Uma reflexão sobre a
e a questão das relações familiares

Há vários anos, tive o privilégio de fazer parte da audiência a quem se dirigiu Peter Steinglass, diretor do Instituto Ackerman, em Nova Iorque. O tema abordado por Peter foram as questões relacionadas com o capital financeiro nas famílias abastadas. Peter chamou a minha atenção para algo que Sigmund Freud disse e que concretizou a minha compreensão de quão difícil acaba por ser a integração saudável do capital financeiro na vida. Peter explicou que Sigmund Freud afirmava que as duas maiores fontes de uma vida humana feliz e integrada consistiam em o indivíduo aprender a amar e a trabalhar — sendo o trabalho definido como vocação —, e que os dois maiores obstáculos à sua felicidade eram questões relacionadas com o sexo ou o dinheiro, sendo estas últimas as mais difíceis. Peter prosseguiu sugerindo que nós, pessoas da era moderna, percorremos um longo caminho na última metade do século XX, em comparação com as visões de Freud do século XIX e início do século XX, ao conseguirmos falar sobre sexo e integrá-lo com algum sucesso nas nossas vidas adultas, enquanto o dinheiro continua a ser, para a maioria de nós, uma grande questão. Não menos importante, sugeriu ele, porque o dinheiro continua a ser o único assunto, em todas as culturas, sobre o qual nenhuma pessoa de boas maneiras pode falar. É o único tema que permanece tabu. Como, pode-se perguntar, é que as pessoas podem aprender a lidar

com um tema complexo que, como diz Freud, põe em risco a nossa felicidade, quando não podemos falar sobre ele? Temos todos uma enorme sorte por termos pessoas como Peter Steinglass e outras grandes vozes, vivas ou já falecidas, nesta área, que nos estão agora a ajudar a iniciar um diálogo sobre a questão do dinheiro e a sua integração numa vida saudável. Obrigado, Peter! Assim, sendo o dinheiro a grande questão, que perspetivas oferece a ciência da psicologia para orientar uma família na tentativa de o integrar com sucesso na sua vida?

TEORIA DOS SISTEMAS FAMILIARES: AS MÚLTIPLAS INTERAÇÕES DOS RELAÇÕES

Comecemos a nossa jornada, analisando os sistemas familiares que se compõem de relações no seio das famílias e onde a parte mais significativa do capital detido pelos membros da família é herdada de gerações anteriores, seja sob a forma de uma empresa em atividade, seja de ativos financeiros investidos. Assim, estas serão famílias que se encontram, pelo menos, na sua segunda e terceira gerações. Deixem-me acrescentar que as ideias aqui discutidas também serão úteis para famílias com riqueza de primeira geração, caso as utilizem para ajudar a formar os sistemas de governação familiar de que necessitarão para evitar os problemas que irei elucidar e caso proporcionem aos membros das suas famílias a formação necessária para que esses sistemas funcionem. Como são, geralmente, estes sistemas de relações? Na minha experiência, são frequentemente dois conjuntos de

redes interligadas. Um primeiro conjunto de relações que liga os membros individuais da família entre si como membros de uma família de afinidade e um segundo que os liga como coproprietários de capital financeiro. No plano individual, os membros da família têm papéis que defino como papéis «eu», por exemplo, como pais, filhos, cônjuges, sogros, avós, bisavós, irmãos, tias, tios, primos — frequentemente de primeiro, segundo e terceiro graus —, padrinhos e madrinhas, e relações de padrastros e madrastas de vários tipos. No que diz respeito à propriedade conjunta do capital financeiro, os membros da família desempenham papéis que defino como papéis do «nós», por exemplo, beneficiário, administrador fiduciário, protetor, detentor de uma participação numa empresa familiar de gestão fiduciária privada, membro do conselho de administração de uma empresa de gestão fiduciária privada, funcionário de uma empresa de gestão fiduciária privada, acionista ou gestor de uma sociedade anónima, sócio (compravas ou geral) de uma sociedade em nome coletivo familiar, ou de uma sociedade de responsabilidade limitada ou sociedade em nome coletivo, membro e/ou gestor de uma instituição filantrópica familiar, membro do comité de subvenções dessa instituição filantrópica, etc., etc. Frequentemente, o número dessas funções desempenhadas por um único membro da família aumenta significativamente devido à multiplicação de certos tipos de entidades exigidas pelo sistema de gestão financeira da família para os seus ativos financeiros.

Uma das coisas que faço quando me junto à jornada de uma família é traçar para ela um quadro de todas estas relações. Se puder, imagine que a maioria desses membros da família tem entre 18 e 21 conjuntos de relações entre os seus papéis de «eu» e «nós», que, em conjunto, compõem as suas redes individuais de relações dentro dos seus sistemas familiares. Se for membro de uma família deste tipo, faça este exercício

sobre as suas relações familiares agora, antes de continuar a ler. Para os leitores profissionais, por favor, façam esse gráfico agora para uma família que representem, na qual atuem como «pessoa de confiança». Tenham em conta que o resultado deverá parecer pratos de esparguete entrelaçados. Muito bem, vamos continuar. O meu palpite é que cada um de vocês chegou rapidamente a 18 a 21 relações distintas e depois não foi mais longe para as aumentar com os múltiplos elementos em cada uma dessas categorias, tais como vários irmãos e irmãs, primos individuais, etc.; ou sociedades em comandita simples familiares, por exemplo, simplesmente porque «perceberam» que a complexidade das relações humanas e financeiras no seio de famílias com capital financeiro significativo é extraordinária, verdadeiramente impressionante. Quando acrescentamos, tal como ensina a disciplina de Psicologia 101, que gerir cada relação nas nossas vidas exigirá uma vida inteira de prática, percebemos porque é que a gestão das relações familiares é realmente tão difícil como sempre pensámos. Temos agora também uma forma de articular a nossa suspeita sobre a complexidade das nossas relações familiares de uma forma concreta e não emocional.

Percebemos ainda melhor por que razão a governação familiar, a arte de tomar decisões conjuntas, é tão surpreendentemente difícil, à medida que compreendemos, talvez pela primeira vez, quantas relações são desencadeadas sempre que uma família tem de tomar uma decisão.

A esta consciência juntam-se agora duas realidades adicionais que tornam os problemas de uma boa tomada de decisões conjuntas em família ainda mais difíceis.

Trata-se, por um lado, da necessidade de os membros da família serem capazes de distinguir os limites que definem cada relação e, por outro, da necessidade de cada

membro da família ser instruído sobre os papéis e responsabilidades que definem cada uma dessas relações e sobre a sua aplicação prática.

Um dos principais ensinamentos da psicologia diz respeito à importância de bons limites para boas relações. Vem-me à mente a advertência de Robert Frost num dos seus poemas: «que muros altos de pedra fazem bons vizinhos». Imagino que todos nós sabemos, e temos exemplos nas nossas famílias, de situações em que as nossas relações importantes tinham bons limites e funcionavam bem, e de outras em que os limites eram fracos e funcionavam igualmente mal. Consegue imaginar, no entanto, como é ter entre 18 e 21 relações com familiares próximos e tentar gerir bem os limites de cada uma dessas relações, sem que nenhum deles se sobreponha a outras relações com a mesma pessoa e, assim, confunda ambas as relações? Por exemplo, um pai ou mãe está a falar com um filho, ao mesmo tempo que é o administrador de um fundo fiduciário do qual o filho é beneficiário e o proprietário de uma empresa na qual o filho é funcionário. Tenho a certeza de que percebe imediatamente que as questões relacionadas com os limites dentro das famílias do tipo que estamos a discutir são muito difíceis de gerir. Mais adiante neste capítulo, irei abordar uma prática para o ajudar a gerir bem estas situações.

Agora, ao mesmo exemplo, vamos acrescentar o facto de que a maioria de nós não tem nenhuma forma concreta de obter formação para sermos ótimos pais, a não ser a aprendizagem na prática. Não temos cursos a frequentar para nos tornarmos excelentes

beneficiários, porque esses cursos não existem; poucos para nos tornarmos excelentes administradores fiduciários; e nenhum curso para nos tornarmos excelentes proprietários-acionistas de empresas familiares; e poucos para nos tornarmos excelentes gestores de

empresas. Assim, quando somamos a falta de formação que a maioria dos membros de famílias financeiramente abastadas tem sobre como desempenhar com excelência os múltiplos papéis que lhes são exigidos na tomada de decisões financeiras familiares à dificuldade que a maioria dos seres humanos tem em estabelecer limites, deparamo-nos frequentemente com caos ou inércia quando se trata da prática da governação familiar.

A complexidade final para as famílias com capital financeiro significativo na gestão das suas múltiplas relações reside no facto de tão poucos dos seus consultores compreenderem quão verdadeiramente complexos são os seus sistemas de tomada de decisão familiar. A maioria dos consultores provém de profissões em que o estudo da teoria da complexidade, da psicologia e da dinâmica organizacional não são disciplinas obrigatórias e, por isso, o seu conhecimento sobre sistemas familiares provém da sua própria forma de formação no local de trabalho. Isto é uma tragédia para as famílias a quem prestam serviços, uma vez que, sem estes estudos, muito poucos estão preparados para os problemas das relações familiares com que se depararão. A falta desse conhecimento deixa-os despreparados para compreender as questões de limites que eles próprios criam dentro destas redes de relações sempre que criam uma nova entidade para lidar com a propriedade e gestão adequadas do capital financeiro da família. Esta última realidade é frequentemente a gota de água que faz a relação familiar desmoronar-se, uma vez que os membros da família recebem uma nova entidade que compreende um conjunto totalmente novo de relações familiares, sem a formação necessária para compreender os seus papéis e responsabilidades na sua gestão e sem compreender as novas questões de limites que a nova entidade exige que sejam geridas para que possa prosperar.

Então, o que temos, com demasiada frequência, no sistema de governação de uma família? Um conjunto incrivelmente complexo de relações humanas, com pouca ou nenhuma formação dos membros da família sobre como desempenhar os papéis e responsabilidades de cada uma das suas relações dentro do sistema, o que conduz a limites muito mal definidos, com toda a confusão que daí advém, na melhor das hipóteses. Os sistemas familiares com estas deficiências acabam por revelar uma enorme fadiga, à medida que os membros da família tentam tomar as decisões exigidas por cada relação, necessárias para o bem-estar da família. A entropia, sob a forma de um processo de tomada de decisões esgotado nos sistemas de governação destas famílias, está em evidência no seio destas famílias, à medida que exerce a sua influência.

Então, para as famílias nesta situação de incrível complexidade, o que pode a Psicologia fazer para ajudar?

MURRAY BOWEN

Comecemos pelo trabalho seminal de Murray Bowen e pela sua Teoria dos Sistemas Familiares. [1] Murray Bowen foi um psicólogo clínico especializado no trabalho com famílias. Exerceu ativamente a partir de 1940 até à década de 70. Antes dessa época, havia muito poucos psicólogos cuja prática se centrasse quase exclusivamente na família. Bowen percebeu, de forma pioneira, que as famílias eram sistemas. Compreendeu que, ao aplicar as teorias científicas então emergentes — sobre sistemas e sobre complexidade — às relações familiares, poderia determinar como funcionavam as suas complexas redes de relações. Percebeu que, nos casos em que as famílias precisavam de terapia, poderia aplicar ideias dessas

disciplinas para os ajudar a alcançar o bem-estar. Bowen criou então um laboratório para desenvolver as suas ideias. Através de uma série de descobertas, recorrendo a um questionário minucioso a cada membro da família e à observação atenta dos seus comportamentos uns para com os outros, conseguiu desenvolver definições e descrições de muitos comportamentos familiares pouco saudáveis e, posteriormente, apresentar sugestões terapêuticas para a sua melhoria. Embora as suas contribuições para a psicologia e a saúde das famílias e dos seus sistemas de tomada de decisão sejam fundamentais e múltiplas — e devam ser estudadas na íntegra por todos os líderes familiares e pelas suas «pessoas de confiança» —, há uma área do seu trabalho que irei abordar aqui, pois é particularmente útil para alcançar famílias saudáveis. Bowen introduziu o conceito de triangulação na teoria dos sistemas familiares [2]. O que Bowen sugere é que, embora no universo o triângulo seja a forma mais forte, o triângulo nas relações familiares é o mais fraco. Ele percebeu brilhantemente que, se conseguisse identificar a terceira parte no que, de outra forma, parecia ser uma relação entre duas pessoas, e se conseguisse determinar como essa terceira parte interagia para prejudicar a relação entre as outras duas, poderia muitas vezes trabalhar para «desmantelar» o triângulo doentio assim criado. Fê-lo ajudando as duas partes a perceber que a sua relação estava a ser prejudicada pela terceira. Esta nova consciência da «triangulação» mudou para sempre a compreensão dos terapeutas familiares sobre como uma forma de comportamento disfuncional poderia surgir numa família. Esta teoria também ajudou a dar vida à ideia de um sistema «familiar», uma vez que a interação entre três partes é uma das definições de um sistema inicial. Hoje em dia, as ideias de triangulação e de sistemas familiares foram

adotadas nas práticas clínicas de todos os terapeutas familiares, levando a reduções reais do sofrimento em muitas famílias. Além disso, estas ideias espalharam-se por todos os tipos de trabalho relacionado com as relações humanas, uma vez que os triângulos são tão prevalentes em todos os sistemas humanos como o são nos sistemas familiares. Embora muitos leitores possam agora desejar um exemplo de triangulação, optei por não apresentar nenhum. Tomei esta decisão principalmente porque um exemplo de um caso em que a terapia fosse necessária poderia ser mal interpretado por um leitor, cuja situação parecesse semelhante ao caso discutido, como se isso o definisse de alguma forma como doente, quando apenas um clínico pode fazer tal diagnóstico. Espero, em vez disso, que o
conceito de triangulação seja tão poderoso que consiga pensar em exemplos imediatos na sua casa, no seu trabalho, nas suas atividades de caridade e cívicas, ou nas suas organizações desportivas, e que a sua própria experiência de «triangulação» lhe ofereça todos os exemplos de que necessita para o compreender.

