação e uma certa tolerância temporária desagradável (Hartmann, 1956). Visto que, quando o Princípio da Realidade predomina, não é necessária uma resposta alucinatória uma vez que, no mundo externo existe a real satisfação das necessidades da criança (Freud, 1920).

A Transição entre o Princípio do Prazer e o Princípio da Realidade, para Ferenczi

De forma a complementar e aprofundar a visão acerca dos dois funcionamentos de Freud, Ferenczi em 1925 sugere uma teoria sobre como é realizada a transição entre o PP e o PR, que é realizada em 5 estágios. É de salientar que segundo o autor, quando se avança em direção à realidade significa que, de alguma forma, o ambiente conseguiu fornecer um cuidado que garante a manutenção de um tipo de onipotência. Portanto, durante este processo existem forças em direção à realidade e forças mais regredidas que procuram a onipotência outrora vivida. Com base nisto, é possível construir uma ponte entre o anteriormente referido com o PR e o PP, respectivamente.

Ferenczi (1925) sugere que a transição entre a PP e o PR é realizada em 5 fases, sendo que nos 3 primeiros estágios o denominador comum é a prevalência da onipotência, seja ela (1) incondicional, (2) alucinatória mágica, (3) dos gestos mágicos, (4) o período animista ainda que, na utilização das (5) palavras mágicas, está também presente algum grau de onipotência (Caropreso & Neto, 2021). No entanto, à medida que as condições para a satisfação dos desejos se tornam mais complexas, aumenta o número de vezes em que tais desejos não seriam satisfeitos, o que produziria uma perturbação na eficácia dos gestos mágicos (Caropreso & Neto, 2021).

Como consequência, o mundo externo passaria a ter de ser, cada vez mais, levado em consideração para que os desejos se realizassem, o que levaria a uma crescente rutura na sensação de unidade entre o ego e o mundo externo. A diferenciação entre esses dois âmbitos

seria, então, gradualmente estabelecida e essa transição marcaria a passagem do estágio de onnipotência para o estágio da realidade (Caropreso & Neto, 2021).

Nos restantes dois estágios, a realidade começa a sobrepor-se à fantasia, a diferenciação entre o Eu e a realidade externa seria gradualmente construída, até finalmente abandonada, ou, mais precisamente, estaria presente em menor nível (Caropreso & Neto, 2021). É de salientar que a frustração e a necessidade de adaptação são os impulsionadores do longo processo da aquisição da realidade (Caropreso & Neto, 2021).

Os períodos sugeridos por Ferenczi (1925) são os seguintes:

1. Período de onnipotência incondicional;

Ferenczi (1925) argumenta que há um período no desenvolvimento humano em que as necessidades da criança são plenamente realizadas instantaneamente, não de forma alucinatória, como propusera Freud (1911) com suas hipóteses sobre o PP, mas de forma factual e efetiva. Tal corresponderia à vida uterina do bebê, onde o corpo da mãe fornece automaticamente tudo que ele necessita, sem que seja necessário ter um desejo subjetivo (Caropreso & Neto, 2021). Como se o Princípio do Prazer fosse, de facto, a realidade de forma concreta. Ferenczi (1925) defende, ainda, que já há atividade mental na vida intrauterina. Neste raciocínio, a primeira impressão mental de todo o ser humano seria a de completa onnipotência (Caropreso & Neto, 2021).

2. Período de onnipotência alucinatória mágica;

Após o nascimento, a condição anterior naturalmente deixa de ser concretizada. Como consequência, há um reinvestimento alucinatório do objeto desejado e, portanto, é necessário o abandono da onnipotência incondicional anterior (Caropreso & Neto, 2021). Apesar disto, a criança sente-se provida de uma força mágica que é capaz de concretizar os seus desejos mediante a representação da sua satisfação no ambiente. Esta concretização resulta como se fosse uma adivinha e, portanto, o ambiente (os cuidadores) cuida e realiza o desejado pelo bebê (Ferenczi, 1925). No entanto, nesta fase esta não é a visão do bebê uma vez que, para ele, as relações causais e existência dos cuidadores ainda é ignorada, o bebê só entende que a sua necessidade foi satisfeita (Caropreso & Neto, 2021; Ferenczi, 1925). Apesar da predominância da onnipotência nesta etapa, parece que é aqui o início entre “o fora” e o “dentro”. Por um lado, é a realidade externa que está a causar um desconforto e desprazer ao bebê por outro, é a sua realidade interior que consegue controlar e/ou diminuir essa frustração.

3. Período de onnipotência pela ajuda de gestos mágicos:

Quando a criança sente que o mundo externo não responde imediatamente aos seus desejos, surge a necessidade de encontrar outras formas de alcançar a realização dos seus desejos, agora mais complexos (Caropreso & Neto, 2021). A frustração inerente a esta realização, assim como a necessidade de adaptação, fizeram com que o bebê passasse a usar descargas motoras (e.g., gritos e/ou agitação motora), como sinais mágicos e especializados, cuja emissão, com um auxílio externo do qual ela não suspeitaria, seria capaz de trazer a satisfação desejada (Caropreso & Neto, 2021).

Para Ferenczi (1925) aqui surge a primeira falha no Modelo Alucinatório de Satisfação do Desejo de Freud, uma vez que, o choro e a agitação motora tinham um sentido e objetivo e não apenas descargas descoordenadas (Caropreso & Neto, 2021). Isto permite compreender que a criança começaria a dispor de uma linguagem gestual para expressar os seus estados internos e necessidades. Contudo, ela teria a ilusão de que essa linguagem é capaz de trazer de forma mágica o desejado (Caropreso & Neto, 2021).

4. Período animista

Para isto ocorrer, é necessário que a criança anteriormente se contente em dispor apenas de uma parte do mundo (o ego) e investir nos objetos do mundo externo e respectivas qualidades. Este é um movimento projetivo das qualidades pessoais que o bebê descobre dentro de si e coloca nos objetos externos, com bastante animação (Caropreso & Neto, 2021). Isto permite a relação entre o corpo e o mundo objetivo. Assim, a diferenciação entre o mundo externo e a realidade externa estava consolidada permitindo a expressão de desejos mais complexos, também através da linguagem, que exigem alterações específicas no mundo (Caropreso & Neto, 2021).

5. Período de pensamentos e palavras mágicas:

A criança utiliza o corpo para melhor expressar as especificidades dos seus desejos, nomeadamente a linguagem e a fala. Assim inicia este período, por exemplo, com a imitação de sons e barulhos, substituindo os gestos. Isto permite a representação da multiplicidade de objetos e sentimentos, com maior precisão e menor energia (Caropreso & Neto, 2021). Aqui está inserido o estágio científico de reconhecimento do mundo que é o momento triunfal do PR, há uma percepção do determinismo em que o

indivíduo se depara com a frustração decorrente da falha nas suas tentativas onipotentes de alcançar a satisfação (Caropreso & Neto, 2021).

Em suma, o processo da aquisição da realidade tem diversos estágios que, pouco a pouco, irão promover a diferenciação entre o Eu e o mundo externo, abandonando o sentimento de onipotência (Caropreso & Neto, 2021). Inerente a este movimento está a adaptação ao sentimento de frustração, condição necessária para a sobrevivência (Caropreso & Neto, 2021).

A possível relação entre os dois funcionamentos mentais (PR e o PP) e as diferentes modalidades da esperança é carente de uma investigação mais profunda. Com base no referido, o principal objetivo desta dissertação é explorar e compreender a possível relação entre o Princípio do Prazer e o Princípio da Realidade com a esperança irrealista/passiva e a esperança realista/ativa. Com a esperança, de talvez, compreender de forma mais profunda o que está latente ao sentimento de esperança. Associado a isto, objetiva-se explorar o(s) significado(s) da necessidade de ter esperança, assim como, compreender as emoções e sentimentos inerentes a este ato. Para além disto, pretende-se investigar qual a importância e o papel que a esperança ocupa na vida de um sujeito. Em adição, objetiva-se também compreender o papel da esperança no indivíduo, podendo esta ser mais saudável ou patológica relacionando com o PP e o PR.

