

Pensar na Vida  
Biografias e Reflexividade Individual



Ana Caetano

# PENSAR NA VIDA

BIOGRAFIAS E REFLEXIVIDADE INDIVIDUAL



LISBOA, 2016

© Ana Caetano, 2016

Ana Caetano

**Pensar na Vida. Biografias e Reflexividade Individual**

Primeira edição: novembro de 2016

Tiragem: 200 exemplares

ISBN: 978-989-8536-57-0

Depósito legal:

Composição em caracteres Palatino, corpo 10

Conceção gráfica e composição: Lina Cardoso

Capa: Lina Cardoso

Foto da capa: Ana Caetano

Revisão de texto: Gonçalo Praça

Impressão e acabamentos: Realbase

Este livro foi objeto de avaliação científica

Reservados todos os direitos para a língua portuguesa,  
de acordo com a legislação em vigor, por Editora Mundos Sociais

**Editora Mundos Sociais**, CIES, ISCTE-IUL, Av. das Forças Armadas, 1649-026 Lisboa

Tel.: (+351) 217 903 238

Fax: (+351) 217 940 074

E-mail: [editora.cies@iscte.pt](mailto:editora.cies@iscte.pt)

Site: <http://mundossociais.com>

## Índice

<b>Índice de figuras e quadros</b> .....	vii
<b>Agradecimentos</b> .....	ix
<b>Introdução</b> .....	1
<b>1 Pensar a reflexividade individual</b> .....	7
Dualidade e dualismo.....	8
Ação e agência.....	13
Consciência e conversas internas.....	15
Sentido prático e princípio da não-consciência das práticas.....	19
Mediação estrutura-agência.....	23
Reflexividade e mudança social.....	26
A análise de processos reflexivos ao nível individual.....	32
<b>2 Observar a reflexividade individual</b> .....	41
Problemas e desafios.....	41
Estratégia metodológica .....	44
As entrevistas biográficas .....	50
As pessoas entrevistadas.....	54
<b>3 Perfis de reflexividade individual</b> .....	59
Reflexividade autorreferencial.....	61
Reflexividade pragmática .....	78
Reflexividade funcional.....	90
Reflexividade resistente.....	104
Reflexividade resiliente .....	117
Relação entre perfis.....	131
<b>4 Formação de competências reflexivas</b> .....	137
As primeiras grelhas de interpretação do mundo .....	137
A construção de uma relação distanciada com o real.....	142

Socializações concorrentes .....	145
O impacto das situações de crise .....	149
<b>5 O exercício da reflexividade.....</b>	<b>153</b>
Modalidades de exercício.....	153
Diversidade contextual e pluralidade disposicional .....	169
Emoções e reflexividade.....	174
<b>6 Os efeitos da reflexividade na ação .....</b>	<b>179</b>
Modelo de ação reflexiva.....	179
Paralisação da ação.....	186
Reprodução e mudança .....	188
Mediação entre estrutura e agência.....	191
<b>7 Conclusão .....</b>	<b>195</b>
Reflexividade enquanto capacidade.....	195
Reflexividade enquanto competência .....	197
Reflexividade enquanto recurso .....	200
<b>Referências bibliográficas.....</b>	<b>203</b>

## Índice de figuras e quadros

### Figuras

1.1	Estrutura da vida interior dos sujeitos .....	34
1.2	Constituição social dos indivíduos .....	35
1.3	Modelo de processos reflexivos ao nível individual .....	37
3.1	Distâncias entre perfis de reflexividade .....	132
6.1	Modelo de ação reflexiva .....	180

### Quadros

2.1	Caracterização socioeconómica das pessoas entrevistadas .....	56
3.1	Tipologia de perfis de reflexividade individual .....	60

Aos meus pais, Margarida e Francisco, e ao meu irmão, Miguel, pelo apoio, compreensão, paciência e aceitação.

Ao Eduardo, que me ajudou todos os dias a ser melhor, em sociologia e na vida.



## Introdução

A presente pesquisa tem por objetivo central analisar sociologicamente os mecanismos sociais da reflexividade individual, ou seja, o modo como cada pessoa se pensa a si mesma por referência às suas circunstâncias sociais. Trata-se de uma investigação empírica de um conceito teórico.