Encarar a vossa família como um sistema complexo de relações humanas e, em seguida, recorrer aos conhecimentos sobre o sistema familiar acima mencionados e adaptar essa sabedoria à vossa família irá ajudar significativamente no processo de tomada de decisão conjunta da vossa família. Irá ajudar-vos a compreender em que consiste o vosso sistema familiar, como as relações no seu seio funcionam na realidade e, com esses elementos constitutivos, como funciona o seu processo de tomada de decisão.

---

1. Para quem desejar aprofundar-se na teoria de Bowen, os livros a ler são o seu *Family Theory in Clinical Practice* e *A Failure of Nerve, or, the education to have*, do seu discípulo Edwin

Friedman, «A Failure of Nerve»; ou, ainda, a formação a seguir é estudar no Georgetown Family Center, em Georgetown, DC.

2. Como não sou especialista na obra de Bowen, espero que o meu conhecimento limitado explique adequadamente estas ideias. Nenhum leitor deve basear-se na minha explicação para analisar a sua própria situação, mas sim procurar orientação junto de um profissional qualificado nesta área.

ALIADOS, AMIGOS, OUTROS — UM SISTEMA DE CLASSIFICAÇÃO DE RELAÇÕES

Uma segunda área em que a Psicologia me proporcionou uma ferramenta útil para ajudar as famílias é um sistema que aprendi para classificar diferentes relações quando estamos prestes a tomar decisões. Este processo questiona-nos, à medida que entramos nos nossos próprios sistemas de tomada de decisão intrafamiliar, ou quando entramos num processo semelhante com outra família ou sistema social, quem são os nossos «aliados», quem são os nossos «amigos» e quem são os «outros».

Perceberá imediatamente que não há inimigos a serem rotulados neste processo. Porquê? Porque, ao longo dos muitos, muitos anos da jornada de uma família, aqueles que hoje podem parecer inimigos podem muito bem ser os nossos aliados amanhã. Para uma família de afinidade que toma uma decisão intrafamiliar — para que a decisão seja positiva até à sétima geração —, todos os indivíduos e membros da família têm de sair a ganhar. Assim, não pode haver inimigos numa família de afinidade. Podemos dialogar e discordar — isso é útil para uma boa tomada de decisões, para garantir que todos os argumentos sejam colocados em cima da mesa —, mas ter inimigos na família? Não, isso não é uma possibilidade para uma família de afinidade, se esta quiser ser bem-sucedida.

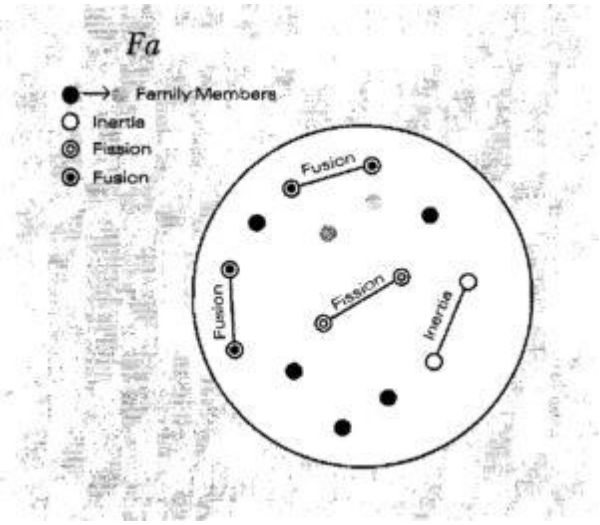
Este sistema oferece uma ferramenta muito útil para o processo de boa tomada de decisões, ajudando-nos a ver os diferentes pontos de vista que provavelmente serão apresentados quando uma decisão for tomada. Ajuda-nos a definir todos os que participarão no processo de tomada de decisões, categorizando aqueles que provavelmente não serão a favor da nossa posição como «outros», aqueles que são neutros como «amigos» e aqueles que, como «aliados», provavelmente concordarão com a nossa posição. Munidos deste conhecimento sobre as prováveis perspetivas de todos os participantes no processo, devemos ser capazes de identificar aqueles que têm mais probabilidades de nos ajudar a alcançar o resultado que procuramos. Além disso, na minha experiência, o processo revela frequentemente «amigos» que não sabíamos que tínhamos e que se tornam «aliados», e exige que valorizemos plenamente as perspetivas dos «outros» que poderão vir a tornar-se «amigos». Analisar profundamente os pontos de vista de cada um dos decisores melhora a nossa capacidade de determinar onde é provável que surja um consenso, ao mesmo tempo que nos ajuda a questionar-nos se os nossos argumentos e os dos nossos aliados são realmente os melhores para toda a família, ou se existem argumentos melhores apresentados pelos «amigos» ou, possivelmente, pelos «outros». Como referi no meu livro «Family Wealth»[3], ao abordar as regras para as reuniões familiares, ouvir de forma afirmativa, expressar a nossa verdade sem receio de culpa ou julgamento e não nos comprometermos antecipadamente com resultados são ferramentas fundamentais para que as famílias alcancem uma tomada de decisão bem-sucedida. Preparar-se para as reuniões utilizando o processo dos aliados, amigos e outros não só aguça o nosso sentido de onde reside uma boa decisão, como também nos ajuda a preparar-nos para participar no diálogo da tomada de decisões na reunião, de uma forma que irá reforçar a nossa

capacidade de utilizar estas outras três técnicas de reunião para alcançar as melhores decisões possíveis para o bem-estar das nossas famílias e para o seu futuro.

ILUSTRANDO O SISTEMA FAMILIAR

Uma terceira técnica que utilizo para ajudar as famílias que enfrentam a tomada de uma decisão importante combina psicologia, teoria da complexidade e a minha visão de que as famílias passam por transições e não por transações.

Eis como funciona. Ilustro o «sistema» de uma família da seguinte forma



* Nota

Com esta imagem de uma família e do seu sistema em mente, aplico-a a cada família com quem trabalho à medida que entro no seu sistema. O meu primeiro passo, começando com um círculo vazio, é trazer à minha consciência o nome de cada pessoa da família e, em seguida, colocar um ponto com o nome dessa pessoa no interior do círculo. Desta forma, vou trazendo gradualmente toda a família que existe dentro do círculo para a minha consciência. Em segundo lugar, imagino as ligações entre os pontos e a intensidade com que o princípio da

fusão está a atuar nas relações humanas representadas por essas ligações. Em terceiro lugar, atribuo aos nomes e às relações os títulos específicos que descrevem os papéis que os vários membros da família irão desempenhar na decisão da questão que se coloca à família. Por exemplo, se se tratar de uma decisão relativa a um fundo fiduciário, quem são os beneficiários e quem são os administradores dentro do círculo que serão afetados pela decisão? [4] Em quarto lugar, considero se alguém nos dois círculos exteriores participará no processo de tomada de decisão e com quem se relacionará. Em quinto lugar, considero em que transições a família se encontra e como a decisão a tomar se integrará nessas transições da forma mais suave e evolutiva possível.

Em sexto lugar, e por fim, faço uma lista dos membros da família que serão mais afetados pela decisão e pergunto-me: dos três ou quatro objetivos que cada pessoa possa ter em relação ao resultado da decisão, qual desses objetivos é provável que seja a maior prioridade para essa pessoa. [5] Tento entrar na psique desses membros da família para ajudar a compreender qual será provavelmente a sua posição em relação à decisão, procurando perceber o que é mais provável que cada um deseje ganhar pessoalmente com o resultado dessa decisão. Ao partir do macro, do âmbito global do sistema familiar, passando para as suas relações, incluindo depois as suas transições e, finalmente, as aspirações daqueles que integram o sistema, obtenho uma visão profunda sobre como o seu sistema pode funcionar da melhor forma para alcançar o resultado ideal para o

bem-estar da família no que diz respeito à decisão específica em causa. É claro que este conhecimento é inútil, a menos que eu o consiga comunicar aos mais velhos da família e os ajude a aprender e a aplicar essa técnica à família que lideram. Considero que isto não é difícil, uma vez que o melhor resultado para a

família sugerido pelo meu processo costuma coincidir com a resposta intuitiva a que os mais velhos chegaram por si próprios — é por isso que são os mais velhos.

---

3. «Património Familiar: Mantê-lo na Família»
4. Note-se que os administradores são sempre membros da família por afinidade dentro do círculo, independentemente de
5. os objetivos, por exemplo, possam ser ligados ao ego, à autoestima, a um objetivo financeiro pessoal, ao estatuto na família e ao estatuto fora da família.

SISTEMAS PSICOLÓGICOS QUE POTENCIALIZAM O DESENVOLVIMENTO HUMANO

Passo agora das questões sistémicas da Psicologia para as questões sobre as quais a Psicologia oferece sabedoria para acelerar as jornadas individuais rumo à felicidade de cada membro da família. Comecemos pelos gigantes da Psicologia moderna que dedicaram as suas mentes e espíritos à questão das fases de desenvolvimento da vida de um ser humano. No entanto, antes de começarmos, vamos prestar uma homenagem aos seus antecessores, os sábios hindus e budistas e os filósofos gregos, em particular Aristóteles, cujo trabalho sobre as fases da vida abordei noutros escritos, nomeadamente no meu livro «Família» [6]. Menciono-os aqui na esperança de que, à medida que o leitor percorre esta secção, se lembre de que, para compreender a fundo tudo o que foi dito sobre a questão do

desenvolvimento integral da mente, do corpo e do espírito de um ser humano individual, há muito a aprender com o pensamento oriental e ocidental, tanto antigo como moderno.

Os psicólogos modernos cujos trabalhos mais me influenciaram são Carl Jung, Jean Piaget, Erik Erikson, Daniel Levinson, Jeffrey Jansen Arnett, Alexandra Robbins e Abby Wilner, James Hollis, Abraham Maslow, Helen L. Bee, James Hillman, Alan Jones e John O'Neil. Apresentarei a seguir as obras de cada um destes autores que recomendo como leitura para descobrir as suas brilhantes perspetivas sobre as fases de desenvolvimento da mente e do espírito de um ser humano [7]

Carl Jung: *«Memórias, Sonhos, Reflexões»; «Psicologia e o Oriente»; «Os Arquétipos» e «O Inconsciente Coletivo»*

Jean Piaget e Barbel Inhelder, **A Psicologia da Criança**

Erik Erikson, **A Infância e a Sociedade*, *Identidade e Ciclo de Vida* e *O Ciclo de Vida Concluído**.

Jeffrey Jansen Arnett, **A Adultez Emergente**,

de Alexandra Robbins e Abby Wilner, *«A Crise dos 25 Anos»;* de Daniel Levinson, *«As Estações da Vida de um Homem» e «As Estações da Vida de uma Mulher»;*

De James Hollis, **A Passagem do Meio*, da Miséria ao Significado na Meia-Idade* e **Criar uma Vida, Encontrar o Teu Caminho Individual**

Abraham Maslow, *«Rumo a uma Psicologia do Ser»*

Helen L. Bee, **A Jornada da Idade Adulta**

James Hillman, **The Force of Character** (Este é o livro sobre a

terceira fase da vida. A metáfora de Hillman de que as rugas nos nossos rostos são as histórias do desenvolvimento dos nossos caracteres é belíssima.)

De Alan Jones e John O'Neil, **Seasons of a Man's Grace**

Uma vez que considero que não seria útil para o leitor descrever detalhadamente a obra de cada um destes autores, limitarei-me aqui a resumir os trabalhos de Abraham Maslow e Erik Erikson. Abordarei uma secção específica das obras de Carl Jung e James Hollis noutra secção mais adiante.

---

6 «Família; o Pacto entre Gerações»

7 Deixo as fases de desenvolvimento do corpo aos estudantes de biologia, exceto na medida em que sejam um reflexo do crescimento ou da deterioração da mente e do espírito de cada um. Esta última fase de deterioração é abordada por alguns destes autores e define a quarta fase da vida, segundo a tradição hindu: a dissipação do corpo.

ABRAHAM MASLOW

Abraham Maslow, no seu livro *Toward a Psychology of Being*, postula que os seres humanos passam por vários estágios de desenvolvimento na sua evolução rumo à auto-realização. Maslow postula ainda que um ser humano tem necessidades diferentes em diferentes fases da vida e que, à medida que essas necessidades evoluem das mais básicas para as mais complexas, formam uma hierarquia de necessidades. Eis as palavras de Maslow: [8]

«TOWARD A PSYCHOLOGY OF BEING» – Páginas 199, 200 A satisfação das necessidades básicas

A satisfação destas necessidades é, com demasiada frequência, interpretada como significando objetos, coisas, bens, dinheiro, roupa, automóveis e similares. Mas estes, por si só, não satisfazem as necessidades básicas que, depois de satisfeitas as necessidades corporais, se referem a: (1) proteção, segurança, proteção; (2) pertença, como numa família, numa comunidade, num clã, num grupo, amizade, afeto, amor;

(3) respeito, estima, aprovação, dignidade, autoestima e (4) liberdade para o pleno desenvolvimento dos próprios talentos e capacidades, a auto-realização. Isto parece bastante simples e, no entanto, poucas pessoas em qualquer parte do mundo parecem capazes de assimilar o seu significado. Como as necessidades mais básicas e urgentes são materiais — por exemplo, alimentação, abrigo, vestuário, etc. —, tendem a generalizar isto para uma psicologia da motivação predominantemente materialista, esquecendo-se de que existem também necessidades não materiais superiores que são igualmente «básicas».