Capítulo II - Método

Delineamento:

De forma a responder à questão de investigação foi planeado um estudo exploratório que tem como base o método qualitativo recorrendo à entrevista semiestruturada. Tendo em consideração a natureza desta investigação destaca-se que os métodos qualitativos são uma forma rica de compreender o fenómeno (Roberts & Ilardi, 2008) pelo que existe um maior foco na interpretação dos mesmos (Dalfovo et al., 2008). Neste sentido, os investigadores qualitativos assumem que a realidade social é construída pelos participantes que a constituem consequentemente, investigam os significados que os indivíduos criam dentro de si (Lund, 2005) dando uma maior ênfase à subjetividade do indivíduo (Dalfovo et al., 2008).

Participante:

O contacto com a participante foi mediado por uma publicação nas redes sociais (ver Anexo A) que foi partilhada pela investigadora e voluntários que, generosamente, partilharam também com a sua rede de contactos. Para além destas partilhas, dentro da rede social, a publicação ainda foi inserida num espaço privado denominado de “Grupo da Esperança”, pois, intui-se que quem lá está inserido considera a esperança importante, estando mais disponível para participar no presente estudo. Nesta publicação, os participantes eram convidados a refletir sobre a história da sua esperança e, caso tivessem interesse em partilhá-la bastava preencherem um pequeno formulário para posteriormente serem contactados e possivelmente participarem na presente investigação.

Para participar no estudo, era necessário ter mais de 18 anos, ser fluente na língua portuguesa e considerar que a esperança tem um papel importante na sua vida, sendo estes os critérios de inclusão. Os critérios de exclusão considerados foram, a negação dos anteriores e o participante ser doente psiquiátrico.

Procedimento de recolha:

Após o interesse demonstrado em participar no estudo, os interessados foram informados de mais pormenores, nomeadamente que as entrevistas teriam uma previsão de 45 minutos a 1 hora. Foi fornecida a possibilidade de realizar a entrevista online ou presencialmente, de forma a colocar a participante na modalidade onde se sentisse mais

confortável. Aquando da validação do interesse e marcação da primeira entrevista (todas as entrevistas foram realizadas online) aconselhou-se à participante a estar num local seguro e com a devida privacidade. No primeiro encontro foi partilhado e lido em voz alta o consentimento informado (ver anexo B) tendo sido autorizado oralmente pela participante.

As entrevistas foram realizadas através da plataforma Zoom e foi realizada uma gravação áudio das mesmas. A proteção foi garantida, uma vez que as gravações estão guardadas por palavra-passe e com acesso restrito apenas à equipa de investigação.

Instrumentos:

Congruente com os objetivos da investigação foi realizada uma entrevista semiestruturada que foi desenvolvida no âmbito desta dissertação de mestrado (ver anexo C). A presente entrevista foi pensada e delineada pela discente e, revista pela equipa de investigação, onde se procedeu aos devidos aperfeiçoamentos. Isto possibilitou salvaguardar o rigor metodológico, diminuindo a possibilidade de enviesamento, assim como, a qualidade do material recolhido. Tudo isto, potencializou a qualidade da investigação sobre a temática em estudo.

A escolha deste instrumento prendeu-se essencialmente por a entrevista providenciar um meio privilegiado para aceder à subjetividade do indivíduo (Dalfovo et al., 2008). Uma vez que na raiz de uma entrevista está o interesse em compreender a experiência vivida e respetivo significado que cada indivíduo atribui (Seidman, 2006). Ao existir uma interação social, a entrevista valoriza o uso da palavra e os signos que constituem as relações humanas (Batista et al., 2017). Em adição, durante o encontro entre entrevistador e entrevistado, não há um atraso significativo entre a pergunta e a resposta, o que permite reagir diretamente sobre o que o outro diz ou faz (Opdenakker, 2006). Esta vantagem possibilita retroceder a questões (caso necessário), colocar novas perguntas que possam surgir e/ou aprofundar determinadas temáticas pertinentes para o estudo em questão.

Segundo McWilliams (2004), o processo inerente à entrevista desperta a utilização das defesas uma vez que os entrevistados vivem a ambivalência de lutar para não serem defensivos. Mas, impelidos pelas suas angústias tornam-se mais defensivos do que o habitual, tendo em conta que estes mecanismos são utilizados de forma inconsciente para manter a autoestima. Desta forma, a entrevista torna-se uma lupa na avaliação das defesas dos indivíduos o que

levanta hipóteses sobre a predominância de determinados funcionamentos psíquico. A mesma autora, acrescenta ainda a singularidade das constelações de mecanismos de defesa utilizados por cada indivíduo o que converge com a natureza básica do processo defensivo – ser subjetivo e involuntário.

A entrevista semiestruturada, utilizada no primeiro encontro, foi organizada em 3 blocos: (1) “a esperança em associação-livre”, (2) “a esperança na vida do participante”, (3) “o participante”. No primeiro bloco é possível encontrar questões como “Quando pensa na palavra esperança, o que é que lhe surge?”, enquanto no segundo bloco, por exemplo, há “Porque é que acha que a esperança é tão importante para si?”, por fim, no último bloco um exemplo de questão é: “Com quem é que aprendeu a ter esperança?”.

Com base no processo defensivo inerente, especialmente, numa entrevista desta natureza, planeou-se iniciar-se com questões mais abstratas e gerais e, ao longo da entrevista, começou a afunilar-se e a colocar questões mais pessoais. No segundo encontro (entrevista nº2), o objetivo foi aprofundar o momento em que a participante se sentiu com menos esperança. No momento seguinte (entrevista nº3), procurou-se conhecer melhor a altura em que sentiu mais esperança. Na última entrevista (nº4) estava planeado convidar a participante a refletir não só sobre estes dois momentos como, o significado da participação neste estudo. No entanto, devido ao decorrer da conversa e ao conteúdo da mesma, as duas últimas entrevistas foram mais focadas na história de vida da participante.

Análise de dados:

O material recolhido através das entrevistas foi analisado através de uma análise de conteúdo temática. Esta análise é, também, frequencial, quantitativa e transversal, pois o material não é segmentado por entrevistas, mas sim pelos seus conteúdos (Bardin, 1977). Segundo a autora, esta análise está organizada cronologicamente por uma pré-análise, a exploração do material e, por fim, o tratamento dos resultados, a inferência e a interpretação.

As entrevistas foram transcritas na íntegra (ver anexo C), pelo programa *Cockatoo* e posteriormente, mediada pela respetiva gravação, foi realizada a correção de alguns erros linguísticos realizados pelo programa. De seguida, após uma leitura flutuante das entrevistas, as mesmas foram inseridas no programa *MAXQDA Analytic Pro 2022 (release 22.7.0)* iniciou-se o processo da codificação/categorização das temáticas convergentes entre as entrevistas e respetivos pontos de ligação.

No momento da transcrição das entrevistas (ver anexo D), as informações partilhadas referentes a localidades e locais de trabalho foram escritas como “[confidencial]” de forma a preservar o anonimato e confidencialidade prevista no presente estudo. Adicionalmente, o nome da participante foi alterado para “P” e os nomes próprios divulgados ao longo das transcrições foram alterados e não correspondem aos nomes verdadeiros.

Os dados começaram a ser lidos e as categorias a serem pensadas ainda durante a realização das entrevistas, uma vez que assim segundo Stake (1995) analisa-se o objeto tal como ele é. Caso apenas fosse iniciado este processo após o término da recolha de todas as informações, poderia correr-se o risco de analisar o objeto como se deseja que ele fosse caindo num viés de investigação.