Está-se perante um momento histórico particularmente interessante para estudar a reflexividade. Antes de mais, a mesma tem vindo a assumir progressivo destaque na investigação sociológica. Não se tratando de um conceito novo em sociologia, nas últimas décadas, ganhou, contudo, autonomia e um estatuto analítico próprio, seja para dar conta (ou como reflexo) de dinâmicas de transformação das sociedades contemporâneas, seja para destacar os poderes agenciais das pessoas em relação aos seus constrangimentos estruturais. A reflexividade surge muitas vezes como variável explicativa, sem que se perceba concretamente qual o seu papel e de que modo se articula com outros fatores sociais, ou as variáveis que estão na sua origem. De facto, não deixa de ser surpreendente que à frequência com que a palavra é referida na pesquisa sociológica não corresponda atenção equiparada em estudos sobre o conceito. Há, por um lado, um reconhecimento alargado da sua relevância na explicação da ação dos indivíduos, o que permite que, atualmente, a análise da reflexividade ancore em reflexões e trabalhos empíricos prévios. Mas, por outro lado, sendo um conceito que tem gerado especial atenção em épocas mais recentes, carece ainda de trabalho adicional de aprofundamento, estimulando, por isso, a imaginação sociológica (Mills, 1982) na procura de instrumentos teóricos, operatórios e analíticos para o seu estudo. A equação entre o saber acumulado sobre o tema e as possibilidades de pesquisa que o mesmo suscita criam um espaço de possibilidades na sociologia particularmente favorável à investigação da reflexividade.

Não pode também deixar de ser referida a relevância do estudo deste conceito na atual conjuntura social, cultural e económica de Portugal. Numa fase em que tanto se houve falar de entidades abstratas, como a economia, os sistemas financeiros ou os mercados, tende muitas vezes a perder-se de vista as experiências concretas das pessoas, nomeadamente o impacto que têm as dinâmicas estruturais nas

suas vivências cotidianas, que sentido atribuem ao que está a acontecer no país e nas suas vidas, de que modo lidam com os efeitos da crise e que margem têm para alterar as suas circunstâncias. A análise da reflexividade pode desempenhar um papel importante a este nível.

A reflexividade tem vindo a assumir crescente visibilidade social e mediática nas últimas décadas. O destaque atribuído a esta noção noutras esferas sociais pode ser pensado em articulação, pelo menos em parte, com a proliferação, ou com o maior relevo que a terapia (em vertentes mais e menos profissionalizadas) e a literatura de autoajuda têm vindo a assumir nas sociedades contemporâneas (Giddens, 2001). Neste âmbito, a reflexividade surge com frequência conectada à meditação e ao fomento do autoconhecimento, que conduzem, potencialmente, a processos de superação de problemas ou a formas de existência mais serenas e equilibradas. Produzem-se discursos sobre a capacidade individual de as pessoas se ajudarem a si próprias e sobre o poder que têm de transformar as suas vidas. O enfoque é muitas vezes colocado em indivíduos que partilham uniformemente a capacidade de se pensarem a si mesmos, aparentemente desenquadrados de contextos sociais que dificultam e possibilitam este tipo de exercícios reflexivos e que condicionam as consequências pessoais e sociais que os mesmos podem vir a ter. Tendo noção que nestes processos de circulação dos conceitos pelas esferas pública e mediática se corre o risco de perda de significado e de acuidade analítica (Costa, 2003b: 179), mais relevante se torna a clarificação e estudo da reflexividade do ponto de vista sociológico.

Como é que as pessoas fazem sentido de si mesmas no mundo? Que papel desempenha a reflexividade nesse processo? Será a reflexividade uma capacidade individual universal ou decorre especificamente de processos de transformação das sociedades contemporâneas? Pensarão todos os sujeitos sobre si mesmos de forma similar? Será a reflexividade mobilizada de modo diferenciado? Com base em que fatores? Que consequências sociais e para a vida dos indivíduos tem o exercício da reflexividade? Que papel desempenha na explicação das práticas? Qual a relação entre reflexividade e capacidade agencial? Como se articula a forma como as pessoas pensam sobre si mesmas com os seus enquadramentos estruturais? É possível observar a reflexividade em sociologia? É possível reconstruir processos reflexivos?