Ibid., página 172

É preciso recordar que as motivações básicas fornecem, de forma pré-definida, uma hierarquia de valores que se relacionam entre si como necessidades superiores e inferiores, mais fortes e mais fracas, mais vitais e mais dispensáveis.

Estas necessidades estão organizadas numa hierarquia integrada, em vez de dicotómica; ou seja, assentam umas nas outras. A necessidade superior de realização de talentos especiais, digamos, assenta na satisfação contínua das necessidades de segurança, por exemplo, que não desaparecem mesmo num estado inativo. (Por inativo, refiro-me à sensação de fome após uma boa refeição.)

Ibid., página 17, 3

Portanto, estas escolhas de valores saudavelmente regressivas devem ser consideradas como «normais», naturais, saudáveis, instintivas, etc., tal como os chamados «valores superiores». É também claro que se encontram numa relação dialética ou dinâmica entre si (ou, como prefiro dizer, estão hierarquicamente integradas, em vez de dicotómicas). E, finalmente, temos de lidar com o facto claro e descritivo de que as necessidades e os valores inferiores prevalecem sobre os superiores na maioria das vezes para a maior parte da população, ou seja, que exercem uma forte atração regressiva. É apenas nos indivíduos mais saudáveis, mais maduros e mais evoluídos que os valores superiores são escolhidos e preferidos de forma consistente com maior frequência (e isso apenas em circunstâncias de vida boas ou razoavelmente boas). E isto provavelmente é verdade em grande parte devido à base sólida de necessidades inferiores satisfeitas que, devido à sua dormência e inatividade resultantes da satisfação, não exercem uma força regressiva para trás (e é igualmente óbvio que esta suposição de satisfação das necessidades pressupõe um mundo bastante bom).

Uma forma antiquada de resumir isto é dizer que a natureza superior do homem assenta na sua natureza inferior, necessitando dela como fundamento e desmoronando-se sem esse fundamento. Ou seja, para a maioria da humanidade, a natureza superior do homem é inconcebível sem uma natureza inferior satisfeita como base. A melhor forma de desenvolver esta natureza superior é, em primeiro lugar, satisfazer e gratificar a natureza inferior. Além disso, a natureza superior do homem assenta
também na existência de um ambiente bom ou razoavelmente bom, tanto no presente como no passado.

Maslow prossegue explicando a natureza do crescimento de um ser humano até ao estágio mais elevado do seu desenvolvimento, a auto-realização — um processo que ele

define como a passagem de «Tornar-se» para «Ser» e quais são as características do estágio de auto-realização.

AUTORREALIZAÇÃO: CRESCIMENTO Ibid. Página 155

Publiquei noutro local uma análise de todas as evidências que nos levam na direção de um conceito de crescimento saudável ou de tendências de auto-realização .....Trata-se, em parte, de evidência dedutiva no

sentido de que, a menos que postulemos tal conceito, grande parte do comportamento humano não faz sentido. Trata-se do mesmo princípio científico que levou à descoberta de um planeta até então invisível, que tinha de existir para dar sentido a muitos outros dados observados.

Existem também algumas evidências clínicas e personológicas diretas, bem como uma quantidade crescente de dados de testes que sustentam esta convicção… Podemos certamente afirmar agora que foi apresentada, pelo menos, uma argumentação razoável, teórica e empírica a favor da presença, no ser humano, de uma tendência para, ou necessidade de, crescer numa direção que pode ser resumida, em termos gerais, como auto-realização ou saúde psicológica e, especificamente, como crescimento em direção a cada um e a todos os subaspetos da auto-realização, ou seja, ele possui em si uma pressão no sentido da unidade da personalidade, da expressividade espontânea, da plena individualidade e identidade, de enxergar a verdade em vez de ficar cego, de ser criativo, de ser bom e muito mais. Ou seja, o ser humano está construído de tal forma que se esforça por alcançar um ser cada vez mais pleno, o que significa esforçar-se por alcançar aquilo a que a maioria das pessoas chamaria de bons valores: serenidade, bondade, coragem, honestidade, amor, altruísmo e bondade.

Ibid., página VI

Um termo muito melhor é «auto-realização», tal como o tenho utilizado. Este termo enfatiza a «plena humanidade», o desenvolvimento da natureza do homem com base biológica e, por isso, é (empiricamente) normativo para toda a espécie, em vez de se aplicar a épocas e locais específicos; ou seja, é menos relativo do ponto de vista cultural. Está em conformidade com o destino biológico, em vez de com modelos de valores historicamente arbitrários e culturalmente locais, como frequentemente acontece com os termos «saúde» e «doença». Possui também conteúdo empírico e significado operacional.

No entanto, além de ser desajeitado do ponto de vista literário, este termo revelou ter as deficiências imprevistas de parecer a) sugerir egoísmo em vez de altruísmo, b) menosprezar o aspeto do dever e da dedicação às tarefas da vida, c) negligenciar os laços com outras pessoas e com a sociedade, bem como a dependência da realização individual em relação a um «bom sociedade», d) negligenciar o caráter exigente da realidade não humana, bem como o seu fascínio e interesse intrínsecos, e) negligenciar a ausência de ego e a autotranscendência, e f) enfatizar, por implicação, a atividade em detrimento da passividade ou da recetividade. Isto acabou por acontecer apesar dos meus esforços cuidadosos para descrever o facto empírico de que as pessoas que se auto-realizam são altruístas, dedicadas, autotranscendentes, sociais, etc.

Ibid., página 210

36. A auto-realização não significa uma transcendência de todos os problemas humanos. Conflito, ansiedade, frustração, tristeza, mágoa e culpa podem ser encontrados em seres humanos saudáveis. Em geral, o movimento, com o aumento da maturidade, vai dos pseudo-problemas neuróticos para os problemas reais,

inevitáveis e existenciais, inerentes à natureza do homem (mesmo no seu melhor) que vive num determinado tipo de mundo. Mesmo que não seja neurótico, pode sentir-se perturbado por uma culpa real, desejável e necessária, em vez de uma culpa neurótica (que não é desejável nem necessária), por uma consciência intrínseca (em vez do superego freudiano). Mesmo que tenha transcendido os problemas do Devir, permanecem os problemas do Ser. Não se sentir perturbado quando se deveria estar perturbado pode ser um sinal de doença. Por vezes, as pessoas presunçosas têm de ser assustadas «até recuperarem o juízo».

Ibid., página 157

Entre as características objetivamente descrevíveis e mensuráveis do indivíduo humano saudável encontram-se:

1. Uma perceção mais clara e eficiente da realidade.
2. Maior abertura à experiência.
3. Maior integração, plenitude e unidade da pessoa. 4. Maior espontaneidade, expressividade; pleno funcionamento; vitalidade.
5. Um «eu» autêntico; uma identidade firme; autonomia e singularidade.
6. Maior objetividade, distanciamento e transcendência do eu.
7. Recuperação da criatividade.
8. Capacidade de conciliar o concreto e o abstrato.
9. Estrutura de caráter democrática.
10. Capacidade de amar,

etc. Ibid., página 157

Além disso, existem confirmações ou reforços subjetivos da auto-realização ou de um bom desenvolvimento nesse sentido. Trata-se dos sentimentos de

entusiasmo pela vida, de felicidade ou euforia, de serenidade, de alegria, de tranquilidade, de responsabilidade, de confiança na própria capacidade de lidar com o stress, as ansiedades e os problemas. Os sinais subjetivos de auto-traição, de fixação, de regressão e de viver movido pelo medo em vez de pelo crescimento são sentimentos como ansiedade, desespero, tédio, incapacidade de desfrutar, culpa intrínseca, vergonha intrínseca, falta de rumo, sensação de vazio, de falta de identidade, etc.

10. ibid., página 194

Esta natureza interior, tanto quanto sabemos até agora, não é, definitivamente, principalmente «má», mas sim aquilo a que nós, adultos, na nossa cultura, chamamos «bom», ou então é neutra. A forma mais precisa de expressar isto é dizer que é «anterior ao bem e ao mal». Não há grande dúvida quanto a isto se falarmos da natureza interior do bebé e da criança. A afirmação torna-se mais complexa se falarmos do «bebé» tal como ele ainda existe no adulto. Esta conclusão é corroborada por todas as técnicas de revelação e descoberta da verdade que tenham alguma relação com a natureza humana: psicoterapia, ciência objetiva, ciência subjetiva, educação e arte. Por exemplo, a longo prazo, a terapia de descoberta diminui a malícia, o medo, a ganância, etc., e aumenta o amor, a coragem, a criatividade, a bondade,
altruísmo, etc., levando-nos à conclusão de que estes últimos são «mais profundos», mais naturais e mais intrinsecamente humanos do que os primeiros, ou seja, que o que chamamos de comportamento «mau» é atenuado ou eliminado pela descoberta, enquanto o que chamamos de comportamento «bom» é reforçado e fomentado pela descoberta.

Ibid., página 204

25. O crescimento não traz apenas recompensas e prazeres, mas também muitas dores intrínsecas, e assim será sempre. Cada passo em frente é um passo para o desconhecido e pode ser perigoso. Significa também abdicar de algo familiar, bom e satisfatório. Significa frequentemente uma despedida e uma separação, até mesmo uma espécie de morte antes do renascimento, com a consequente nostalgia, medo, solidão e luto. Significa também, muitas vezes, abrir mão de uma vida mais simples, mais fácil e que exige menos esforço, em troca de uma vida mais exigente, mais responsável e mais difícil. O crescimento em frente ocorre apesar destas perdas e, por isso, requer coragem, vontade, escolha e força por parte do indivíduo, bem como proteção, permissão e encorajamento por parte do ambiente, especialmente para a criança.

Perceber como podemos alcançar o nosso eu mais elevado e viver as nossas vidas com as características que Maslow enuncia seria estar verdadeiramente vivo, desperto e a viver com a mente de um principiante. Imaginar cada membro das nossas famílias de afinidade com o seu capital humano e intelectual desenvolvido até este nível é um belo quadro de mentes, corpos e espíritos em transcendência. Esperemos que cada uma das nossas famílias tenha todos os seus membros nesse estado.

---

8 Todas as citações aqui incluídas são retiradas de «Toward A Psychology of Being», segunda edição, de Abraham Maslow, N.Y., Van Nostrand Reinhard, 1982.

ERIK ERIKSON

Erik Erikson, no Capítulo Sete do seu livro *Childhood and Society* (Infância e Sociedade), postula que nós, seres humanos, temos oito fases definidas da vida. Erikson denomina-as as «Oito Idades do Homem». Ele postula que, em cada um dos níveis de desenvolvimento — ou fases — da nossa jornada, existe uma dicotomia de escolhas de desenvolvimento, uma positiva e outra negativa, que define cada fase. Ele também demonstra que, se conseguirmos desenvolver e integrar o aspeto positivo da fase da vida em que nos encontramos e transportá-lo para a fase seguinte, desenvolveremos plenamente as nossas capacidades ao longo da vida. Infelizmente, se formos dominados pelo aspeto negativo — muitas vezes devido a uma crise negativa que ocorre nessa fase do nosso desenvolvimento — e levarmos esse aspeto negativo para a fase seguinte, isso prejudicará gravemente a nossa capacidade de nos desenvolvermos nas fases futuras das nossas vidas. As oito fases e os seus dois aspetos, começando com o recém-nascido e continuando até aos oitenta anos e além, são:

1. Confiança básica vs. Desconfiança básica [9]
2. Autonomia vs. vergonha e dúvida [10]
3. Iniciativa vs. culpa [11]
4. Esforço vs. Inferioridade [12]
5. Identidade vs. confusão de papéis [13]
6. Intimidade vs. isolamento [14]
7. Generatividade vs. estagnação [15]
8. Integridade do ego vs. desespero [16]

Erikson apresenta-nos um modelo de desenvolvimento psicológico e antropológico-cultural para a avaliação do eu e de como esse eu

se expressa na sociedade em cada fase ou «idade» do desenvolvimento da vida de um ser humano. Erikson apresenta-nos a psicologia como uma ferramenta evolutiva que procura definir o que devemos esperar à medida que as nossas mentes e espíritos evoluem ao longo da vida. Na sua sétima fase, desenvolve o conceito de
«generatividade». Esta fase parece estar intimamente correlacionada com a fase mais elevada de auto-realização de Maslow, em que o altruísmo é uma das suas características mais salientes. Tal como já referi em vários textos, nomeadamente em «Família», acredito que nós, seres humanos, possuímos um gene para o altruísmo e, por conseguinte, não somos simplesmente seres genéticos egoístas. Maslow e Erikson, nos seus trabalhos sobre o nosso desenvolvimento psicológico, concordam claramente e indicam que os seus estudos sobre os membros mais plenamente individualizados e auto-realizados da nossa espécie expressam esta qualidade como uma característica definidora. Não me surpreende que todas as tradições religiosas cheguem praticamente à mesma conclusão ao definirem para os seus membros o desenvolvimento espiritual mais elevado a que podem aspirar. Para mim, isto é representado no budismo pelo Bodhisattva, que simboliza, enquanto ser humano plenamente evoluído, a compaixão pura, ao procurar ajudar todos os seres sencientes a pôr fim ao seu sofrimento. É um pensamento que me enche de alegria que os nossos maiores mestres espirituais do passado e os nossos maiores pensadores modernos sobre o desenvolvimento da humanidade atual concordem sobre a forma como nós, homo sapiens, expressamos os nossos estágios mais elevados de ser humano. [1
7] Concordam que procuramos tornar-nos altruístas para expressar, através do amor e da alegria que dele decorre, o nosso desejo de ajudar os outros e que, ao fazê-lo, ajudamos a nós próprios a alcançar a felicidade.