Capítulo III - Resultados

A participante

A participante é portuguesa, do sexo feminino com 55 anos que afirma ser movida pela esperança, no conjunto das 4 entrevistas realizadas obteve-se as seguintes informações e resultados. Quando questionada acerca da esperança, a mesma afirma que é o motor que a incentiva a ir lutar e procurar por aquilo que deseja e pretende alcançar. Para além dessa componente, realça-se o papel securizante que a esperança apresenta pela participante uma vez que *“torna a dor insuportável em suportável”*. Este sentimento acompanha a participante, desde muito cedo, especialmente associados aos problemas de saúde graves desde os seus dois anos de idade. Como consequência, foram necessárias duas intervenções cirúrgicas particularmente longas e arriscadas, uma aos sete e outra aos quinze anos de idade (com risco elevado de ficar paraplégica). Em ambas as operações, a participante sofreu uma paragem cardiorrespiratória e a equipa médica necessitou de recorrer a manobras de ressuscitação.

A infância da participante foi muito marcada pelo referido anteriormente, apesar de recordar-se brincar “aos talhos” com os primos. A adolescência da sujeita foi pautada, igualmente, por esta restrição motora. Dos 15 até aos 18 anos, foi de carácter obrigatório utilizar coletes de gesso e semelhantes que limitavam os movimentos espontâneos (e.g., correr, saltar). A partir dos 18 anos, quando casou, começou a ser vítima de violência doméstica tendo o casamento uma duração de sensivelmente 10 anos. Deste casamento surgiu uma filha, aos 20 anos, não planeada, uma vez que a participante sempre defendeu que não queria ser mãe. O início da maternidade foi bastante complicado para a participante, uma vez que a mesma afirma que *“não fui nada feliz quando a minha filha nasceu”*.

Aos 28 anos decidiu sair de casa e ir viver sozinha com a filha, algo que aconteceu até aos seus 50 anos. Durante este período realizou durante sensivelmente três anos, psicoterapia. O momento da saída da filha de casa, e consequente emigração, foi descrito como o mais difícil de encontrar esperança e onde *“os alicerces interiores abanaram”*. Esta angústia e dificuldade originou, segundo a participante, uma somatização. Onde foi necessária uma intervenção cirúrgica urgente e que apenas a partir daí compreendeu o quão difícil estava a ser para si esta saída.

Em termos familiares, a participante descreve os pais como essenciais ao longo de todo este percurso afirmando até *“iguais aos meus pode haver, melhores que os meus, desculpem,*

mas não existe". A relação materna é descrita de duas formas, por um lado *"tinha uma mãe espetacular, (...) naquela altura uma coisa mesmo de outro mundo"* por outro, como um exemplo do que não seguir e do que não fazer. A participante realça, especialmente, a diferença da visão em relação à esperança. A mãe é descrita como uma pessoa nada esperançada ao passo que a participante afirma que sempre foi esperançada. Já a relação paterna, é descrita como diferente da relação com a sua mãe (e.g., *"a minha mãe é a mulher dos afetos (...) e o meu pai é a parte prática"*), sendo que a mãe faleceu no mesmo período temporal que a filha emigra e o pai ainda é vivo. Esta figura é descrita como sendo brusca (e.g., *"a brincadeira com o meu pai acabava sempre à porrada"*) e vista como um herói, o rochedo e a base. Acrescenta ainda que ver o pai vulnerável e/ou a chorar deixa, ainda hoje, a participante bastante atrapalhada.

Em termos sociais, refere que a sua rede de suporte tem sido essencial ao longo de todo o seu percurso de vida. Nomeadamente, um grupo de três amigas que a participante descreve os seus encontros como sendo terapêuticos.

Temáticas e padrões de maior destaque:

Em relação aos padrões, encontrou-se uma grande predominância da utilização de provérbios e expressões idiomáticas, maioritariamente associados a cores e a animais (e.g., *"chamar os bois pelos nomes"* ou *"pintem de amarelo"*, respetivamente). É de destacar os movimentos de fora para dentro e não de dentro para fora. Por outras palavras, a participante precisou da realidade externa para se organizar e/ou perceber internamente o que se estava a passar visível no seguinte excerto: *"A partir do momento que eu tenho aquele diagnóstico diverticulite (...) aquilo serviu para eu perceber (...) o que é que se estava a passar"*).

Em adição, a participante parece ter uma certa dificuldade em aceder à ambivalência. Este possível impedimento é sentido em duas temáticas distintas, uma referente às "partes do corpo" e outra a uma tendência para "o tudo ou nada". Em relação à primeira, quando se refere a si mesma a sujeita utiliza maioritariamente partes do corpo: *"dar o ombro"* e *"tenho as costas quentes"*, por exemplo, indicador de um discurso mais fragmentado e de uma falta de união. Associado a isto, frequentemente P recorre a mecanismos primitivos, nomeadamente a clivagem: *"jamais nada foi um dado adquirido. Porque se não era ali, não era nada. Não havia nada que fosse um dado adquirido."*, por exemplo. Este excerto torna claro o movimento binário – ou é 1 ou é 0.

A temática da esperança surge de duas formas distintas, por um lado na forma de sugestão de o que é esperança e por outro, da sensação que a esperança desperta na participante. Em relação à definição, esta foi bastante associada a um acreditar num futuro melhor, caracterizado como um “*motor que nos faz andar*” e o sentimento por ela despertado foi colocado como “*É reduzir a dor até ao grau que ela é suportável e não provoca desconforto*”.

Análise descritiva:

A análise de conteúdo traduz-se em 396 unidades de registo, que resultaram em três temas, 10 categorias e, quando justificado, 15 subcategorias. De forma a tornar claro e perceptível o que concerne cada categoria, de seguida estão alguns exemplos das narrativas codificadas, referente a cada categoria. Não obstante, no anexo E é possível encontrar mais exemplos de cada categoria ou subcategoria.

Adicionalmente, o tema com o maior número de unidades de registo é o Eu ($n = 281$), incluindo 5 categorias (*Discurso/Linguagem* ($n = 53$); *Família Nuclear* ($n = 50$); *Contacto com a Realidade* ($n = 23$); *Relações com o Outro* ($n = 23$) e *Identidade* ($n = 132$)). Neste tema, associado à categoria *Discurso/Linguagem* estão as subcategorias *Provérbios* ($n = 29$) e *Expressão Idiomática* ($n = 24$). Já na *Família Nuclear* ($n = 50$) encontram-se como subcategorias *Relação Materna* ($n = 19$), *Relação Paterna* ($n = 21$) e *Relação com os avós* ($n = 10$). No *Contacto com a Realidade* ($n = 23$), codificaram-se segmentos com *Tendência para PP* ($n = 12$) e *Tendência para PR* ($n = 11$). No que concerne às *Relações com o Outro* ($n = 23$) foram exploradas duas vertentes, a *Socialização* ($n = 4$) e as *Sugestão de dependência emocional* ($n = 19$). A categoria com maior prevalência é a *Identidade* ($n = 132$) onde são exploradas a *Descrição do Eu* ($n = 76$), as *Crenças* ($n = 23$) e as *Emoções e Sentimentos Partilhados* ($n = 33$). Referente a cada subcategoria da categoria Eu ($n = 281$) no Quadro 3.1. é possível encontrar exemplos da narrativa.

Quadro 3.1.

Narrativas do Tema “Eu”

Categoria	Subcategoria	Exemplos
------------------	---------------------	-----------------

Discurso/Linguagem	Provérbios	<i>“Não há mal que sempre dure, nem bem que nunca acaba”</i>
	Expressão Idiomática	<i>“está a barraca armada”</i>
Família Nuclear	Relação materna	<i>“tinha uma mãe espetacular, fora de série”</i>
	Relação paterna	<i>“Ele é o pilar, ele é o pilar. Ele é a torre.”</i>
	Relação avós	<i>“os meus avós não eram dessa onda, dessas coisas” [da esperança]</i>
Contacto com a Realidade	Tendência para PP	<i>“Eu acredito na reencarnação, se não isso não tinha piada nenhuma”</i>
	Tendência para PR	<i>“a realidade externa, levou-me a chegar ao fundo daquilo que naquele momento era a minha realidade interna, que eu não estava a querer ver.”</i>
Relações com o Outro	Socialização	<i>“porque também tinha o meu grupinho que me protegia acima de tudo e de todos, como é lógico, como todos nós temos”</i>
	Sugestão de dependência emocional	<i>“O papel de encarrelhamento está na mão de três pessoas.”</i>
Identidade	Descrição do Eu	<i>“eu gosto de personificar as coisas porque assim os sinais são mais fáceis de interpretar.”</i>
	Crenças	<i>“o que fica lá atrás mais tarde ou mais cedo persegue-te.”</i>

Emoções e sentimentos
partilhados

“Foi perceber a dimensão da vergonha que levava a manter aquilo escondido. E ela era muito grande”

O tema *História de Vida* surge de seguida com 70 unidades de registo, onde se incluem as seguintes categorias: *Infância* ($n = 16$), *Adolescência* ($n = 10$), *Aduldez* ($n = 44$) que teve como subcategorias a *Vivência da Maternidade* ($n = 27$) e o *Meio Profissional* ($n = 11$), os restantes 6 segmentos são relativos à subcategoria *Processo Psicoterapêutico* ($n = 6$). No Quadro 3.2 encontram-se exemplos das narrativas relativas à categoria História de Vida.