Estas questões implicam logo à partida uma delimitação analítica. O objetivo da presente investigação é o estudo sociológico da reflexividade *individual*, assumindo que a mesma adquire também outras formas. Como afirma Wacquant (2007: 37) a propósito do trabalho de Anthony Giddens, a reflexividade pode ter três referentes: agência, sociedade e ciência.

Pode reportar-se, como no caso da presente análise, a indivíduos que pensam sobre si mesmos no mundo, sobre aquilo que pensaram e fizeram no passado, sobre as suas opções, sobre as suas práticas, papéis, pensamentos e sentimentos presentes, sobre projetos e planos de futuro, sobre as suas condições de vida, contextos e relações, sobre a sociedade em geral e sobre o país ou localidade em que vivem. Mas pode também ter por referente instituições e estruturas sociais, nomeadamente no que diz respeito às suas normas, valores e condutas, bem como aos efeitos da sua

esfera de ação. A reflexividade é sempre exercida por indivíduos, mas neste caso toma por objeto de reflexão não os sujeitos, mas as práticas de coletivos e agrupamentos sociais, como sejam, por exemplo, os sistemas periciais de que fala Giddens (2000a, 2001). Sociedades reflexivas, de modernização reflexiva, do conhecimento, da informação e do risco são exemplos de designações comuns que, pelo menos em parte, remetem, não apenas para a auto-reflexividade das pessoas, mas também para a componente reflexiva das instituições que compõem uma dada sociedade (Beck, Giddens e Lash, 2000). A reflexividade pode ainda ter por referente a prática científica, tal como preconizada por Pierre Bourdieu (2004). É entendida como instrumento de vigilância epistemológica e requisito do campo. Ou seja, a ciência (por via dos cientistas) tem de se tomar a si mesma como objeto de modo a monitorizar a sua ação e, assim, a garantir a validade científica das suas práticas.

Esta diferenciação entre três eixos de reflexividade (agência, sociedade e ciência) é útil do ponto de vista analítico, mas não é estanque e inflexível. Quem exerce a reflexividade são sempre as pessoas, ainda que por vezes o referente não esteja no plano individual, mas numa dimensão institucional/social. Para além disso, sendo este um trabalho inserido no campo científico da sociologia, a reflexividade é também encarada como instrumento de trabalho. O que se pretende aqui transmitir é que o foco analítico desta pesquisa é especificamente a *reflexividade individual*, ou seja, aquela que toma os sujeitos como referente: os indivíduos refletem sobre si mesmos e monitorizam as suas ações, tendo em consideração as suas circunstâncias sociais. Isto sem perder de vista as outras formas assumidas pela reflexividade.

O enfoque na análise dos mecanismos sociais da reflexividade individual decompõe-se em três objetivos centrais: (i) compreender como se constitui a capacidade reflexiva dos sujeitos, (ii) como é exercida (iii) e que efeitos tem na ação. Subjacente a estes fins analíticos está a noção de que é possível estudar sociologicamente a reflexividade individual porque ela é socialmente produzida, é exercida em contextos sociais concretos e tem eficácia causal nas práticas dos sujeitos e na configuração dos seus percursos biográficos.

Ao nível da formação da reflexividade, pretende-se compreender se todas as pessoas partilham esta capacidade, quais as condições favoráveis e desfavoráveis para a sua constituição e desenvolvimento, que processos e fatores estão associados, em que fases de vida se desenvolve e qual o papel da socialização (familiar, escolar, profissional, por via das sociabilidades e lazeres). Mais concretamente, procura-se perceber se indivíduos posicionados diferentemente no espaço social experienciam processos de formação distintos.

Quanto ao exercício da reflexividade, o objetivo é entender como se manifestam os processos reflexivos, nomeadamente em que modalidades. No fundo, pretende-se compreender se a reflexividade é um mecanismo exclusivamente mental ou se tem existência para lá de dinâmicas internas à mente individual. Para além disso, deve ser também considerado o que despoleta a ativação de competências reflexivas, em que contextos e em que circunstâncias.

O enfoque da análise direciona-se ainda para a eficácia causal da reflexividade, ou seja, para os efeitos que o seu exercício pode ter nas práticas dos indivíduos.