CRISES DA MEIA-IDADE – Passemos agora da felicidade da plena auto-realização e da generatividade para a questão da crise da meia-idade, a sua realidade e as suas possibilidades de desenvolvimento para a verdadeira felicidade humana na segunda metade da vida.

PESSOAL – Em «Riqueza Familiar» e em «Família», abordei a minha crise de meia-idade e aprofundei a sua contribuição para a segunda fase da utilidade da minha vida, no sentido de melhor servir os outros, bem como a sua contribuição para o meu bem-estar mental, físico e espiritual. Também iniciei a parte autobiográfica de «Família» com a descrição que Dante faz da crise de meia-idade como «encontrar-se, na meia-idade, numa floresta escura, sem ter para onde ir», porque descrevia na perfeição a forma como vivi o início da minha crise de meia-idade. Conforme discutido, o grande poema de Dante narra a viagem do seu espírito desde as profundezas do desespero total, exemplificado pela «floresta escura», passando pela purificação do seu antigo eu para alcançar o vazio necessário para receber o novo conhecimento indispensável à próxima fase do desenvolvimento do seu espírito e, finalmente, a felicidade de alcançar um eu recém-despertado. Tais são os esforços e as tarefas da crise da meia-idade e tal é a sua promessa. Acredito que a descrição de Maslow sobre o processo de crescimento, referida anteriormente, constitui uma elucidação moderna deste processo e do seu resultado. Acredito que tanto ele como Dante estão a descrever um processo que corresponde ao caminho e ao propósito do ritual para efetuar as nossas passagens pelas transições da vida. Este é o caminho que todos os rituais seguem: o distanciamento psicológico de uma fase da vida que, quando concluído, oferece uma abertura para recebermos e incorporarmos a nova informação de que necessitaremos para a próxima fase da vida.

para a vivermos plenamente e, depois, regressarmos ao curso das nossas vidas com essa informação totalmente integrada, para a utilizarmos ao viver a próxima fase das nossas vidas.

Embora provavelmente nenhum de nós anseie pela limpeza profunda que uma crise de meia-idade implica, fica claro, a partir do trabalho destes grandes homens e de muitos outros, que, para o nosso desenvolvimento mais pleno, devemos aceitar os seus desafios em prol do nosso bem-estar.

---

9 Páginas 147-251

10 Páginas 251-254

11 Páginas 251-254

12 Páginas 258-261

13 Páginas 261-163

14 Páginas 263-266

15 Páginas 266-268

16 Páginas 268-269

17 Para os anciãos sábios que se interessam pela forma como a sétima fase de Erikson se pode manifestar nas suas vidas e na sociedade em geral, existe um notável conjunto de ensaios sobre este tema incluído num livro intitulado **The Generative Society**, editado por Ed de St Aubin, Dan P. McAdams e Tae-Chong Kim. Quem nos dera que todos pudéssemos viver num mundo assente nas características da sétima fase da vida de Erikson!

CARL JUNG

Passo agora à obra de dois autores: Carl Jung e a sua discípula, Gail Sheehey. Considero a obra de Jung o esforço moderno mais profundo para descrever o processo de desenvolvimento humano e a explicação de Sheehey sobre a obra de Jung o meio de a tornar acessível a um leitor leigo de uma forma notavelmente simples[18].

Comecemos por Carl Jung [19]. Jung adverte-nos de que, na meia-idade, os homens serão chamados a confrontar o seu lado feminino oculto, a sua «anima», e as mulheres a confrontar o seu lado masculino oculto, o seu «animus». Jung sugere que estes são os momentos mais importantes de possibilidade para o nosso desenvolvimento pessoal. Se as crises que estes confrontos normalmente geram forem acolhidas de braços abertos e se o trabalho de integração dos
nossos lados sombrios for bem-feita, então, na segunda metade das nossas vidas, alcançaremos o mais elevado desenvolvimento de nós próprios e os altos níveis de felicidade que daí podem resultar. Nesta explicação moderna dos dois lados do nosso ser humano — o masculino e o feminino — e da necessidade da sua integração, descobrimos o caminho para nos tornarmos um ser humano completo. Concordo plenamente com Jung, com base na minha própria experiência de vida, que este é o trabalho mais crucial que realizamos. Se ignorarmos este trabalho, reprimindo as crises que nos surgem no final dos nossos 40 anos, perdemos a aprendizagem mais profunda sobre quem somos e a felicidade que nos advém dessa consciência. Como tenho vindo a referir ao longo deste livro, a exortação de Sócrates «Conhece-te a ti mesmo» é a tarefa da nossa jornada individual e é neste trabalho que temos mais probabilidades de nos descobrirmos plenamente.

Aceitar as crises quando estas surgem, mergulhar profundamente no eu e na psique para descobrir os seus dons e, depois, regressar com a nova compreensão de nós próprios que adquirimos é a história clássica que tantas famosas jornadas míticas de desenvolvimento do espírito nos relatam. Jung foi profundamente influenciado por estes mitos, tanto orientais como ocidentais, e pelos seus estudos sobre as jornadas ao eu inconsciente. Ele percebeu que estes mitos narravam precisamente os caminhos para a plenitude mais necessários ao nosso bem-estar mais profundo. A viagem interior para descobrir plenamente o eu é a tarefa de cada ser humano. O momento ideal para essa viagem surge quando nos encontramos na meia-idade, numa floresta escura, sem ter para onde ir.
Outro aspeto do trabalho de Carl Jung que decorre da crise da meia-idade associa-a aos ensinamentos espirituais do budismo e do judaísmo sobre o que o espírito masculino e o espírito feminino devem procurar alcançar como as suas vocações mais elevadas.
O budismo e o judaísmo ensinam que a perfeição do espírito masculino reside em tornar-se pura compaixão e a do espírito feminino, pura sabedoria.
Os leitores ocidentais sentirão rapidamente que isto é, de alguma forma, muito estranho, uma vez que a visão ocidental geral é a de que os homens são definidos como sábios e as mulheres como compassivas. Sim, esta visão está correta no que diz respeito à forma como o Ocidente definiu a plena realização do desenvolvimento. No entanto, como agora se pode ver, grande parte da tradição de sabedoria mundial discorda.
Como é que Jung entra nesta discussão? Jung defende que o homem que integrou plenamente o seu lado feminino procura, na segunda fase da vida, aprender e integrar a compaixão, primeiro por si próprio

e, em seguida, para todos os outros com quem mantém uma relação. A mulher que integrou plenamente o seu lado masculino avança, na segunda fase da vida, para procurar a sua vocação e a compreensão de quem é através do trabalho, e para ser uma guerreira pela paz. Ela torna-se sabedoria à medida que integra plenamente todas as partes de si mesma nesse processo.

Jung sabia que os gregos representavam Atena como a deusa da sabedoria, que os judeus representavam a energia feminina como Sophia (Sabedoria) e que os budistas, nas suas tankas, representavam a energia feminina como sabedoria e a energia masculina como compaixão, ao mostrarem a união das duas energias para formar um todo.

Talvez ao observar como as tradições de sabedoria compreendiam o desenvolvimento mais elevado das nossas naturezas, e ao combinar as suas perspetivas com o que os seus próprios estudos revelavam, Jung tenha chegado à conclusão de que a definição da segunda fase do trabalho dos homens residia numa relação que conduzia à compaixão, enquanto a das mulheres residia no trabalho como vocação que conduzia à sabedoria. Ambas são os opostos das suas jornadas nas primeiras fases das suas vidas.

Tal como acontece com tantas outras ideias nesta Reflexão, trata-se de um pensamento antigo sobre a condição humana, tal como ela realmente é, baseado nas observações de pessoas perspicazes ao longo de milhares de anos sobre a forma como nós, seres humanos, nos comportamos e no que nos tornamos quando alcançamos o nosso eu mais elevado.

Pessoalmente, considero que a ideia de que o meu trabalho nesta fase da minha vida consiste em aprender a ser plenamente compassiva é exatamente aquilo que o meu coração anseia. Também considero que as mulheres que mais respeito (em particular a Jacqueline) são aquelas que possuem verdadeira sabedoria.

---

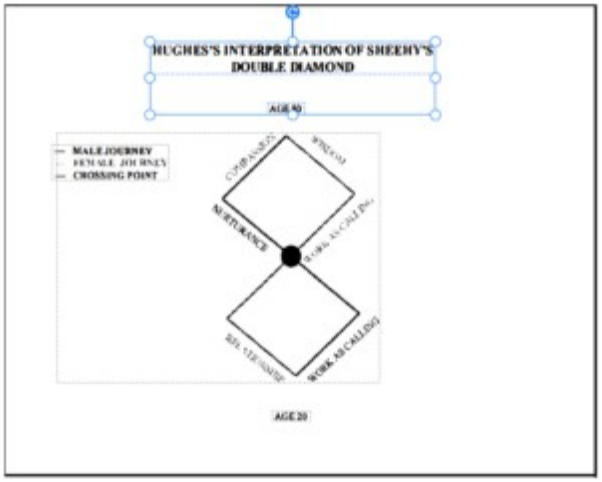
18 Gail Sheehy, *Passages* e *New Passages*

19 Nota da autora: Quase toda a psicologia moderna baseia-se no trabalho de Jung. Jung foi o maior aluno de Sigmund Freud até se separar dele. Jung passou a refutar grande parte do trabalho de Freud e a desenvolver a sua própria filosofia e prática sobre o funcionamento da mente e do inconsciente. Os livros de Jung que mencionei oferecem uma porta de entrada para o seu trabalho, para quem desejar aprofundar-se no assunto.

GAIL SHEEHY

Gail Sheehy, discípula de Jung, nos seus livros «Passages» e «New Passages», conduz-nos através de cada uma das fases da nossa vida e das questões que estas levantam, tal como a maioria de nós as percebe e caracteriza. A síntese que Sheehy faz das entrevistas exaustivas que realizou com muitas pessoas, com o objetivo de definir a natureza de cada fase, ajuda cada um de nós a compreender cada fase e os comportamentos que a caracterizam, de uma forma muito suave e acessível. Para os leitores que procuram uma compreensão não académica das razões pelas quais parecem sentir-se e agir de forma diferente nas várias fases das suas vidas, os livros de Sheehy são a porta de entrada para verdades antropológicas e de desenvolvimento que explicam esses sentimentos e a razão pela qual agimos como agimos, quer estejamos na adolescência ou na casa dos oitenta.

Há um aspeto do trabalho de Sheehy que gostaria de trazer para a nossa discussão sobre a crise da meia-idade. Em «Passages», Sheehy apresenta um quadro extremamente útil.



Repararão que, no losango inferior, a jornada masculina é definida como a jornada do trabalho como vocação e a jornada feminina como a jornada das relações. Também notarão que, no topo do losango inferior, as linhas masculina e feminina se cruzam e, em seguida, continuam a fluir para o que defino como o losango superior, mas agora com a jornada masculina a ser a dos relacionamentos e a feminina a do trabalho como vocação. Nesta bela imagem, Sheehy ilustra a grande observação de Jung sobre a jornada do homem na primeira e na segunda fases da vida e a jornada recíproca da mulher nas suas primeira e segunda fases da vida. O ponto de primeira intersecção é onde ocorre a crise da meia-idade, à medida que o homem e a mulher avançam, cada um, para a integração dos seus lados sombrios feminino e masculino e para as jornadas que se seguem. Ocorre-me também que, se ambas as partes chegassem aos 80 anos e se reunissem no topo do que acredito que formaria um diamante superior como segunda intersecção, que histórias teriam para partilhar sobre as suas jornadas de vida rumo à plenitude: uma de compaixão e outra de sabedoria.

Eis um exemplo do que Jung e Sheehy descrevem. Num maravilhoso livrinho de Robert Fisher, *«O Cavaleiro de Armadura* Enferrujada»*,*

temos a representação de um homem que começa com uma armadura brilhante, admirado pela sua dama. Um homem cuja armadura, na meia-idade, fica enferrujada aos olhos da sua dama, à medida que ela passa do lado do relacionamento para a integração do seu lado masculino no trabalho e, finalmente, para a armadura dele voltar a estar em bom estado, quando ambos se reconectam com o trabalho individual que realizaram. Aposto que muitos leitores estão a dizer: «Uau, já percorri esta jornada na minha vida com o meu grande amor; só gostaria que ele ou ela me tivesse oferecido este livro.»
Fui incrivelmente abençoado pelo amor da segunda fase da minha vida, que me ofereceu este livro com o amor e o carinho que advêm de ela ter percorrido o seu próprio caminho. Isso não significa que não receba listas de «tarefas», que não consiga cumpri-las e que não receba repreensões sobre a minha armadura enferrujada. Mas conseguimos rir disso e é isso que faz toda a diferença. Espero que o «duplo diamante» de Sheehy ofereça a cada um de vós uma porta de entrada para o presente que Jung nos deixou sobre a natureza provável das nossas jornadas psicológicas e para onde estas conduzem os nossos espíritos. Espero que cada um de vós seja despertado por ele.