Quadro 3.2.

Narrativas do Tema “História de Vida”

Categoria	Subcategoria	Exemplos
Infância		<i>“Eu com dois anos e meio fui pendurar o saco dos brinquedos lá em cima. No cimo da bomba. Quando vim a descer, escorregaram meus pés e eu fiquei pendurada pelo braço.”</i>
Adolescência		<i>“Isto deve ser uma das coisas mais aterrorizantes para quem tem 15 anos. É perceber que... se calhar amanhã já não pode correr, se calhar amanhã já não pode andar.”</i>
Aduldez	Vivência da Maternidade	<i>“não fui nada feliz quando a minha filha nasceu”</i> <i>“o meu grande amor é a minha filha”</i>
	Meio profissional	<i>“eu tive sempre trabalhos com algum gabarito”</i> <i>“Fui concorrendo, fui estudando, fui concorrendo e não paro por aqui. Porque, entretanto, também fui para a faculdade e quero chegar a Técnica Superior.”</i>

Processo Psicoterapêutico	<i>“Houve alturas que também precisei de ajuda, também fiz psicoterapia.”</i>
------------------------------	---

Relativamente ao tema da *Esperança*, esta representa 45 unidades de registo, como categoria existe a *Definição de Esperança* ($n = 19$) e a *Sensação da Esperança* ($n = 26$). Para tornar claro as narrativas codificadas em cada uma destas categorias, no Quadro 3.3. estão visíveis narrativas de cada uma.

Quadro 3.3.

Narrativas do Tema “Esperança”

Categoria	Subcategoria	Exemplos
Definição de Esperança		<i>“para mim a esperança é um duendezinho verde”</i>
		<i>“Eu acho mesmo que é o motor. É o motor. É o que nos faz andar.”</i>
Sensação de Esperança		<i>“O atenuar a dor.”</i>
		<i>“Em vez de serem pesadas... tornarem-se em prazerosas.”</i>

Relativamente à análise temática, no Quadro 3.4. está disponível verificar a prevalência estatística de cada tema, categoria e subcategoria. Assim como o número de codificações referentes a cada categoria e/ou subcategoria.

Quadro 3.4:

Análise Temática

Tema	n	%	Categoria	n	%	Subcategoria	n	%
Eu	281	71,0		53	18,9	Provérbios	29	10,3

			Discurso/ Linguagem			Expressão Idiomática	24	8,6
						Relação Materna	19	6,7
			Família Nuclear	50	17,8	Relação Paterna	10	3,6
						Relação com os avós	21	7,5
			Contacto com a realidade	23	8,2	Tendência para o PP	12	4,3
						Tendência para o PR	11	3,9
			Relações com o Outro	23	8,2	Socialização	4	1,4
						Sugestão de dependência emocional	19	6,8
						Descrição do Eu	76	27
			Identidade	132	47,0	Crenças	23	8,2
						Emoções e Sentimentos partilhados	33	11,8
Tema	n	%	Categoria	n	%	Subcategoria	n	%
			Infância	16	22,9			
			Adolescência	10	14,3			
História de Vida	70	17,7				Vivência maternidade	27	38,6
			Aduldez	44	62,9	Meio profissional	11	15,7

			Processo psicoterapêutico	
			6	8,6
Esperança	45	11,4	Definição de Esperança	19 42,2
			Sensação de Esperança	26 57,8
Total	396	100		

Em suma, a participante representa a esperança como um motor que a impulsiona a lutar pelos objetivos que projeta para a sua vida. Em adição, para a P, a esperança tem um papel muito importante, pois é ela que acalma as suas angústias, sendo esta uma das emoções e sentimentos que a participante sugere estarem inerentes ao ato de ter esperança. Em relação ao significado atribuído aos momentos em que tem esperança, a P infere que a esperança surge nos momentos mais difíceis, visão congruente com o sentimento que a sujeita partilha quando sente esperança.

Capítulo IV - Discussão

A esperança para além de fornecer ao indivíduo uma sensação de acalmia, pode também ter duas funções. Por um lado, pode fornecer o ímpeto que o sujeito necessita para trabalhar e alcançar aquilo que espera. Noutra perspetiva, pode igualmente ser utilizada como uma estratégia psíquica que pretende proteger o indivíduo de uma realidade angustiante, seja ela interna ou externa (Potamianou, 2005). Através disto, é notório que ao sentir esperança tudo é possível logo, é pertinente trazer para a discussão as modalidades de esperança (realista/ativa ou irrealista/passiva) que pode ser associada ao Princípio do Prazer (PP.) e ao Princípio da Realidade (PR).

Os dois princípios do funcionamento mental, o PP e o PR, gerem automaticamente o funcionamento mental do ser humano (Freud, 1911). O mais primitivo é o PP uma vez que está associado ao nascimento do ser humano e onde a fantasia é predominante (Freud, 1911). Dado a sua natureza pretende reduzir ao máximo o desprazer e procurar fornecer prazer logo, há uma grande tendência da mente para o PP (Freud 1920; Laplanche & Pontalis, 1976). Já o PR funciona como um regulador dos processos mentais (Hartman, 1956), uma vez que consegue adaptar-se às necessidades das condições exercidas pelo mundo exterior (Laplanche & Pontalis, 1976). Consequentemente, o PR consegue gerir e aguentar a frustração inerente à renúncia do prazer incerto de forma a garantir a certeza do prazer, ainda que futuro, há um adiamento da gratificação (Freud, 1911; Hartmann, 1956). Posto isto, a presente investigação visa explorar a possível relação entre a esperança e o PP e o PR através da recolha de dados realizada.

Este estudo realça evidências que sugerem a relação entre estes construtos que serão discutidos de seguida. A discussão do material recolhido no âmbito desta investigação irá debruçar-se em 3 tópicos: (1) Esperança, (2) PP e o PR e (3) a relação entre a Esperança e o PP e o PR.

Esperança:

Os resultados revelam dois movimentos distintos em relação à esperança vivida pela participante, uma vertente que possivelmente é mais saudável e outra menos adaptativa.

Em relação à primeira, a esperança na participante está bastante associada a movimentos de mudança e conquista (e.g., quando se divorciou do marido que exercia violência doméstica), sendo a esperança o seu motor e o que a faz andar. Isto vai de acordo com o argumento de Fromm (1968) que a esperança é decisiva aquando da possibilidade de mudança para um futuro

mais vivo e consciente. Aliado a isto, o episódio descrito anteriormente e a operação aos 15 anos (“*apesar de ir verde de medo, porque tudo podia correr mal, eu tive o forte sentimento, o forte sentido, foi minha convicção, não foi só um sentido, foi uma certeza de que ia correr tudo bem*”) evidenciam que este “*forte sentimento*” foi desencadeado não só pela esperança como também, pela coragem o que vai que vai de encontro com o Pondé (2021) que defende que a esperança tem como parceira a coragem. O mencionado anterior revela que, principalmente devido à esperança, a P tem um compromisso com a vida e com o crescimento, congruente com Fromm (1968).

