



## 1º CONGRESSO OPP - DISCURSO DE ABERTURA

**Telmo Mourinho Baptista**

Bastonário da Ordem dos Psicólogos Portugueses

**E**ste é um congresso histórico, e não apenas por ser o primeiro, mas sobretudo pela vontade manifesta de tantos psicólogos de se encontrarem para falar da sua profissão e do contributo que temos para dar aos cidadãos e à sociedade. Por isso, as minhas primeiras palavras são de um profundo agradecimento a todos vós.

Quando há muitos meses iniciámos a preparação do congresso, estávamos longe de pensar que teríamos de fechar as inscrições três semanas antes do seu início porque não teríamos capacidade para acomodar adequadamente mais congressistas. **As mais de 1.800 inscrições são a expressão da vitalidade da profissão e da vontade de contribuir e de nos colocarmos ao serviço da sociedade. Igualmente importante é a presença de tantas pessoas, seja da psicologia, como de diversas áreas de actividade, que em nome individual ou representando instituições quiseram partilhar connosco este momento.** Em nome dos Psicólogos Portugueses quero também agradecer-vos a vossa presença.

Há alguns meses atrás tivemos a feliz surpresa de receber o Alto Patrocínio de Sua Excelência uma Presidente da República para o nosso Congresso. O que muito nos honrou e que tem um significado especial para todos nós enquanto profissionais. Quero também deixar público o nosso apreço por esse apoio.

Este congresso realiza-se numa altura de crise que afecta particularmente o nosso país. Por todo o lado, ouvimos esse clichê, supostamente ancorado num carácter chinês, de que as crises são oportunidades. É conveniente não nos deixarmos enganar pelas notícias que desejamos ouvir.

Se é verdade que a crise pode ser uma oportunidade, ela só será uma verdadeira oportunidade se tivermos a atitude e os comportamentos necessários para transformar a situação de

crise. Não nos podemos esquecer que a crise é também confusão, desorganização, pânico, e desesperança, e que não podemos esperar que passe.

Temos de mobilizar os nossos recursos o mais rapidamente possível e antes que seja demasiado tarde. Portugal encontra-se num período de grande incerteza económica e financeira. A Europa, principalmente, mas o Mundo, de uma forma geral, atravessa tempos delicados em termos económicos, com riscos políticos e sociais capazes de agravarem a situação.

Esta crise ameaça a coesão social minando o desenvolvimento económico e o crescimento, potencialmente afectando várias gerações futuras para além dos graves danos que causa àqueles que agora lutam pelo futuro, caem, desistem, se levantam, sofrem, resistem, desanimam, ganham novas forças.

Em resumo, adaptam-se, umas vezes com sucesso, outras nem por isso, sucumbindo por vezes a uma desesperança cada vez mais apreendida. Nunca o empreendedorismo, as atitudes, e os comportamentos foram tão mencionados como cruciais para o desenvolvimento económico e para o sucesso no trabalho e nas organizações.

O sucesso faz-se de uma coleção de muitos insucessos. A sociedade portuguesa tem ainda um longo caminho na educação para o risco, para a experimentação, para a curiosidade, para aprender com o erro. Continuamos amantes de culpa e inimigos da responsabilização. Apontamos o dedo a quem faz e quem falha. Não enaltecemos os intrépidos pelas suas tentativas, descobrimos o mau resultado em centenas de bons finais. Portugal necessita de educar as suas crianças desde os primeiros ciclos da escolaridade para o risco, para aprendizagem com os erros, para a literacia financeira, para atitudes e comportamentos compatíveis com a flexibilidade cognitiva e

a incerteza que o futuro já hoje nos reserva. Nós, psicólogos, temos as competências para o fazer. Em 2011, a Organização Mundial de Saúde publicou o seu relatório sobre o impacto da crise económica na saúde mental dos europeus. Aí se afirma “uma saúde mental equilibrada é um estado de bem-estar no qual o indivíduo percebe a sua ou as suas próprias capacidades, consegue lidar com as tensões normais da vida, pode trabalhar de forma produtiva e frutífera, e contribuir para a sua comunidade. Uma boa saúde mental permite a flexibilidade cognitiva e emocional que são a base para as competências sociais e resiliência em face do stress. Este capital mental é de vital importância para o funcionamento saudável de famílias, comunidades e sociedades.”

Neste tempo de crise os orçamentos dos Estados são fortemente pressionados para a redução, por vezes irracional, de recursos em si indispensáveis para a própria recuperação da crise. E se as crises económicas têm efeito sobre a saúde mental, os problemas de saúde mental têm um efeito económico significativo e perverso, nomeadamente sobre a perda de produtividade - Cerca de 3 a 4 por cento do PIB da UE. O mesmo relatório da Organização Mundial de Saúde vai mais longe e afirma que o fornecimento de apoio psicológico nos serviços de saúde pode modificar os efeitos do desemprego e endividamento.

O relatório refere mesmo a título de exemplo de práticas a serem seguidas, a promoção de competências de resolução de problemas, da resiliência, intervenções precoces sobre Comportamentos Aditivos, e suporte psicológico na perda de emprego e na procura activa de emprego.

A actividade precoce dos psicólogos junto dos jovens no sistema educativo, nos apoios sociais, e no sistema de saúde, é premonitória de gerações melhor preparadas para os desafios do futuro. **A afectação de psicólogos nestas, como noutras áreas de suporte social, com elevado ênfase no desenvolvimento de competências, não são um custo para o país, mas sim um investimento reconhecido pela investigação e pelas organizações internacionais como investimento seguro, sustentável e replicativo.** No nosso programa eleitoral, no início de 2010, afirmávamos “os psicólogos, enquanto especialistas em comportamento, são o recurso para o país num contexto difícil em que adaptabilidade, flexibilidade, e mudança são características essenciais para a sobrevivência e progresso social.