ROBERT JOHNSON

Como ajuda adicional à nossa compreensão das jornadas junguianas de homens e mulheres, existe uma série de notáveis livros curtos de Robert Johnson, talvez o maior dos discípulos de Jung e um grande psicoterapeuta e humanista. Guardo várias cópias destes livros e ofereço-as a amigos mais jovens, homens e mulheres, que se encontram nas primeiras etapas das suas jornadas. Chamam-se **He** e **Understanding**.

Psicologia Masculina, «Transformação: Compreender os Três Níveis da Consciência Masculina», «Ela: Compreender a Psicologia Feminina», «Nós: Compreender a Psicologia do Amor Romântico», «Trabalho Interior: Utilizar os Sonhos e a Imaginação Ativa para o Crescimento Pessoal» e «Assumir a Própria Sombra: Compreender o Lado Negro da Psique».

ERICH NEUMANN

Outro livro útil sobre este tema é o de Erich Neumann, *«Amor e Psique: O Desenvolvimento Psíquico do Feminino».*

SUSAN PIVER

Por fim, independentemente da idade em que um novo casal se forma, *«As Perguntas Difíceis»*, de Susan Piver, é o livro que ofereço a todos os novos casais. Este livro apresenta, nas perguntas que coloca, todas aquelas que gostaríamos de saber fazer um ao outro. Piver também faz a maravilhosa observação de que as grandes relações não se baseiam no consenso, mas sim na compreensão das filosofias de cada um sobre aquilo em que acreditamos, no mais profundo de nós mesmos, ser verdade, e depois trabalhar em conjunto para encontrar boas respostas às questões mais importantes que se adequem a ambos. Agradeço a um amigo querido por me ter oferecido este livro. Ajudou a Jacquie e a mim, bem como a muitos outros.

AS FASES DA VIDA DA MULHER NA MODERNIDADE

Continuando com o tema das jornadas psicológicas de homens e mulheres, tal como descritas por Jung e Johnson e ilustradas por Sheehy, quero abordar uma questão que constitui uma grande tensão na nossa vida moderna. A questão da armadilha em que as jovens, nas primeiras fases do seu desenvolvimento, se encontram. A armadilha da competição interior entre a carreira, nesta fase da vida, e o papel de parceira de vida e mãe. Para vos dar uma ideia do quanto esta armadilha causa sofrimento nas famílias que acompanho, deixem-me começar por contar uma história. Quando estou com uma família pela primeira vez, peço a cada membro da família que escreva um currículo para partilhar com os restantes membros da família. Não digo à família que vamos fazer este exercício, para que as respostas sejam espontâneas e não ensaiadas. Explico-lhes que não há respostas certas, apenas as suas respostas, e que tudo o que peço é que sejam o mais profundos e abrangentes possível ao refletir sobre as suas respostas. A propósito, os homens escrevem meia página e as mulheres várias páginas.

Talvez John Gray, Deborah Tannen e Harville Hendrix tenham descoberto algo. Eis as perguntas:

(a) Qual era o teu grande sonho quando tinhas 14 ou 15 anos?

(b) O que é que te apaixona verdadeiramente?

(c) O que é que os teus amigos sabem sobre ti que a tua família não sabe?

(d) Se a tua família pudesse dar-te um presente, qual seria?

Embora cada uma destas perguntas revele sempre informações que a maioria dos membros da família desconhecem uns dos outros — especialmente a pergunta sobre o sonho —, a questão que está diretamente relacionada com a armadilha de que estou a falar é a do presente. Em todas as famílias onde há jovens mulheres cujos

são mães com idades entre os 25 e os 45 anos — muitas vezes, mas nem sempre, com carreiras profissionais —, anoto o que pelo menos uma dessas jovens irá pedir. Coloco a resposta virada para baixo à minha frente. Sem exceção, pelo menos uma das jovens confirma a minha previsão. Ela pede um dia só para si, em silêncio. O sofrimento representado por tal pedido é real e profundo. De alguma forma terrível, o percurso de vida das nossas jovens encontra-se num estado de tal caos e frenesi que elas estão a afogar-se psicologicamente no clamor e no movimento constante que as define.

Como é que isto aconteceu? De formas maravilhosas, a revolução feminina da segunda metade do século XX emancipou as nossas mulheres ocidentais, abrindo-lhes muitas novas oportunidades profissionais que antes lhes estavam vedadas e promovendo um clima saudável para que as mulheres prosseguissem estudos e carreiras. Na verdade, acredito que as mudanças resultantes nas percentagens de mulheres que prosseguem estudos conduzirão a uma revolução social no século XXI, à medida que este século testemunha as realizações das mulheres a levá-las aos níveis mais altos de todas as profissões e áreas da atividade humana. Toda esta história merece ser aplaudida. No entanto, tal como na teoria de Heisenberg sobre as «Consequências Inesperadas», a busca da educação e da carreira trouxe consigo uma competição inesperada com a observação de Jung — conforme elucidada por Johnson e Neumann — de que a jornada de uma mulher na primeira fase da sua vida é a jornada das relações. É aqui que reside uma armadilha para as nossas jovens. Por um lado, a revolução feminina exorta-as a «trabalhar» como vocação, enquanto a sua psique as chama para os relacionamentos. Infelizmente,

as vozes que mais veementemente defendem que as mulheres alcancem estatuto através do «trabalho» parecem não ter estudado Jung e os seus discípulos ou, caso o tenham feito, optaram por ignorá-lo. Assim, enfrentamos agora o sofrimento desta armadilha, com as nossas jovens psicologicamente esgotadas pelas suas exigências e a constatarem, com demasiada frequência — como me dizem, incluindo a minha filha, Ellen —, que «não têm tempo, não têm tempo para nada» e «absolutamente nenhum tempo para mim!»
Como podemos ajudar? Pois, se não fizermos nada, colocaremos em risco o sentido de identidade destas jovens, com toda a deterioração do seu ser humano e intelectual que isso implica. Elas estão a clamar por ajuda. Sugiro que o primeiro passo para ajudar seja reconhecer que esta armadilha não é uma questão de estudo de tempo e movimento a resolver, mas sim uma ferida psicológica profunda
que decorre da nossa falta de conhecimento da obra de Jung e dos seus discípulos. Deixem-me apressar-me a dizer que não vos estou a levar à conclusão lógica de que as mulheres não devem prosseguir os estudos até ao nível que desejarem, nem que devam optar pela vida de casada e pela maternidade em detrimento do «trabalho» como vocação. Não é isso!! Em vez disso, peço a todos os membros da família, na tentativa de melhorar o percurso das suas jovens, que compreendam a observação de Jung e se certifiquem de que as suas jovens compreendem o que Jung sugeriu ser o percurso da primeira fase da vida de uma mulher.
Para uma jovem mulher, não ter consciência desta sabedoria profunda é uma tragédia, uma vez que a deixa sem um alicerce fundamental para compreender por que razão se sente como se sente. Com esta informação, ela será capaz de tomar decisões mais bem fundamentadas sobre as escolhas que fará na primeira fase da sua vida e, provavelmente, assim, fazer escolhas que conduzam a uma melhor qualidade de vida. As observações de Jung também podem ser

úteis para ela ao abordar as questões da segunda fase da sua vida. Uma vez que o «trabalho» como vocação é provavelmente parte integrante da segunda fase da vida de uma mulher, ela pode encarar uma carreira nessa fase da vida como algo que, em termos de desenvolvimento, provavelmente lhe será mais adequado do que na primeira fase. Tendo em conta que a esperança de vida da maioria das mulheres provenientes dos escalões económicos mais elevados da sociedade ronda os 90 anos, isto dá-lhe algo em que pensar. Mais uma vez, não estou a fazer qualquer sugestão sobre o que qualquer mulher deva escolher como percurso de vida, nem qualquer homem, aliás. Espero simplesmente que os ensinamentos de Jung sobre como a nossa psique se desenvolve, e as jornadas de desenvolvimento de cada género, sejam conceitos que as famílias possam utilizar na orientação das suas jovens, para que essa armadilha não se feche nas suas vidas, trazendo assim a felicidade que isso irá gerar. A JORNADA DOS HOMENS NAS RELAÇÕES

—

Agora, uma suave continuação sobre as jornadas dos homens. Continuo confuso com o novo termo que os nossos filhos usam para nos informar, a mim e à Jackie, que um novo neto está a caminho: «nós» estamos grávidos. Sim, percebo que sou antiquado ao criticar este termo pela sua falácia biológica. Reconheço que provavelmente seja mais gratificante psicologicamente para o casal que «está» grávidos. No entanto, se Jung estiver certo ao afirmar que as jornadas dos homens na primeira fase da vida giram em torno do «trabalho» — uma vocação que se assemelha às jornadas das mulheres no âmbito das relações — , tenho de assumir que os homens ficam, na melhor das hipóteses, confusos com o termo. Contudo, como homem do século XVIII que lutou para chegar ao

século XX, e que já cumpriu o seu papel de pai, estou ciente de que não tenho de compreender esta vertente do pensamento do século XXI.

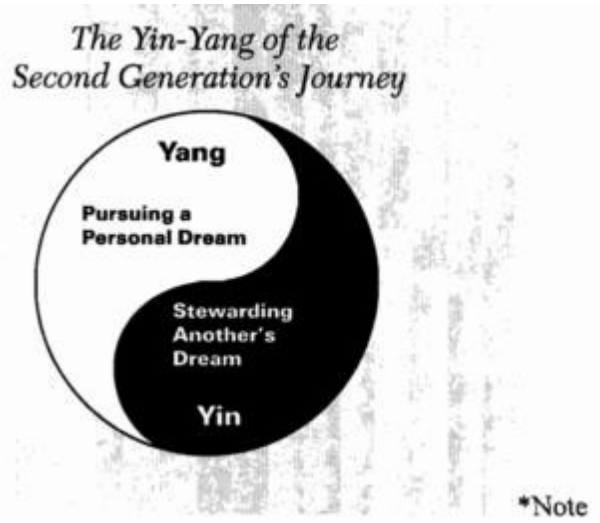
QUESTÕES DE DESENVOLVIMENTO DA SEGUNDA GERAÇÃO

Agora, quero abordar uma questão psicológica fundamental: o estado de espírito e a psique de um membro da segunda geração de uma família financeiramente abastada. Muito se tem escrito sobre a primeira e a terceira gerações dessas famílias, mas, surpreendentemente, muito pouco sobre a segunda. Imagino que isso se deva ao facto de as vidas emocionantes da primeira geração, repletas de criatividade e descobertas, darem frequentemente origem a artigos na «Forbes» ou na «Fortune» e, muitas vezes, a biografias. A terceira geração, por outro lado, enche livros sobre disfunções à medida que se dissipa rumo ao esquecimento familiar. Onde estão os livros sobre a segunda geração? Se existem, ainda não os encontrei. Sim, em livros como «Titan», sobre John D. Rockefeller, Sr., há muito a aprender sobre o seu filho, John D. Rockefeller, Jr., e em livros sobre Henry Ford, sobre o seu filho Edsel. Mas livros que tentem descrever a trajetória e a psique da segunda geração de uma família? Não, esses não existem. Para mim, esta é uma realidade profundamente preocupante, pois acredito que é a segunda geração de uma família que é mais crucial para o seu sucesso a longo prazo. É o seu desempenho que determina se uma família desenvolve um sistema de tomada de decisões conjunta que a levará até à sua quinta geração e além. É nesta geração que os líderes «por trás» são, pela primeira vez,

descobertos e desenvolvidos. É esta geração que deve desenvolver um sistema familiar e a sua governação que possam ser replicados em todas as gerações seguintes, para que nenhuma geração, psicologicamente, se torne a terceira.

YIN/YANG EM EQUILÍBRIO

Gostaria de sugerir que a segunda geração surge com o desafio de integrar com sucesso na sua jornada duas realidades inter-relacionadas, mas vastamente diferentes; por um lado, os seus sonhos individuais e, por outro, a responsabilidade herdada de ser guardiã do sonho de outrem. [20] Muito recentemente, recebi a dádiva de uma forma de ilustrar esta notável jornada da segunda geração; eis a imagem:



Foi no símbolo do Yin/Yang que vi ambos os lados da jornada e da psique de um membro da família da segunda geração. De repente, percebi porque é que a jornada desta geração é tão complexa, uma vez que exige uma jornada dupla: uma escolhida e outra herdada. Uma jornada em que ambos os lados de um deve viver constantemente os seus

lados Yin e Yang, estando ambos sempre ligados e, ao mesmo tempo, sempre separados. Só a profundidade psíquica do símbolo do Yin/Yang expressa plenamente a complexidade da jornada de um membro da segunda geração. Como é que, então, esta realidade — esta unidade de duas consciências interligadas, mas separadas — se poderá expressar de forma saudável, de modo a que um membro da segunda geração da família alcance o mais alto grau de autoconsciência, de liberdade pessoal e de felicidade na sua vida? Em primeiro lugar, que processo é que, frequentemente, não funciona para alcançar a felicidade dos membros da segunda geração? No início das suas vidas adultas, os membros da segunda geração da família enfrentam frequentemente dois dilemas de desenvolvimento psicológico gravemente prejudiciais: (a) os seus pais da primeira geração procurarão que aprendam a gerir o capital financeiro para se tornarem administradores/conservadores daquilo que eles, os pais, criaram de forma tangível como representação dos seus sonhos, excluindo a aprendizagem de qualquer coisa útil para o seu próprio desenvolvimento humano e intelectual e para a realização dos seus próprios sonhos; e (b) os seus pais, enquanto descobridores e criadores extraordinários, procurarão que

que vivam os sonhos dos pais, excluindo os seus próprios sonhos.