Em acréscimo, a participante partilha que a esperança, para ela, tem um papel transformador uma vez que consegue alterar a angústia, “*Em vez de serem pesadas... tornarem-se em prazerosas.*”. No mesmo âmbito, há também um “*diminuir a dor e torná-la suportável*”. *É reduzir a dor até ao grau que ela é suportável e não provoca desconforto.*”. Esta sensação que a P sente é convergente com a visão de Cooper (2000) que argumenta que o papel da esperança é, também, de reduzir uma tensão interna. De forma complementar, estes excertos tornam claro o que Potamianou (2005) defende, que a esperança tem um papel protetor em resposta a uma realidade interna dolorosa, assim como Pondé (2021) esclarece, “*o desespero gela, a esperança aquece*” (p. 17).

Aquando da tentativa de definição de esperança, a participante recorreu diversas vezes à metáfora do “*motor*” uma vez que “*(...) a esperança faz-nos mexer, faz-nos andar, faz-nos ir à procura daquilo que nós queremos exigir.*”. Esta é uma visão conforme Groarke (2018) que afirma que a esperança é compreendida como a realização de um tipo de ação. Adicionalmente, é interessante refletir a escolha das palavras da P, uma vez que devido às operações cirúrgicas arriscadas esse movimento poderia ter sido retirado, algo relatado pela mesma “*Isto deve ser uma das coisas mais aterrorizantes para quem tem 15 anos. É perceber que... se calhar amanhã já não pode correr, se calhar amanhã já não pode andar*”.

Do lado menos adaptativo, salienta-se uma sugestão de uma dependência da esperança (“*o copo pode estar meio verde, mas está meio cheio*”), o que sugere que há uma dificuldade no confronto do vazio, a P prefere que o conteúdo do mesmo seja do seu desagrado e que, possivelmente, a magoe do que confrontar-se com a possibilidade de o copo estar vazio e entrar em contacto com a angústia inerente ao mesmo. A partir disto, a sujeita não acede aos processos depressivos necessários, uma vez que para ela, “*A esperança não morre nunca. (...) Que há uma luz ao fundo do caminho. Que as coisas podem tornar a correr bem. As coisas podem*

tornar a ser boas (...) E não olharmos como se fosse o fim. Não é. Há sempre uma maneira...” isto sugere a vivência de uma certa onipotência associada a uma busca sem fim. Se “há sempre uma maneira”, tudo é possível logo não acede ao seu lado mais depressivo, necessário ao trabalho do luto (Pontamianou, 1997). Adicionalmente, esta busca por um amanhã melhor denota uma falta de prazer no presente, no entanto, se o futuro será melhor então o presente nunca é suficientemente bom.

Princípio da Realidade e Princípio do Prazer:

Tal como descrito nos resultados, a participante recorreu à realidade externa para traduzir o que se está a passar na sua realidade interna, assim sendo utilizou diversas vezes provérbios e expressões idiomáticas, nomeadamente com conteúdo animal e de natureza. Este movimento recorrente parece organizar e dar um sentido à realidade interna da participante. Eventualmente a sujeita encontrou na realidade externa nomeadamente através de provérbios e de expressões idiomáticas, com um papel organizador que fornecem um limite e um sentido à sua realidade interna. Apesar de estar ligada à realidade, provavelmente a participante encaixou-os na sua realidade, alimentada pelo Princípio do Prazer, de forma a legitimar e dar uma estrutura ao seu Eu interno. Adicionalmente, parece existir uma maior tendência para conteúdos infantis, dado que evocou com maior prevalência os conteúdos com animais e cores quando foram exploradas temáticas mais sensíveis para a P. Isto sugere uma dificuldade em entrar em contacto com as suas emoções e, como estratégia, utiliza estas expressões com o objetivo inconsciente de transmitir o que sente.

Congruente com a visão de Freud (1920), P recorre a uma negação da realidade que define da seguinte forma, “ (...) e quando não quero ver (...) Porque naquele momento não me dava jeito ver aquilo que eu estava a ver. Por exemplo, (...) tem defeitos com os quais eu tenho muita dificuldade em lidar. Então eu prefiro não os ver”. Esta descrição evidencia uma dificuldade em entrar contacto com a angústia (desprazer) que isto lhe irá trazer, logo para não sentir este desprazer, ignora-o. Esta dinâmica converge com a visão de Freud (1920) quando afirma que maioritariamente o desprazer sentido está associado à percepção de eventos exteriores desagradáveis que originam angústia ou desprazer para o Eu.

Este funcionamento parece ser caro para a participante, uma vez que perante acontecimentos dolorosos (e.g., a morte da mãe) arranja alternativas com predominância do PP, como por exemplo: “a minha mãe faleceu há oito anos e eu ainda hoje falo com ela”. Através disto, a sujeita livra-se de realizar o trabalho do luto e distancia-se da dor e angústia necessária

aquando do teste da realidade (Potamianon, 1997). Congruentemente, não possibilita a elaboração daquilo que a angustia tendo, eventualmente uma maior dificuldade em aceder à ambivalência ficando assim com questões fragmentárias (e.g., a questão do corpo) e clivadas, descritas nos resultados.

Nesta linha, e talvez por consequência do anterior, a participante revela uma falta de mentalização que associado aos movimentos descritos anteriormente levou a uma somatização da dor. A própria reconhece e partilha “*eu não tive noção do tamanho da coisa, eu não tive noção do estrago*” e ainda acrescenta “*foi a forma de me fazer perceber o que é que se estava a passar*”. Apesar da sua grande vontade em conhecer-se cada vez melhor, parece precisar bastante da realidade externa e do Outro para ler a sua realidade interna daí afirmar “*eu funciono muito por sinais (...) para entender aquilo que se está a passar comigo*”.

Com base no referido anteriormente, é notório que o PR tem um papel importante uma vez que, ao dar um sentido ao que a participante está a sentir promove não só a diminuição do desprazer como um aumento do prazer e esperança (“*quando eu percebo o que estava ali em causa. Epah...então vamos lá (...) vamos lá esmiuçar isto (...) tentar perceber o que é que aqui está no fundo e vamos embora.*”). Por outras palavras, torna-se claro que a realidade (PR) é reguladora e adapta-se em função das condições impostas pelo mundo exterior (Laplanche & Pontalis, 1976).

Associado ao lado mais alucinatório do PP., de forma a personificar a esperança a participante revela que “*para mim a esperança é um duendezinho verde.*” esta afirmação é coerente com o argumento de Freud (1911) que reflete que a fantasia está intimamente associada ao Princípio do Prazer.

Relação entre a Esperança e o PR e o PP.:

Independentemente da modalidade da esperança, salienta-se que a esperança é sempre bastante importante, dado que é um elemento intrínseco, estruturante e dinâmico do Eu (Eckardt, 1982). Não obstante, a esperança pode também ser compreendida como uma emoção que tem como objetivo a descarga de uma tensão (diminuição do desprazer) e, também, como um trampolim que procura alcançar os objetivos pretendidos dando um sentido ao esforço inerente para os alcançar (Buechler, 1995).

Nesta linha de pensamento, a participante também invoca o aspecto temporal da esperança quando afirma “*O motor no dia a dia. É isto que nos faz arrancar, é ter a consciência*

de que o amanhã pode efetivamente ser melhor.”. Em simultâneo acede a uma componente essencial da esperança realista/ativa, ou seja, apesar de se direcionar para o futuro não desvaloriza a importância do presente para a antecipação do futuro (Buechler, 1995).

Este papel ativo da esperança onde está presente o PR é claro nos seguintes excertos: *“nós temos que fazer a nossa parte”, “Porque a esperança faz-nos mexer (...) faz-nos ir à procura daquilo que nós queremos exigir. Porque sentimos a esperança. Essa outra coisa que nos faz ficar ali parados, à espera que as coisas aconteçam, há de ter outro nome”*. Através destes exemplos, fica evidente que há um lado mais ativo e ligado à realidade e um outro com uma expectativa essencialmente irrealista/passiva, relacionado ao PP.