Vivemos um momento em que a falência dos modelos económicos vigentes expõem a necessidade de consideração de uma forma mais determinante dos factores psicológicos na leitura económica do nosso mundo e da nossa realidade. Ignorá-los é não ver o futuro.

Neste contexto, ganha particular relevância o papel do psicólogo e da psicologia na nossa sociedade. Quando a Academia Nobel atribuiu o seu prémio da Economia em 2002 a Daniel Kahneman, ele próprio também psicólogo, distinguiu uma outra visão dentro da ciência económica.

O contributo das ciências do comportamento, da psicologia, e dos psicólogos para a economia e o desenvolvimento económico, tanto ao nível do seu conhecimento, como das estratégias e acções para a sustentabilidade e recuperação económica está há muito reconhecido internacionalmente. E o que

nos diz este conhecimento é que as variáveis psicológicas e do comportamento individual e colectivo têm implicações críticas nos mercados e na economia. Se quisermos concretizar e aplicar ao momento actual, diz-nos que é necessário encontrar meios para estimular uma espiral positiva, em que as pessoas possam desenvolver o seu melhor, num contexto de maior realismo e compreensão dos assuntos financeiros.

**É necessário, não só devolver esperança às pessoas, como principalmente garantir o acesso a recursos capazes de ajudar à recuperação daqueles que estão mais desprotegidos e que possuem menos competências para lidar com este novo contexto económico e social,** bem como promover o desenvolvimento de competências dos cidadãos em geral de modo a potenciar o crescimento económico e a prevenir situações mais graves ao nível da saúde mental no curto, médio e longo prazo. O que a psicologia nos diz é que existem boas razões para acreditar que a economia real é intrinsecamente imprevisível. Daí que se recomenda a adopção de previsões com mais espaço para a incerteza. Assumir as implicações desta premissa levará à adopção de políticas económicas que possam suportar ameaças de diferentes tipos onde os aspectos psicológicos desempenham um papel relevante. Além disso, não nos podemos esquecer que o sofrimento é tolerável se encontrar um sentido. As pessoas são capazes de minorar o seu sofrimento se perceberem que o fazem em prol de algo ou de um futuro mais promissor. Não procurar dar sentido ao sofrimento é o caminho certo para o desespero, e o desespero nunca serviu as sociedades democráticas. Por isso, se é certo que hoje em dia é difícil escapar ao discurso sobre economia, é também importante dizer que essa economia deve ser a economia que tem em conta as pessoas, os seus objectivos, sonhos e aspirações, e não a economia tornada pesadelo dos mercados abstractos, incompreensível, incapaz de nos ajudar a ter uma vida melhor. Os psicólogos e a psicologia têm um papel fundamental na preparação de cidadãos competentes para lidar com incerteza e com as frustrações e o fracasso, numa lógica de médio e longo prazo, bem como no treino de competências de resolução de problemas.





Esta crise evidencia a necessidade da atenção e de um forte estímulo e prioridade em matéria de investigação às ciências humanas, sociais e económicas, de modo a estarmos mais preparados para evitar e lidar com futuros cenários complexos. Deste modo, é nosso dever alertar o país, os cidadãos em geral, e os responsáveis políticos em particular, que o actual desinvestimento em psicólogos nos serviços de saúde e nas escolas, bem como noutras instituições públicas de suporte social, combate ao desemprego, e promotoras da reinserção social dos cidadãos, é um risco para o país, fragilizar gerações futuras e terá custos insuportáveis para o tecido económico.

Estamos a criar condições para conseguir uma poupança momentânea pela despesa de psicólogos dos mais variados serviços, ao mesmo tempo que destruímos competências necessárias para nos reerguemos da crise e prepararmos um futuro melhor. A recuperação económica da Europa depende de uma boa saúde mental dos seus cidadãos.

*“Não se pode deixar que a saúde mental possa continuar a ser tratada como algo secundário ou mesmo um luxo. O contributo dos psicólogos está bem expresso neste congresso.”*

**As conferências, os workshops, e as apresentações, ao todo mais de 450 apresentações, dão conta da diversidade de domínios de intervenção e da multiplicidade de soluções ao nosso alcance para ajudar a transformar a vida das pessoas.** Por isso, temos de nos interrogar: se não agora, quando? Se não agora, que mais necessitamos de encontrar respostas quando é que o faremos? É tempo de escolhas difíceis. Sabemos a dificuldade que essas escolhas impõem, mas também sabemos que essas escolhas têm consequências para as pessoas, e os especialistas em comportamento humano têm

Um nome: são os psicólogos. Um grande psicólogo, um dos génios fundadores da psicologia que viveu e trabalhou no final do século 19 e princípio do século 20, William James, afirmou um dia que a grande descoberta de minha geração é que os seres humanos podem alterar as suas vidas alterando as suas atitudes.

Esta descoberta tantas vezes esquecida hoje em dia mostra que cada um de nós não tem de ser vítima da sua biologia ou condição social, e que o poder de transformação individual e colectivo reside nas escolhas que fazemos. Queremos dizer aos portugueses que podem contar com os psicólogos para os ajudar na tarefa de escolherem o seu próprio caminho.