[21] Ambos estes dilemas psíquicos, se aceites pelos membros da segunda geração como o seu destino, condenam quase sempre as suas vidas, uma vez que nunca alcançarão a individuacão. Porquê? Porque nunca procurarão dar vida aos seus próprios sonhos. Isto é uma tragédia para uma família, uma vez que conduzirá exatamente à estagnação e à estase que o provérbio descreve no falha no crescimento do capital humano e intelectual da família na sua

segunda geração e, com isso, à entropia que se manifestará plenamente na geração seguinte. Se qualquer uma destas exigências da primeira geração em relação à segunda, ou pior ainda, ambas, dominarem a vida de uma família, o provérbio, na minha experiência, acaba sempre por prevalecer.

---

20. Tenha em atenção que poderá ficar surpreendido com esta realidade, uma vez que talvez nunca tenha considerado a questão da segunda geração desta forma. Talvez isto seja menos surpreendente quando perceber que apenas uma percentagem ínfima da população mundial herda (nasce com esta realidade) um grande capital financeiro e, por isso, não é uma questão de grande importância para os cientistas sociais. É, no entanto, a questão crítica para aqueles de nós que prestam serviços a tais indivíduos.

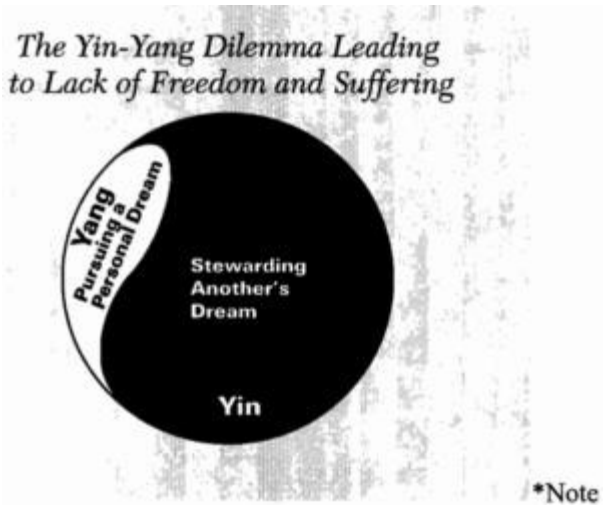
21. A natureza do poder do sonho de um fundador muitas vezes não é plenamente apreciada. Permitam-me apresentar uma perspetiva de quão extraordinariamente poderoso ele é. Perguntemos uns aos outros, entre os quase sete mil milhões de pessoas no planeta, com que frequência, de manhã, dos milhares de milhões de sonhos que sonhámos na noite anterior, algum de nós consegue lembrar-se de pelo menos um sonho da noite anterior? Na verdade, muito poucos de nós. Em seguida, dos poucos que se lembram de tal sonho, quantos conseguiriam lembrar-se desse sonho três dias depois? Muito, muito, muito poucos. Depois, daqueles que conseguem lembrar-se de tal sonho,

para quantos é que esse sonho permanecerá na sua consciência para se tornar uma ideia? Muito, muito, muito, muito poucos. Em seguida, para aqueles para quem tal sonho se torna uma ideia, quantas dessas ideias se concretizam de alguma forma, incluindo, por exemplo, como um empreendimento? Muito, muito, muito, muito, muito poucos. Por fim, dessas ideias que se concretizam, quantas

gerar grandes fortunas financeiras? Um número tão pequeno, entre todos aqueles milhares de milhões de sonhos sonhados todas as noites, que é estatisticamente impossível. Sim, estes são sonhos impossíveis – poderosos na sua impossibilidade – absolutamente fantásticos!!

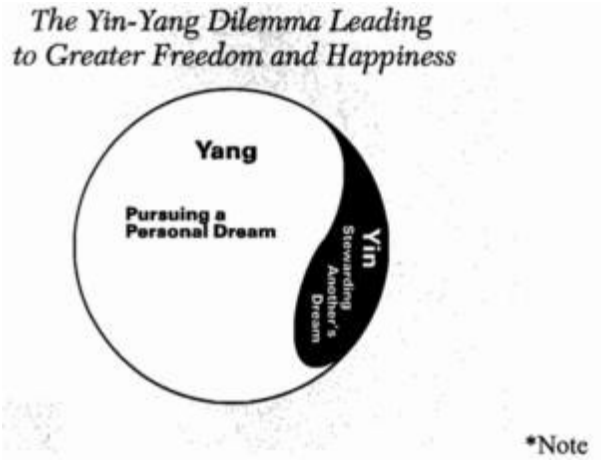
YIN/YANG NO DESENVOLVIMENTO

O que poderá funcionar para alcançar a felicidade dos membros da segunda geração? Acredito que existe uma falácia que precisa de ser esclarecida no pensamento de muitas pessoas que ajudam famílias, baseada nos desejos dos seus clientes da primeira geração, que consiste na definição quase universal dos membros da segunda geração apenas como administradores/conservadores, em vez de, igualmente, como sonhadores individuais com sonhos próprios de descoberta e criatividade. Já ouvi e li muitos clichés proferidos por especialistas em bem-estar familiar sobre a necessidade de cada membro da família ter um sonho e de o sistema familiar estar organizado para apoiar proativamente a realização bem-sucedida de cada um desses sonhos. No entanto, raramente vi esses mesmos especialistas a criarem ativamente sistemas que concretizem esse objetivo. Com demasiada frequência, esses sistemas promovem apenas o desenvolvimento da vertente «Yin» da personalidade dos membros da segunda geração, ou seja, a sua função como administradores/conservadores dos sonhos de outrem.



Este é um caso em que as ações têm de acompanhar as palavras. Ou seja, o sistema familiar deve ser construído de forma a que o lado Yang do sonho pessoal conduza o desenvolvimento interligado dos eus Yin/Yang da segunda geração, até que o sonho de cada indivíduo da segunda geração venha à tona.

Como exemplo de como tal sistema funciona, lembrem-se da minha primeira



pergunta no currículo familiar: qual era o vosso sonho aos 14 ou 15 anos? Este é o tipo de pergunta que diz a uma pessoa que o seu sonho é importante. É a pergunta que a primeira geração precisa de fazer aos seus filhos da segunda geração quando estes têm 14 anos e não quando têm uma

primeira reunião de família aos 70 anos e os seus filhos já na
40 anos. É uma pergunta que deve ser feita pelos tios e tias da segunda geração, pelos seus mentores e pelos seus conselheiros de confiança — os seus conselheiros mais importantes —, tal como discutido no meu livro «Família». Na minha opinião, nunca é demais fazer esta pergunta. Sim, dirão vocês, tudo bem, tem razão, só que a primeira geração está tão absorvida nos seus sonhos que não tem tempo para fazer essa pergunta a mais ninguém. Sim, aí está o problema e o risco que isso representa e prenuncia para a felicidade dos membros da segunda geração. Seja como for, esta pergunta e as muitas que dela decorrem — e que podem conduzir à realização do sonho — são o único antídoto que consigo ver para evitar que a segunda geração cumpra apenas a parte do seu desafio de desenvolvimento que consiste em administrar e preservar o sonho de outrem, com os resultados negativos que tal desfecho tem historicamente pressagiado
para o bem-estar de uma família.

Também me parece que, se um membro da família da segunda geração encontrar o seu sonho e, com o incentivo da família, se tornar aprendiz de um mestre para dar vida a esse sonho de vocação, isso não o impede de ativar o seu lado Yin. Na verdade, parece-me que, com o domínio desse sonho e o domínio de si próprio que daí decorre, surgirá mais tarde na sua vida uma oportunidade natural para iniciar o seu lado Yin, utilizando o mesmo processo de aprendizagem para aprender a ser um gestor/conservador dinâmico do sonho de outra pessoa, talvez até mesmo dos sonhos da próxima geração! [22] No entanto, fazer com que o Yin siga o Yang, de modo a que o processo do Yang não seja sacrificado, creio eu, torna mais provável que ele ou ela alcance o

equilíbrio saudável entre os dois desafios com que nasce na sua vida como pessoa da segunda geração.

Se uma família conseguir que os membros da sua segunda geração dominem os seus aspetos Yin/Yang, para serem sonhadores e herdeiros, acredito que terá promovido o crescimento dos capitais humanos e intelectuais desta geração exatamente da forma mais necessária para que os membros da segunda geração se tornem geradores dinâmicos de todas as formas de capital de uma família. Mais uma vez, para fazer isto bem, o sonhador deve liderar, sendo seguido pelo herdeiro, para que, mais tarde, numa espiral positiva, o herdeiro invista nos novos sonhos da próxima geração. Se este processo for aprendido e praticado na segunda geração e, posteriormente, aplicado de forma consistente em todas as gerações seguintes, acredito que uma família pode evitar a maldição da estagnação na segunda geração descrita pelo provérbio. Da mesma forma, é improvável que qualquer futuro membro da família venha a exibir um comportamento de terceira geração se os atuais membros da segunda geração seguirem as mesmas práticas iniciáticas para a geração que lhes se segue, aqui preconizadas. Espero que agora consigam perceber que cada geração sucessiva enfrenta o mesmo desafio Yin/Yang. As famílias que terão melhor desempenho irão reconhecê-lo, abraçá-lo e geri-lo ativamente, com vista ao maior florescimento da família e de cada um dos seus membros.

---

22 Embora ainda não tenha a certeza, estou a chegar à conclusão de que a gestão dinâmica

gestão dinâmica/conservação do capital financeiro de outrem pode muito bem constituir uma terceira fase do trabalho da vida; a fase em que, do ponto de vista do desenvolvimento, estamos mais

preocupados com o legado. Isto não quer dizer que a literacia financeira não seja uma tarefa crucial de desenvolvimento na segunda fase da vida — porque é. Trata-se, antes, de que a concentração nesta tarefa possa simplesmente ser mais natural na terceira fase da vida.

QUESTÕES PSICOLÓGICAS ESPECÍFICAS

Passarei agora, no restante deste capítulo, a abordar questões psicológicas específicas que observei em famílias e junto dos autores que me informaram sobre as mesmas e sobre as terapias que preferem para as suas resoluções positivas.

DESENVOLVIMENTO DAS CRIANÇAS

Começarei pelo trabalho de uma amiga e colega muito querida, Lee Hausner. Na minha opinião, a Lee está entre os terapeutas familiares e conselheiros psicológicos familiares mais competentes da nossa área. Para além do seu trabalho como terapeuta, é uma excelente educadora familiar. É uma das poucas entre nós capazes de transitar com fluidez do lado negativo do cálculo — onde reside a disfunção familiar — para o ponto zero, onde as famílias têm uma «mente de principiante», e para o lado positivo, onde os sistemas familiares funcionam para ajudar a fazer crescer todos os capitais da família. Embora a Lee seja uma autoridade em muitas das áreas que irei abordar, quero citá-la aqui pelo seu trabalho sobre a educação dos filhos de famílias com riqueza financeira. O seu
livro *«Children of Paradise»,* que acaba de ser lançado numa nova edição, é a bíblia a que todos recorremos para a nossa aprendizagem sobre esta questão. O livro da Lee é um daqueles de que tenho sempre seis exemplares à mão, pois ofereço-o com mais frequência do que

qualquer outro. Embora haja tantas ideias úteis no livro, quero citar duas afirmações que Lee faz e que demonstram o seu profundo amor pelas crianças e pelas suas possibilidades. Ela apela aos pais para que amem os seus filhos de forma inequívoca e pede-lhes que os ajudem a tornarem-se competentes ao nível das suas capacidades individuais, independentemente das de qualquer outra pessoa, especialmente das dos seus pais, que são extremamente bem-sucedidos. Quão verdadeira é a sua mensagem.

A seguir, quero mencionar cinco livros sobre a educação de rapazes e raparigas: *«Raising Cain, Protecting the Emotional Life of Boys»,* de Don Kindlon e Michael Thompson*; «Reviving Ophelia, Saving the Selves of Adolescent Girls»,* de Mary Pipher*; «The Hurried Child, Growing Up too Fast too Soon»,* de Daniel Elkind*; «Family Rules, Raising Responsible Children Without Yelling or Nagging»,* de Kenneth Kaye*;* e o clássico Volume V da série «Children of Crisis», de Robert Cole, *intitulado «Privileged ”*.

O PAPEL ESPECÍFICO DAS MÃES

Vou acrescentar aqui um ditado entre os profissionais: «Só saberás se és uma família quando a tua mãe morrer.» Embora os pais sejam importantes, a minha experiência profissional diz-me que este ditado sobre as mães é frequentemente verdadeiro. As mães são o cimento das nossas ligações; são as nossas contadoras de histórias e as nossas mediadoras. As famílias farão bem em honrar os papéis das suas mães nestas funções essenciais, reconhecendo a necessidade de

formar sucessoras para elas, se quiserem dispor de sistemas capazes de as substituir quando a mãe partir.