Com base no discutido anteriormente, verifica-se que a participante não recorre apenas a um dos funcionamentos mentais descritos por Freud (1920). São visíveis os movimentos oscilatórios entre o PP e o PR, não obstante aquando do(s) momento(s) em que o PP é predominante, a esperança que é descrita tem uma conotação mais irrealista/passiva, tal como descrito na literatura. Naturalmente, no(s) movimento(s) onde o PR domina a esperança está mais associada à dinâmica mais realista/ativa. Em suma, é como se estas duas modalidades de esperança funcionassem como um espectro em que o indivíduo, tal como um pêndulo, vai oscilando entre estes dois pólos conforme as suas necessidades psíquicas - mais primitivas ou mais maduras.

Capítulo V - Conclusão

A esperança é um construto complexo, ainda assim vários foram os autores que propuseram uma definição, para Martin (2014) pode ser descrita como uma combinação do desejo por um resultado e a crença em que o resultado é possível, mas não certo. Numa perspectiva mais subjetiva, Hopper (2001) argumenta que a esperança é uma forma de sentir, pensar, comportar e relacionar-se consigo mesmo e com os outros. Adicionalmente, a esperança pode ser, também, pensada como uma estratégia psíquica sendo que, através dela, o desejo que o bom objeto irá não só surgir como responder às exigências do indivíduo é guardado (Potamianou, 2005).

Ao longo do estudo, exploram-se duas modalidades de esperança - a realista/ativa e a irrealista/passiva. No que diz respeito à primeira, esta promove uma ação que tem como objetivo realizar o esperado que é passível de concretizar, pois, compreende que o objeto é mais vital na sua potencialidade (Groarke, 2018). Assim, associa-se esta variante da esperança ao Princípio da Realidade porque procura na realidade externa a gratificação (a realização do esperado), visto que é um princípio capaz de regular e adaptar-se face às condições impostas pelo mundo exterior (Laplanche & Pontalis, 1976). Contrariamente, a esperança irrealista/passiva tem com parceiro o Princípio do Prazer, visto que, de forma a não sentir o desprazer este tipo de esperança permite ao indivíduo não entrar em contacto com processos dolorosos uma vez que aqui, quando se sente esperança, tudo é possível, portanto a dor deixa de existir o que não permite a renúncia do PP (Potamianou, 2005).

A presente investigação tinha como objetivo estudar a possível relação entre a esperança e os dois Princípios do Funcionamento Mental do Freud (1911). Para tal, através da visão qualitativa e da análise temática, recorreu-se a uma metodologia de estudo de caso. Para explorar a relação entre a esperança e os dois Princípios do Funcionamento Mental do Freud (1911) realizou-se 4 entrevistas online semi-estruturadas a uma participante portuguesa de 55 anos.

Com base na análise temática realizada, verificou-se que a participante em causa, tem muitos movimentos saudáveis e bastante associados ao PR, mas em problemáticas mais precoces e primárias recorre ainda à onnipotência do PP. Assim, verificou-se que conforme a necessidade e capacidade interna a participante oscilou, como um pêndulo, entre estes dois pólos.

Desta forma, concluiu-se também que o latente da esperança é uma experiência complexa e subjetiva. Apesar disso, através desta investigação foi possível compreender que a esperança é também um espectro, onde pode ter uma conotação mais saudável ou mais patológica, associados, respetivamente, ao Princípio da Realidade e ao Princípio do Prazer.

No que concerne às limitações do presente estudo, apesar da tentativa compreensiva e subjetiva inerente ao sentimento de esperança, esta experiência não é possível de expressar, verdadeiramente, como ela é (Fromm, 1968). Por termos técnicos, talvez nos possamos aproximar dela, mas provavelmente, um poema ou a arte refletem significativamente o que implica ter esperança (MacKinnon & Bloch, 1988). Apesar do referido, dado a natureza do estudo não é possível realizar a generalização das conclusões, sendo esta uma das limitações deste estudo. Não obstante, graças à índole inerente à metodologia de estudo de casa, foi possível aprofundar e conhecer a realidade subjetiva da participante, algo bastante enriquecedor. Ademais, dado que a participante sabia acerca da temática da investigação (a esperança) existe a possibilidade de algum enviesamento na forma de desejabilidade social.

Acredita-se ser de extrema importância trazer pensamento psicanalítico acerca da esperança. Neste sentido sugere-se como estudos futuros: (1) aprofundar a diferença entre a esperança e o desejo, também (2) realizar um estudo teórico acerca do que está latente ao sentimento da esperança, acredita-se que esta dissertação é apenas um pequeno contributo para a compreensão subjetiva e profunda do latente da esperança, por fim (3) alargar os conceitos estudados no presente estudo mas, com uma amostra significativamente maior, de forma a compreender e corroborar a relação entre a esperança irrealista/passiva ao PP e a esperança realista/ativa ao PR.

Referências Bibliográficas

- Bardin, L. (1977). *Análise de Conteúdo*. (1ª ed.). Edições 70 Persona.
- Batista, E. C., de Matos, L. A. L., & Nascimento, A. B. (2017). A entrevista como técnica de investigação na pesquisa qualitativa. *Revista Interdisciplinar Científica Aplicada*, 11(3), 23-38.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Buechler, S. (1995). Hope as inspiration in psychoanalysis. *Psychoanalytic Dialogues*, 5(1), 63–74. <https://doi.org/10.1080/10481889509539050>
- Caropreso, F., & Neto, J. A. M. (2021). A transição do princípio do prazer ao de realidade segundo Ferenczi e Spielrein. *Revista de Filosofia Aurora*, 33(58), 49-63. <https://doi.org/10.7213/1980-5934.33.058.DS03>
- Cooper, S. H. (2000). *Objects of hope: Exploring possibility and limit in psychoanalysis*. The Analytic Press..
- da Silva, A. S. A. F.. (2022). Desespero, espera, esperança. *Jornal da Sociedade de Psicanálise de Brasília: Associação Livre*, edição XI, 10-11.
- Dalfovo, M. S., Lana, R. A., & Silveira, A. (2008). Métodos quantitativos e qualitativos: Um resgate teórico. *Revista Interdisciplinar Científica Aplicada*, 2(4), 1-13.
- Eckardt, M. H. (1982). The theme of hope in Erich Fromm's writing. *Contemporary Psychoanalysis*, 18(1), 141–152. <https://doi.org/10.1080/00107530.1982.10745682>
- Ferenczi, S. (1925). Stages in the development of the sense of reality. In Teslaar, J. S. V. (Eds.), *An outline of psychoanalysis* (pp. 108–127). Modern Library. <https://doi.org/10.1037/11350-004>
- Freud, S. (1911). Formulações sobre os dois princípios do funcionamento mental. *Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud*, 12, 231-245.
- Freud, S. (1917) *Mourning and melancholia*. The Hogarth Press and the Institute of Psychoanalysis.
- Freud, S. (1920). *Para além do princípio do prazer*. Relógio d'Água Editores.