Importa perceber em que circunstâncias e como opera na orientação da ação, bem como que relação estabelece com a agência individual, com processos de mudança e de reprodução social.

A investigação ancorou num modelo analítico (de processos reflexivos ao nível individual) que combina elementos do realismo crítico com propostas da teoria disposicionalista e da teoria da estruturação, distinguindo as dimensões interna e externa da ação e estruturando-se em torno de diferentes níveis de análise, a que correspondem processos distintos de mediação entre estrutura e agência (capítulo 1). A prossecução dos objetivos definidos e dos parâmetros teóricos e operatórios orientadores deste modelo concretizou-se na aplicação de uma estratégia metodológica qualitativa assente na realização de entrevistas biográficas a um conjunto socialmente diversificado de pessoas (capítulo 2).

A partir do material empírico recolhido foram elaborados, para cada entrevistado, retratos sociológicos que permitiram explorar, simultaneamente, o modo singular como se processa a reflexividade ao nível individual e os parâmetros de aproximação e distanciamento entre casos específicos face a padrões estruturais e a mecanismos sociais mais gerais. Identificou-se, neste âmbito, uma tipologia composta por cinco perfis de reflexividade: auto-referencial, pragmático, funcional, resistente e resiliente (capítulo 3). É feita uma análise conjunta dos casos que integram cada um destes perfis, seguida do retrato sociológico que melhor ilustra o respetivo modo reflexivo.

Os três capítulos seguintes correspondem à análise dos três principais objetivos da pesquisa, tendo sempre por referência os parâmetros de definição da tipologia. O capítulo 4 centra-se nos processos de formação da reflexividade. É dado particular destaque à forma como os contextos familiares contribuem para a construção das primeiras grelhas de interpretação do mundo, ao papel da escola no fomento de uma relação distanciada com o real, à importância dos enquadramentos profissionais, das sociabilidades e dos lazeres, bem como ao impacto das situações de crise na criação de competências reflexivas. No capítulo 5 é discutida a forma como a reflexividade é mobilizada, em termos das três modalidades de exercício identificadas (conversas internas, conversas externas e práticas de escrita). Esta discussão é feita em diálogo com o modo como a reflexividade pode ser diferentemente requerida em contextos diversos, de acordo com a pluralidade disposicional dos sujeitos. Num último subponto é ainda examinada a componente emocional do exercício da reflexividade. O capítulo 6, que encerra a análise, é focalizado na relação entre reflexividade e ação. É discutido um modelo de ação reflexiva, que analisa o papel orientador da reflexividade relativamente às práticas, mas é também debatido o impacto que a mesma pode ter na suspensão da ação. A análise termina com a discussão dos efeitos da reflexividade nas dinâmicas de reprodução e transformação social, e do papel mediador que a mesma desempenha na relação entre estrutura e agência.<sup>1</sup>

---

1 Versões parciais e simplificadas dos capítulos deste livro foram previamente publicadas em diferentes formatos (Caetano, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015a, 2015b, 2016a, 2016b; Nico e Caetano, 2015).

O presente trabalho constitui-se como um exercício de investigação que implicou explorar empiricamente uma temática que não tem ainda acumulado um corpo consolidado de conhecimento. Os estudos empíricos produzidos especificamente sobre esta problemática são ainda escassos (quando comparados com a produção sociológica sobre outros temas) e apesar de existirem já algumas propostas concretas de operacionalização do conceito de reflexividade, o seu alcance não foi ainda suficientemente testado, até pelo facto de serem relativamente recentes (como é o caso da abordagem de Archer, 2003b, 2007, 2012). Neste sentido, esta pesquisa é também uma proposta analítica, que através dos recursos teóricos mobilizados, do dispositivo metodológico aplicado e das conclusões decorrentes da análise empírica levada a cabo procura contribuir para o corpo cumulativo de conhecimento que começou recentemente, de modo mais direccionado, a ser delineado. É uma forma de gerar reflexão sobre a noção de reflexividade no sentido de se criarem e adaptarem instrumentos cognitivos da sociologia para tornarem visíveis e explícitos os mecanismos sociais, muitas vezes invisíveis e implícitos na investigação sociológica, pelos quais opera a forma como as pessoas pensam sobre si mesmas no mundo.