PADRASTOS E MADRASTRAS

A seguir, sobre a parentalidade de padrasto e madrasta e as questões relacionadas com ser enteado, um livro extremamente útil sobre este tema é o de Grace Gabe e Jean Lipman-Bluman, *«Step Wars»*.

DESENVOLVIMENTO DAS MULHERES

A seguir, sobre a teoria psicológica do desenvolvimento das mulheres, *«In a Different Voice»*, de Carol Gilligan.

PAIS

A seguir, o novo livro de Mark O'Connells sobre a natureza de ser pai, *«The Good Father, on Masculinity and Life in the Family»*.

DIREITO E DESIGUALDADE FISCAL

A próxima área que pretendo abordar são duas questões significativas na disfunção familiar: a questão dos *direitos adquiridos* e a da *desigualdade* fiscal (quando uma mulher possui maior capital financeiro do que o seu parceiro masculino). Para discussões sobre estes dois tópicos, consulte as minhas «Reflexões» intituladas «The Nature of a Gift» e «Fiscal Unequals», respetivamente, que podem ser encontradas no meu site www.jamesehughes.com.

Para além do acima referido, a obra de Charles J. *Sykes, «The Victimization of America»,* é útil para uma compreensão mais profunda do sentimento de direito e do seu sintoma, a vitimização. O trabalho de Sykes deve ser utilizado na compreensão do perfil psicológico de uma família, especialmente na avaliação do
, uma vez que o sentimento de direito adquirido constitui uma maldição específica dessa geração.

SISTEMAS FAMILIARES NO QUE DIZ RESPEITO ÀS AUSÊNCIAS INDIVIDUAIS DOS MEMBROS DA FAMÍLIA

AUSÊNCIAS

Uma peça muito importante como metáfora da vida familiar é *«À Espera de Godot»,* de Samuel Beckett. Trata-se de uma peça sobre o nada, na qual os atores esperam que alguém chegue para resolver todos os seus dilemas, e essa pessoa nunca chega. Este padrão é uma triste realidade da vida em muitas famílias. Trata-se de famílias que deixam de agir e de crescer enquanto esperam que um membro da família compareça às suas reuniões, um membro da família que não vai aparecer. Muitas vezes, na qualidade de «personne de confiance» de uma família — o seu conselheiro de maior confiança —, tive de aconselhar a família de que a sua tendência para esperar até que todos aqueles que consideram membros da família estejam presentes para agir é errada e irá destruí-los. Porquê? Porque essa pessoa não vai aparecer e, enquanto esperam, a entropia está a corroer a sua energia. A paciência e os convites gentis para que os membros da família, que têm dúvidas sobre se fazem parte de uma determinada família de afinidade, participem numa reunião familiar, constituem um comportamento correto e adequado. Como já

tenho dito tantas vezes, nenhuma família tem recursos humanos suficientes. Da mesma forma, esperar por um membro da família com quem partilhamos apenas a genealogia e a biologia, mas que se juntou à jornada de outra família de afinidade, é desperdiçar a nossa energia num exercício infrutífero. Godot não chega e a peça termina.
Por favor, não deixem que a vossa peça familiar termine à espera de alguém que não vai chegar.

IRMÃOS

A seguir, quero referir o notável livro de Frank Sulloway, *«Born to Rebel»,* que é o melhor estudo científico de que dispomos sobre as relações entre irmãos no seio de uma família e, em particular, sobre o efeito da ordem de nascimento.

A SÍNDROME DO FILHO MAIS VELHO NO CONTEXTO DE UMA EMPRESA

Passemos agora a outra síndrome de disfunção. Trata-se de um sistema familiar em que uma empresa foi criada por um membro masculino da primeira geração da família e em que essa empresa é tratada emocionalmente por ele como o seu filho mais velho. Depois de lerem o maravilhoso livro de Sulloway e compreenderem os comportamentos prováveis dos filhos em função da ordem de nascimento, imaginem um sistema familiar em que o filho mais velho e mais amado não é uma criança humana, mas sim um filho virtual: uma empresa. Mesmo aqueles de vós que não leram o livro de Sulloway quase certamente já formaram opiniões sobre os comportamentos prováveis do primeiro, segundo e terceiro filhos e sobre como cada um deles provavelmente se individualiza e se integra no sistema familiar através desses comportamentos. Agora, juntem

à vossa experiência e conhecimento sobre a ordem de nascimento entre irmãos, perguntando-vos como seria se esses comportamentos fossem dominados por um irmão mais velho não humano, a quem o vosso pai amava mais. Tenho a certeza de que estão a dizer que isso tornaria extremamente difícil a evolução normal de uma família e o desenvolvimento esperado das personalidades adultas dos seus filhos. Seria provavelmente traumático e emocionalmente caótico para todos. Estariam certos. Nesta área, nós, profissionais, reconhecemos esta síndrome e discutimo-la entre nós. O que me surpreende é o quão poucos terapeutas com quem falo aprenderam sobre esta síndrome. Tiveram de a descobrir caso a caso nas suas práticas. Espero que, ao abordar o assunto aqui, ele passe a fazer parte da consciência de todos os terapeutas que ajudam famílias com empresas. Espero também que passe a fazer parte da consciência de todas as famílias da primeira geração com empresas que fundaram. Deixem-me apressar-me a dizer que, embora ainda não tenha visto nenhum caso de uma fundadora de empresa da primeira geração com este problema, o crescimento de tais indivíduos no florescimento da atual revolução social feminina é suscetível de dar origem a um.

A INTERAÇÃO DOS SONHOS DOS PIONEIROS PIONEIROS E DAS GERAÇÕES SEGUINTES E POSTERIORES

A seguir, pretendo discutir o livro de Ivan Lansburg, *«Succeeding Generations».* Neste livro, Lansberg analisa em profundidade o sonho da primeira geração. Como essa geração leva o seu sonho individual da fase de sonho para a fase de ideia e como, à medida que vive o seu sonho e, se a ideia que dele nasce for suficientemente poderosa, surge uma empresa. Ele prossegue explicando, tal como creio ter compreendido, que uma empresa possui uma força vital tão forte que, quando ultrapassa a fronteira entre o sonho e a ideia e passa a tornar-se uma empresa comercial próspera, começa a evoluir organicamente por si própria e torna-se uma forma de vida que os membros da segunda e terceira gerações da família do fundador terão de integrar nas suas vidas.

Uma vez que já abordei, nesta Reflexão, as múltiplas questões que a concretização do sonho de alguém coloca ao bem-estar de uma família, não as repetirei aqui. Em vez disso, apresento a ideia de Lansberg sobre o sonho como forma de ajudar a resolver a «síndrome do negócio como filho mais velho». Caso uma família, ou a sua «pessoa de confiança», se depare com esta síndrome — quer em si própria, quer na família a quem presta serviço —, considero muito útil que a família leia o livro de Lansberg. Sugiro que o façam para compreender a energia extraordinária, o poder e a força que tal sonho representa quando ganha vida como um ser orgânico. Basta lembrar-se de quão poucos sonhos chegam à fase de ideia e de quão poucos crescem a partir daí para nascerem como empreendimentos — capazes, por sua vez, de florescer —, para perceber quão invulgarmente enérgico tal sonho deve ser. Se os membros da segunda geração dessa família conseguirem visualizar e experimentar a natureza do sonho dos seus pais e o processo pelo

que este os consome, muitas vezes conseguem começar a obter clareza sobre a natureza da sua posição na hierarquia de filhos do pai ou da mãe. Esta compreensão não resolverá os problemas que a síndrome cria na vida da família ou nas suas vidas individuais, mas abrirá um diálogo dentro da família sobre a realidade da síndrome do «negócio como filho mais velho» e sobre a forma como esta se impõe no sistema familiar e nas suas vidas individuais.

GENOGRAMA E TERAPIA

A seguir, *«Reweaving the Family Tapestry»,* de Fredda Herz-Brown, e a sua explicação sobre o genograma. Trata-se de um excelente livro sobre sistemas familiares e o seu funcionamento. Recomendo especialmente os capítulos 4, 5 e 6 como forma de os líderes familiares e os seus profissionais seniores compreenderem o processo que terapeutas experientes utilizam para perceber como um doente específico se insere num sistema familiar e como é provável que esse doente obtenha um bom resultado com a terapia.

DISFUNÇÕES COMPORTAMENTAIS

A. As «Síndromes da Mulher das Sacolas» e as disfunções gerais.
Em seguida, o livro de Jesse O'Neills*, «The Golden Ghetto»,* aborda muitas disfunções comportamentais diferentes em famílias abastadas, particularmente a doença que ela descreve como «affluenza» e os comportamentos que lhe estão subjacentes.
A Sra. O'Neill pertence a uma família abastada e está, ela própria, a recuperar do que descreve como uma série de disfunções que relata no livro.
Recomendo vivamente este livro. Vou utilizar aqui a descrição da «

síndrome da mulher dos sacos» como forma de lho apresentar. A Sra. O'Neill explica que, infelizmente, é bastante comum entre as mulheres idosas abastadas acreditarem que são indigentes, apesar de serem extremamente ricas. Os comportamentos que exibem neste trágico estado de espírito espelham os das mulheres sem-abrigo que andam pela rua a carregar todos os seus bens em sacos de plástico. Posso atestar, com base na minha prática, que é muito comum as mulheres idosas sentirem que a única coisa que possuem é o dinheiro nas suas carteiras. A descrição que a Sra. O'Neill faz desta questão, tal como de todas as outras que aborda, ajuda-nos a compreender por que razão um membro da família pode estar a agir de uma forma particularmente pouco saudável e ajuda-nos a encaminhá-lo para a ajuda profissional de que necessita.

B. Disfunção Geral

C. A seguir, o livro de Thayer Willis, *«Navigating the Darkside of Wealth».* Trata-se de mais um excelente livro escrito por um talentoso terapeuta familiar e membro de uma família abastada, que narra e descreve muitos comportamentos disfuncionais e propõe terapias úteis para os resolver. Em seguida, *«The Legacy of Inherited Wealth»,* editado por Barbara Blouin em colaboração com Katherine Gibson e Margaret Kierstad, apresenta muitas histórias esclarecedoras de indivíduos e famílias com riqueza herdada.

C. Trauma

A seguir, *«Waking the Tiger»*, de Peter Levine. Levine é um psicoterapeuta que tem tido sucesso no alívio de bloqueios psicológicos profundos e, muitas vezes, duradouros, resultantes de eventos traumáticos. No seu livro e num vídeo notável, discutido abaixo, que o ilustra, Levine traz à nossa consciência e imaginação que temos três reações possíveis

reações a eventos traumáticos: não apenas lutar ou fugir, mas, acima de tudo, ficar paralisados. No seu trabalho, explica que, em momentos de terror — como a reação a acidentes de viação iminentes, agressões sexuais, agressões de todo o tipo e a qualquer outro evento que acreditemos que nos levará à morte —, estamos profundamente programados numa parte ancestral do nosso cérebro para reagir de forma a tentar salvar as nossas vidas. Muitas vezes, reagimos lutando ou fugindo, e estas duas reações são aquelas que a maioria de nós antecipa que faria caso alguma vez enfrentássemos um evento desse tipo. Na verdade, Levine explica que, com muito mais frequência do que imaginamos, a nossa resposta real a um evento de morte iminente devido a um trauma será optar por ficar paralisados.

Levine explica que o congelamento é o mecanismo que o nosso corpo aciona para responder a situações em que nem lutar nem fugir são opções. Ele explica que, quando congelamos, na verdade congelamos a energia representada pelo nosso medo da morte nas nossas células. Ele explica que, na natureza, os animais utilizam estas três respostas dependendo do problema que enfrentam e das opções que este oferece. Em seguida, ilustra estas três respostas num vídeo notável sobre a provável morte de uma jovem gazela num ataque de chita. Neste vídeo, vemos a gazela cair no chão nas mandíbulas da chita. Em seguida, a chita, em vez de matar a gazela, afasta-se. Em seguida, vemos o mesmo acontecimento novamente em câmara lenta. Descobrimos agora que a gazela, um instante antes de a chita a alcançar, caiu no chão paralisada de medo, capturando no seu corpo a energia dos seus sentimentos de medo. Depois de a chita se afastar, vemos a gazela a sair desse estado de paralisia e a sacudir-se violentamente para libertar a energia retida. A jovem gazela, agora livre

da energia congelada retoma a sua vida. Há outras cenas impressionantes de acontecimentos semelhantes.

O problema, para nós, animais humanos, como explica Levine, é que não dispomos de meios para libertar automaticamente essa energia congelada quando vivemos o que identificamos como acontecimentos que ameaçam a vida e quando a resposta que escolhemos para eles é ficar paralisados. Em vez disso, nós, animais humanos, capturamos essa energia nas nossas células e, a menos que tenhamos algum processo emocional para a libertar, ela simplesmente fica lá incorporada. A bioquímica deste processo é, naturalmente, extremamente complexa e Levine explica a ciência subjacente no seu livro. Do ponto de vista da psicologia, Levine explica que esta forma de energia escondida nas nossas células cria frequentemente, ao longo do tempo, problemas emocionais muito significativos, uma vez que os nossos corpos e psiques não dispõem de meios naturais para a libertar.