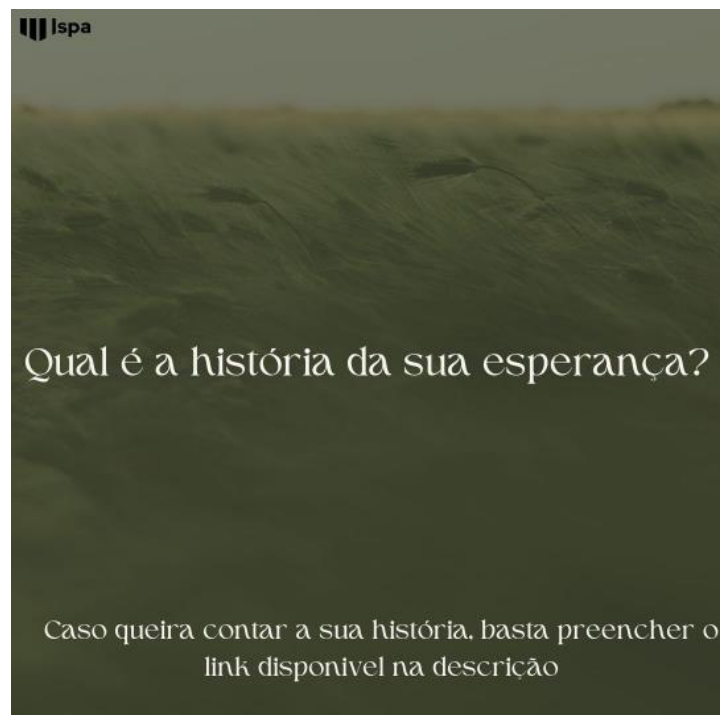
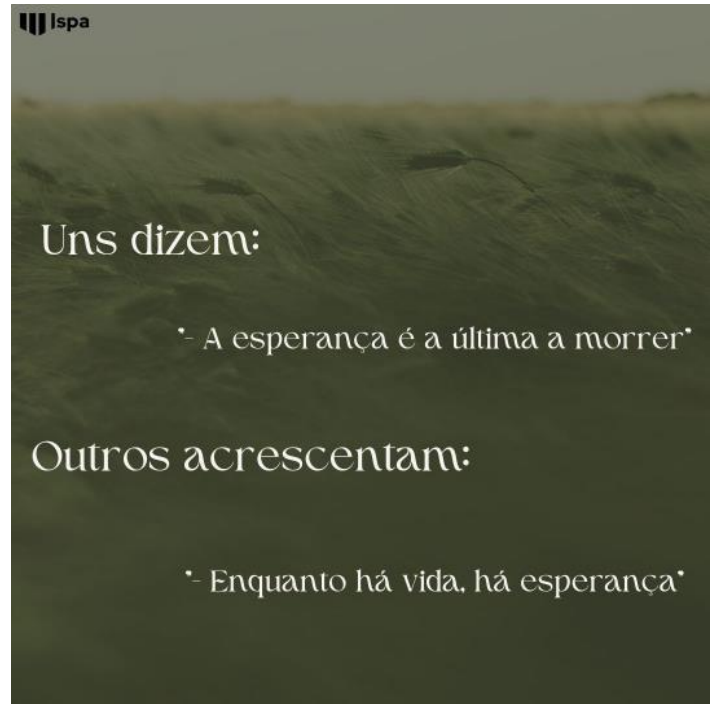
- Fromm, E. (1968). *The revolution of hope: Toward a humanized technology*. Harper & Row.
- Groarke, S. (2018). Reflections on the psychoanalysis of hope. *Psychoanalysis, Culture & Society*, 23(4), 365-383. <https://doi.org/10.1057/s41282-018-0074-3>
- Hartmann, H. (1956). Notes on the reality principle, *The Psychoanalytic Study of the Child*, 11(1), 31-53. <https://doi.org/10.1080/00797308.1956.11822781>
- Hopper, E. (2001). On the nature of hope in psychoanalysis and group analysis. *British Journal of Psychotherapy*, 18(2), 205-226. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0118.2001.tb00022.x>
- Laplanche J., & Pontalis J. B. (1976). *Vocabulário da psicanálise*. Martins Fontes.
- Lee, J. Y., & Gallagher, M. W. (2018). Hope and well-being. In M. W. Gallagher & S. J. Lopez (Eds.), *The Oxford handbook of hope* (pp. 287-298). Oxford University Press.
- Levy, S., & Lemma, A. (2012). *The perversion of loss: Psychoanalytic perspectives on trauma*. Routledge.
- Lund, T. (2005). The qualitative–quantitative distinction: Some comments. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 49(2), 115-132. <https://doi.org/10.1080/00313830500048790>
- MacKinnon, D., & Bloch, E. (1988). The Principle of Hope. *Scottish Journal of Theology*, 41(2), 247-252. <https://doi.org/10.1017/S0036930600040813>
- Martin, A. (2014). *How we hope: A moral psychology*. Princeton University Press.
- McWilliams, N. (2004). *Formulação Psicanalítica de Casos*. Climepsi Editores.
- Nogueira, T. S. (2020). Desesperar, jamais: Algumas reflexões sobre o trabalho clínico-psicanalítico durante a pandemia. *Revista Brasileira de Psicanálise*, 54(3), 118-133. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0486-641X2020000300011&lng=pt&tlng=.
- Opendakker, R. (2006). Advantages and disadvantages of four interview techniques in qualitative research. *Forum: Qualitative Social Research*, 7(4) <https://doi.org/10.17169/fqs-7.4.175>
- Pondé, L. F. (2021). *Notas sobre a esperança e o desespero*. Globo Livros.

- Porchat, P. (2005). *Freud e o teste de realidade*. Casa do Psicólogo.
- Potamianou, A. (2005). *Hope: A shield in the economy of borderline states*. Routledge.
- Priberam. (2022, Novembro 20). Esperança. *Dicionário Priberam da Língua Portuguesa*. <https://dicionario.priberam.org/esperan%C3%A7a>
- Roberts, M. C., & Hardi, S. S. (2008). *Handbook of research methods in clinical psychology*. John Wiley & Sons.
- Seidman, I. (2006). *Interviewing as Qualitative Research: A guide or researchers in education and the social sciences*. Teachers College Press.
- Spinoza, B. (2009). *Ética*. Autêntica Editora.
- Stake, R. E. (1995). *The art of case study research*. Sage.
- Winnicott, D. (1999). *Tudo começa em casa*. Martins Fontes.

Anexos

Anexo A

Publicação utilizada para chegar até aos participantes, na respetiva ordem:



Anexo B:

Consentimento Informado

No âmbito da Dissertação do 2º ano do Mestrado em Psicologia Clínica realizado no ISPA – Instituto Universitário de Ciências Psicológicas Sociais e da Vida, está a decorrer um estudo sobre a esperança. A participação na investigação consiste na realização de entrevistas que terão uma gravação de áudio.

Em virtude desta colaboração compreendo os seguintes aspectos:

1. O anonimato da informação transmitida será garantido, não sendo revelado o meu nome ou outros dados que possam levar à minha identificação. Durante todo o processo será mantido o sigilo e o cumprimento do código deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP).
2. Posso desistir de participar a qualquer momento do processo.
3. A minha participação é voluntária pelo que não haverá qualquer incentivo monetário associado à minha participação, tendo liberdade de recusar/desistir sem qualquer tipo de penalização e a qualquer momento;
4. A supervisão científica é assegurada pelo Orientador de Seminário de Dissertação, Prof. Doutor Csongor Juhos.

Para outras informações ou esclarecimentos adicionais pode entrar em contacto a partir do seguinte endereço eletrónico: csongor.juhos@ispa.pt

- Não tenho qualquer dúvida, estou esclarecido/a sobre a minha participação neste estudo

Declaro que tomei conhecimento do objetivo deste estudo e dos procedimentos pedidos. Fui esclarecido/a acerca de todos os aspetos importantes.

Eu _____ (nome completo) compreendo e aceito os termos explicados nos parágrafos anteriores, autorizando um registo áudio da entrevista.

Assinatura, _____ Data: __/__/2023

Anexo C

Guião das Entrevistas Semiestruturadas

Primeira Entrevista:

Bloco 1: A esperança em associação livre

1. Quando pensa na palavra esperança, o que é que lhe surge?
2. Para si, o que é a esperança?
3. O que é preciso para ter esperança?
4. Porque é que as pessoas precisam de ter esperança?
5. Enquanto há vida, há esperança?

Bloco 2: A esperança na vida do participante

1. Qual a história da sua esperança?
2. Qual o lugar da esperança na sua vida?
3. Houve algum momento especial na sua vida, em que a esperança foi importante?
 - Se sim, pode falar-me um pouco sobre ele?
4. Acha que a esperança é importante?
 - Se sim/não, porquê?
5. Porque é que acha que a esperança é tão importante para si?
6. Na sua opinião, a esperança pode ser prejudicial para alguém?
 - Se sim/não, porquê?
 - Conhece alguém que está ou já esteve nessa situação?
7. Um pequeno desafio, tenho aqui uma frase que gostava de ouvir a sua opinião sobre ela... leve o tempo que precisar e se quiser, posso repetir a frase:

“Não há esperança sem medo, nem medo sem esperança”
8. A esperança, é sempre a última a morrer?
9. Recorda momentos, onde não tinha esperança? (*explorar*)

10. *Quando tudo está perdido, resta a esperança?*

Bloco 3: Conhecer a pessoa

11. Conhece alguém esperançoso?

11.1 Como é que é essa pessoa?

11.2. Como é que é a vossa relação?

12. Conhece alguém que não tem esperança?

12.1 porque é que acha que uma pessoa não tem esperança?

12.2 porque é que seria importante, a esperança na vida desta pessoa?

13. Com quem é que aprendeu a ter esperança?

Segunda Entrevista:

Hoje vamos falar um pouco sobre a esperança e gostava, também, de a conhecer um pouco melhor. Mas antes disso...

1. O que ficou a pensar do nosso último encontro?
2. Após a nossa conversa lembrou-se de algo mais que gostaria de partilhar?
3. Hoje, gostaria de conhecer, na sua história, qual o momento em que sentiu menos esperança...ou onde foi mais difícil ser esperançosa...
 - a. como foi, emocionalmente, esse momento?
 - b. o que acha que pode ter contribuído para ter essa dificuldade?
 - c. quem a ajudou?
4. Ir focando na entrevista sobre a história de vida, desde muito cedo. Lembra-se da sua primeira memória?

Terceira entrevista:

1. Há alguma coisa da nossa conversa anterior, que tenha ficado a pensar? que queira acrescentar?
2. Hoje gostava de conhecer o momento em que sentiu mais esperança
 - a. lembra-se de como se sentia? do que lhe diziam?
 - b. onde acha que foi buscar “toda” essa esperança?
 - c. que pensamentos, lhe surgiam?

- d. porque é que acha, que aqui, foi difícil ter esperança?
 - e. neste episódio em específico, porque é que a esperança foi tão importante?
3. O que lhe dá esperança no dia-a-dia?

Quarta entrevista:

1. Conversamos sobre dois momentos diferentes ao longo da sua história... como é que os vê e sente agora?
2. Como é que acha que estes dois momentos, se relacionam?
3. A esperança, nestes dois momentos, como a sentiu?
 - a. Sentiu-a de forma semelhante? Foi diferente a sensação?
 - b. Que pensamentos lhe surgiram?
4. O que significou para esse, estes nossos encontros?
5. O que leva, o que pensou de novo?
6. Que mensagem gostaria de deixar, no âmbito desta investigação?

Anexo D

Transcrição das Entrevistas

De modo a assegurar a confidencialidade do conteúdo das entrevistas realizadas o acesso às mesmas será limitado, até ao dia da defesa da Dissertação, aos membros do Júri e ao Orientador desta dissertação. Para ter acesso às entrevistas basta aceder ao seguinte link e pedir a respectiva permissão:

https://docs.google.com/document/d/1mcjOk_e0vnjaudq80TvXI4p3u1QVUjxH7EL9hWfWqAo/edit?usp=sharing

Anexo E

Quadro 2.2 de Análise Temática, com exemplos da Narrativa

Tema	Categoria	Subcategoria	Exemplos de Narrativa
Eu	Discurso/Linguagem	Provérbios	“pau que nasce torto, tarde ou nunca se endireita.” “Não há mal que sempre dure, nem bem que nunca acaba”
		Expressão idiomática	“entra em parafuso” “está a barraca armada”
	Família Nuclear	Relação Materna	“a minha mãe é a mulher dos afetos” “tinha uma mãe espetacular, fora de série. Naquela altura, ela era realmente uma coisa do outro mundo”
		Relação Paterna	“A brincar com o meu pai, ia sempre tudo a porrada.” “Ele é o pilar, ele é o pilar. Ele é a torre.”
		Relação com os avós	“É a tal perspectiva como os nossos avós diziam, do copo meio cheio ou do copo meio vazio”

		<p>“os meus avós não eram dessa onda, dessas coisas” [da esperança]</p>
Contacto com a Realidade	<p>Tendência para PP</p>	<p>“A minha mãe faleceu há oito anos e eu ainda hoje falo com ela.”</p> <p>“Eu acredito na reencarnação, se não isso não tinha piada nenhuma”</p>
	<p>Tendência para o P.R</p>	<p>“Se não te fizeres à vida, se tu não fores à procura, ninguém te vai reconhecer, ninguém sabe quem tu és.”</p> <p>“a realidade externa, levou-me a chegar ao fundo daquilo que naquele momento era a minha realidade interna, que eu não estava a querer ver.”</p>
Relação com o outro	Socialização	<p>“porque também tinha o meu grupinho que me protegia acima de tudo e de todos, como é lógico, como todos nós temos”</p>

		Sugestão de dependência emocional	<p>“O papel de encarrelhamento está na mão de três pessoas.”</p> <p>“É uma companhia de conforto. Porque ela está lá sempre [a esperança].”</p>
Identidade		Descrição do Eu	<p>“eu prefiro que me doa tudo de uma vez”</p> <p>“Eu sou muito observadora”</p> <p>“eu gosto de personificar as coisas porque assim os sinais são mais fáceis de interpretar.”</p>
		Crenças	<p>“o que fica lá atrás mais tarde ou mais cedo persegue-te.”</p> <p>“que é quando nós tomamos as coisas como certas, como dados adquiridos, que depois não sabemos lidar com elas.”</p>

		<p>Emoções e sentimentos partilhados</p>	<p>“eu tenho muito medo do karma. Muito medo.”</p> <p>“Foi perceber a dimensão da vergonha que levava a manter aquilo escondido. E ela era muito grande”</p>
<p>História de vida</p>	<p>Infância</p>		<p>“Eu com dois anos e meio fui pendurar o saco dos brinquedos lá em cima. No cimo da bomba. Quando vim a descer, escorregaram meus pés e eu fiquei pendurada pelo braço.”</p> <p>“ninguém deu pela minha falta”</p> <p>“Eu tenho uma história de cirurgias complicadas, algumas de muitas horas, comecei com 7 anos, nessa altura tive aquilo que hoje em dia é chamar como uma experiência de quase morte”</p>

	Adolescência		<p>“eu fui operada à coluna com 15 anos”</p> <p>“Isto deve ser uma das coisas mais aterrorizantes para quem tem 15 anos. É perceber que... se calhar amanhã já não pode correr, se calhar amanhã já não pode andar.”</p>
	Adultez	Vivência da maternidade	<p>“Acho que a minha vida tinha sido uma tristeza sem a minha filha”</p> <p>“não fui nada feliz quando a minha filha nasceu”</p> <p>“o meu grande amor é a minha filha”</p>
		Meio profissional	<p>“Eu nunca tinha feito trabalho físico na vida. Tive sempre trabalhos administrativos, na área administrativa.”</p> <p>“Fui concorrendo, fui estudando, fui concorrendo e não paro por aqui. Porque, entretanto, também fui para a faculdade e quero chegar a Técnica Superior.”</p>

			<p>“eu tive sempre trabalhos com algum gabarito”</p>
		<p>Processo Psicoterapêutico</p>	<p>“Houve alturas que também precisei de ajuda, também fiz psicoterapia.”</p> <p>“Três anos. Quase três anos. Não chegou bem a três anos.”</p>
Esperança	<p>Definição de Esperança</p>		<p>“esperança também é a partilha”</p> <p>“para mim a esperança é um duendezinho verde”</p> <p>“Eu acho mesmo que é o motor. É o motor. É o que nos faz andar.”</p> <p>“a esperança no sentido de, epá, hoje não conseguiste, amanhã consegues, de certeza. Está lá. Só tens de arranjar a maneira de lá chegar. Quando não funciona, hoje não te mexes, não faz mal. Amanhã estás melhor.”</p>
	<p>Sensação de Esperança</p>		<p>“O atenuar a dor.”</p> <p>“Em vez de serem pesadas... tornarem-se em prazerosas.”</p>