Ele explica que, muitas vezes, as vítimas de trauma ficam bloqueadas por essa energia e, em muitos casos, são incapazes de funcionar devido a isso. A notícia maravilhosa é que Levine desenvolveu um modelo de terapia para a libertação da energia bloqueada devido ao trauma. Eu, pessoalmente, participei num workshop com ele, no qual observei o seu trabalho com uma das participantes, uma vítima de trauma resultante de um acidente automóvel. Foi uma experiência extraordinária vê-lo levá-la, com delicadeza, a regressar aos momentos que antecederam o impacto, a visualizá-los e, em seguida, a percorrer esses acontecimentos em segurança e sem que o próprio acidente ocorresse. Depois, ver o corpo dela a libertar essa energia, tal como tínhamos visto com a gazela, foi profundamente inspirador. Mais tarde, fomos presenteados com outra história sobre a libertação de energia congelada e profundamente enraizada por parte de uma vítima de agressão sexual, cuja vida

tinha ficado em suspenso há seis anos devido ao trauma do acontecimento que ela vivenciou.

Embora alguns de vós possam estar a perguntar-se por que razão esta secção específica do livro aqui se encontra, deixem-me apressar-me a explicar. No meu trabalho com famílias, tenho, com mais frequência do que possam imaginar, encontrado membros da família que pareciam simplesmente incapazes de se libertar de um acontecimento traumático, muitos dos quais para quem anos de psicoterapia não tinham feito qualquer diferença. Como eu próprio tinha passado por um acontecimento semelhante numa operação às amígdalas aos dois anos e meio, na qual tive uma experiência de quase morte que congelou a energia dentro de mim — e que me traumatizou sempre que tenho algum problema de saúde —, conseguia identificar-me facilmente com esses familiares. Infelizmente, antes de conhecer o livro de Levine e a sua abordagem sobre o «congelamento», não tinha forma de os ajudar. Agora posso oferecer-lhes o livro de Levine como forma de os ajudar a considerar que o seu problema pode ser a energia não libertada do seu evento traumático e, em seguida, a discutir com os seus profissionais de saúde se o modelo e a terapia de Levine os poderiam ajudar. Posso atestar que vários deles, com esse novo conhecimento, encontraram a libertação de que precisavam e a liberdade para retomar as suas jornadas de vida rumo à felicidade que isso lhes proporcionou.

D. À maneira de Tom Sawyer: Fazer com que todos pintem a cerca

A seguir, quero relatar uma técnica que utilizo para realizar trabalhos árduos nas famílias que acompanho. A esta técnica chamo «Tom Sawyering». Tenho a certeza de que muitos de vós se lembrarão, no grande livro de Mark Twain (Samuel Clemens)*, «Tom Sawyer», de* como a história começa. Tom está na cozinha com a tia Becky, a olhar para um balde de cal e um pincel, enquanto a tia Becky

a olhar para ele. Têm uma conversa sobre a necessidade de pintar a cerca em frente à casa, sobre o motivo pelo qual o Tom se esquivou a esta tarefa usando várias desculpas nos dois primeiros dias em que devia fazê-lo, sobre o motivo pelo qual ele acha que hoje é o dia mais bonito do ano e que ir pescar seria a coisa ideal para hoje, e como tudo se resolve com ele em frente ao que lhe parece ser uma cerca infinitamente longa. Depois, vão lembrar-se de que ele pega no pincel, mergulha-o na tinta com grande relutância e dá uma pincelada desleixada na primeira tábua. Nesse momento, Tom é abordado por um amigo da vizinhança. O amigo diz, e eu parafraseio: «Tom, o que estás a fazer?» Tom, agora a pintar com entusiasmo, responde: «A divertir-me imenso!» O amigo diz: «Mas, Tom, parece trabalho», e Tom responde: «Não, é a maior diversão do mundo.» Deve lembrar-se que, no final desta história, há uma longa fila de crianças à espera da sua vez para pintar, cada uma tendo dado algo ao Tom pelo «privilégio». O Tom está sentado, a sorrir, a receber os pagamentos pelo seu trabalho!!

Quando os membros da família argumentam que estão a arcar com todo o peso das tarefas domésticas, costumo contar esta história. Eles percebem a mensagem e coisas fantásticas acontecem à medida que encontram a sua própria versão do «Tom Sawyer» e fazem com que as suas famílias façam fila para «se divertirem como nunca».

E. Os paradoxos.

Vou agora terminar este capítulo com um dos sete paradoxos que, na minha opinião, estão na origem do motivo pelo qual muitas famílias caem no desfecho previsto pelo provérbio «da camisa de mangas curtas à camisa de mangas curtas». 23 Este é o paradoxo dos herdeiros da segunda geração de uma fortuna familiar que procuram ensinar aos membros da terceira geração da sua família a serem céticos em relação ao

pessoas quando, na verdade, lhes ensinam que ninguém é de confiança. Para compreender este paradoxo, peço ao leitor que tente imaginar como teria sido a sua jornada de vida se as pessoas em quem mais confiava na infância — os seus pais, tias e tios — lhe tivessem ensinado, através dos seus comportamentos, que ninguém era de confiança? Cada um de vós consegue imaginar como as vossas vidas seriam agora verdadeiramente horríveis? Quão impossível seria alguma vez estabelecer uma relação duradoura? Ser capaz de-se entregar plenamente a outra pessoa, com todo o aprendizado positivo sobre si mesmo que isso acarreta? Em essência, nunca aprender a amar e a consequência de infelicidade que Freud previu no início desta Reflexão para uma vida humana assim? O sofrimento humano causado por este paradoxo é imensurável. É claro que
aprender a ser cético em relação às motivações das outras pessoas é uma competência necessária para se tornar adulto. Sou absolutamente a favor dessa competência e aplaudo-a. No entanto, a ladeira escorregadia do cepticismo à completa falta de confiança é real, algo que encontrei em todo o mundo em demasiadas famílias, e todas as famílias devem certificar-se de que compreendem isso. Se o próprio comportamento de alguém o torna indigno de confiança, toda a pregação do mundo sobre cepticismo não irá superar isso. Temos de praticar o que pregamos.

Assim, encerro agora esta Reflexão sobre Psicologia. Espero que as pistas para as perspetivas profundas que a Psicologia oferece sobre o comportamento humano, especialmente neste sistema a que chamamos família, ajudem vocês e as vossas famílias a beneficiar dos seus dons. Uma vez que a Psicologia é, em parte, o estudo do comportamento humano nas relações, as suas perspetivas estão entre as mais valiosas para a nossa jornada

em família. Espero que as perspetivas que aqui apresentei, fruto da minha própria experiência nas relações humanas e das grandes mentes que partilhei, conduzam as vossas famílias a alcançar níveis mais elevados de autoconsciência, liberdade, felicidade e plenitude.

© James E. Hughes, Jr., 2007 Nota:
Ilustração retirada do livro FAMILY, de James E. Hughes Jr. Reproduzida com autorização da Bloomberg Press. Todos os direitos reservados.

Armstrong, Diane G. *O Pesadelo da Reforma: Como Se Proteger dos Seus Herdeiros e Protetores.* Amhurst, NY: Prometheus, 2002.
Arnett, Jeffrey Jensen. *A Adultez Emergente.* Nova Iorque: Oxford University Press, 2004.
Beckett, Samuel. *À Espera de Godot.* Nova Iorque: Grove, 1982.
Bee, Helen L. *A Jornada para a Idade Adulta.* Nova Iorque: Simon & Schuster, 1996.
Blouin, Barbara, Gibson, Katherine e Kierstad, Margaret. *O Legado da Riqueza Herdada*. Blacksburg, Virgínia: Trio, 1995.
Bowen, Murray. *Terapia Familiar na Prática Clínica.* Northvale, N.J.: Jason Aronson, 1978.
Chernow, Ron. *«Titan: A Vida de John S. Rockefeller,* Sr.». Nova Iorque: Random House, 1998.

Clemens, Samuel. *As Aventuras de Tom Sawyer*. Nova Iorque: Barnes and Noble Classics, 2005.

Coles, Robert. *Os Privilegiados*, Vol. V de Crianças em Crise. Nova Iorque: Little, Brown, 1977.

Elkind, Daniel. *A Criança Apressada*, 3.ª edição. Cambridge, MA: Perseus, 2001.

Erikson, Erik H. *A Infância e a Sociedade*. Nova Iorque: W.W. Norton, 1993.

Fisher, Robert. **The Knight in Rusty Armor**. Wilshire Book Company, 1989.

Friedman, Edwin H. **A Failure of Nerve: Leadership in the Age of the Quick Fix**. Manuscrito. The Edison Friedman Estate Trust. Bethesda, Maryland, 1999.

Gabe, Grace e Jean Lipman-Blumen. *«Step Wars»*. Nova Iorque: St. Martin's Press, 2004.

Gilligan, Carol. **In A Different Voice**. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1982.

Hausner, Lee. **Children of Paradise**, 2.ª edição. Irvine, CA: Plaza, 1998.

Herz-Brown, Fredda. *«Reweaving the Family Tapestry».* Nova Iorque: W.W. Norton, 1991.

Hillman, James. **The Force of Character**. Nova Iorque: Random House, 1999.

Hollis, James. **Creating a Life**. Toronto: Inner City Books, 2001.

_____*A Passagem do Meio*. Toronto: Inner City Books, 1993.

Hughes, James E. *«Riqueza Familiar: Mantê-la na Família*». Nova Iorque: Bloomberg Press, 2004.

_____*«Family: The Compact Among Generations*». Nova Iorque: Bloomberg Press, 2007.

_____, *«O Caminho do Altruísmo – Uma Reflexão sobre a Natureza de uma Doação*», pode ser consultado em www.jamesehughes.com.

_____, *«Uma reflexão sobre a psicologia moderna e a questão das relações familiares*», disponível em www.jamesehuges.com.

_____, Jacqueline Merrill, Joanie Bronfman. *Reflexões sobre as desigualdades fiscais.* Publicado pela primeira vez no The Chase Journal, Volume IV, Número 4, disponível em www.jamesehughes.com.

Johnson, Robert A. *«We: Compreender a Psicologia do Amor Romântico*». Nova Iorque: Harper Collins, 1983.

_____, *«Inner Work».* Nova Iorque: Harper Collins, 1989.

_____, *Ele, Compreender a Psicologia Moderna*. Nova Iorque. Harper Collins, 1989.

_____, **She, Compreender a Psicologia Moderna**. Nova Iorque: Harper Collins, 1989.

Jones, Alan, e John O'Neil. *Seasons of Grace.* Nova Iorque: John Wiley & Sons, 2003.

_____, *«Transformação».* Nova Iorque: HarperCollins, 1991.

_____, *A Tua Própria Sombra.* Nova Iorque: HarperCollins, 1991.

Jung, C. G. *Memórias, Sonhos, Reflexões*. Traduzido por Richard e Clara Winston, Nova Iorque: Vintage, 1989.

Kaye, Kenneth. *Regras de Família*. Nova Iorque: Walker, 1981.

Kindlon, Dan e Michael Thompson. *A Criação de Cain.* Nova Iorque: Ballantine, 1999.
Lansberg, Ivan. *Succeeding Generations*. Boston: Harvard Business School Press, 1999.
Levine, Peter A. *Despertar o Tigre: Curar o Trauma*. Berkeley, CA: North Atlantic, 1997.
Levinson, Daniel. *As Estações da Vida de uma Mulher*. Nova Iorque: Ballantine Books, 1997.
_____*As Estações da Vida de um Homem.* Nova Iorque: Ballantine Books, 1979.
Maslow, Abraham H. *Rumo a uma Psicologia do Ser*. Nova Iorque: Van Nostrand Reinhold, 1982.
Neumann, Erich. *«Amor e Psique: O Desenvolvimento Psíquico do Feminino*». Traduzido por Ralph Manheim. Princeton, Nova Jérsia: Princeton University Press, 1973.
O'Connell, Mark. *O Bom Pai*. Nova Iorque: Scribner, 2005.
O'Neill, Jesse H. *O Gueto Dourado*. Center City, MN: Hazeldon, 1997. Piaget, Jean, e Barbel Imhelder. *A Psicologia da Criança.* Traduzido por Helen Weaver, Nova Iorque: Basic, 2000. Pipher, Mary. *Revivendo Ofélia: Salvando o Eu das Adolescentes*. Nova Iorque: Ballantine, 1995.
Piver, Susan. *As Perguntas Difíceis: 10 Perguntas Essenciais a Fazer Antes de Dizer «SIM*». São Francisco: Tarcher, 2000.
Robbins, Alexandra e Abby Wilner. *A Crise dos 25 Anos.* Nova Iorque: Tarcher/Putnam, 2001.

Sheehy, Gail. *Passagens*. Nova Iorque: E. P. Dutton, 1976.

_____*Novas Passagens*. Nova Iorque: Random House, 1995.

St. Aubin, Ed de, Dan P. McAdams e Tae-Chang Kim. *A Sociedade Generativa.* Washington, DC: American Psychological Association, 2004.

Sulloway, Frank J. *Nascido para se rebelar: ordem de nascimento,* dinâmicas familiares e vidas criativas. Nova Iorque: Pantheon Books, 1996.

Sykes, Charles J. *Uma Nação de Vítimas: A Decadência do Carácter Americano*. Nova Iorque: St. Martin's Griffin, 1993.

Willis, Tayer Cheatham. *Navegando pelo Lado Negro da Riqueza*. Portland, OR: New Concord Press, 2003.