



Instituto Universitário da Maia – ISMAI

Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento

Mestrado em Psicologia Clínica Forense – Intervenção com Agressores e Vítimas

Joana da Conceição Costa Moniz – N° 34953

O perdão na reabilitação e reinserção de ofensores:

O que pensam os reclusos portugueses?

Dissertação de Mestrado realizada sob a Orientação da Professora Doutora Carla Alexandra de Castro Cunha para a obtenção do Grau de Mestre em Psicologia Clínica Forense – IAV

Maia, 31 de janeiro de 2021

DEDICATÓRIA

*“O perdão é um catalisador que cria a ambiência necessária para uma nova partida,
para um reinício.” - Martin Luther King*

Dedico esta dissertação aos reclusos que fizeram parte deste estudo.

Que sejam capazes de recomeçar e trilhar um novo caminho.

A vocês, o meu sincero obrigada.

Agradecimentos

Nesta etapa tão importante da minha vida não poderia deixar de agradecer a todos os que contribuíram, de alguma forma, para a concretização desta dissertação.

Em primeiro lugar, agradeço à minha família, em especial aos meus pais, por terem sido incansáveis durante este percurso. Obrigada por todo o esforço diário, palavras de incentivo e por nunca terem deixado de acreditar em mim.

Aos amigos e colegas que estiveram do meu lado, o meu sincero obrigada. Agradeço ainda a todos os docentes, da Universidade dos Açores e do ISMAI, com os quais tive a oportunidade de desenvolver as competências de investigação necessárias para a realização da presente dissertação.

A minha profunda gratidão à Doutora Carla Cunha por todo o apoio prestado enquanto minha Orientadora. Obrigada pela constante transmissão de conhecimentos e por demonstrar confiança, determinação e empatia. À Viviana Nunes, o meu obrigada pelo auxílio na compreensão do fenómeno, recolha de dados e pela disponibilidade demonstrada ao longo de todo o processo.

Gostaria de destacar também o meu agradecimento ao Estabelecimento Prisional do Porto e ao Enfermeiro Jorge Tavares por autorizarem a recolha de dados e contribuírem para o desenvolvimento do presente estudo. A investigação no contexto prisional é de difícil concretização, pelo que sou muito grata por esta oportunidade.

Por fim, não poderia deixar de agradecer a todos os reclusos da Unidade Livre de Drogas, do Estabelecimento Prisional do Porto. O meu profundo agradecimento pela forma como me receberam na vossa Unidade e por permitirem a realização das entrevistas. Agradeço ainda por toda a coragem, dedicação e partilha de experiências.

Obrigada a todos por tornarem isto possível!

Índice

DEDICATÓRIA	ii
Agradecimentos	iii
Índice	iv
Índice de Anexos	vi
Lista de Siglas	vii
Lista de Acrónimos	vii
<i>Resumo</i>	1
<i>Abstract</i>	2
Capítulo 1: Introdução Geral	3
A população prisional	5
<i>A Saúde Mental nas Prisões</i>	5
A Unidade Livre de Drogas.....	7
Programas de reabilitação e reinserção	9
Perdão psicológico com ofensores.....	11
Aspetos Metodológicos	14
Capítulo 2: Artigo Empírico - O perdão na reabilitação e reinserção de ofensores: <i>O que pensam os reclusos portugueses?</i>	16
1. O perdão numa perspetiva psicológica.....	16
1.1. Perdão Interpessoal e Perdão Intrapessoal.....	17
1.2. O perdão e os seus benefícios na saúde e bem-estar dos ofensores	17
1.3. O perdão e o Sistema Judicial.....	19
1.3.1. <i>Perdão e Justiça Restaurativa</i>	19
1.3.2. <i>Perspetivas sobre o perdão psicológico de ofensores</i>	21
1.4. O perdão nos processos de reabilitação e reinserção de ofensores	23

1.4.1. <i>A reabilitação e reinserção de ofensores</i>	23
1.4.2. <i>Intervenções sobre o perdão com ofensores</i>	24
1.5. O Presente Estudo	26
2. Método	28
2.1. Participantes.....	28
2.1.1. <i>Reclusos</i>	28
2.1.2. <i>Investigadoras</i>	29
2.2. Medidas	30
2.2.1. <i>Questionário sociodemográfico</i>	30
2.2.2. <i>Entrevista semiestruturada</i>	30
2.3. Procedimentos.....	31
2.3.1. <i>Procedimentos de recolha de dados</i>	31
2.3.2. <i>Procedimentos de análise de dados</i>	32
3. Resultados.....	33
<i>Tema 1: Reabilitação e reinserção em contexto prisional</i>	34
<i>Tema 2: Perspetivas gerais sobre o perdão</i>	36
<i>Tema 3: Benefícios do perdão e autoperdão</i>	39
<i>Tema 4: Facilitadores do processo de perdão</i>	40
<i>Tema 5: Dificuldades e obstáculos do processo de perdão</i>	42
4. Discussão	43
Capítulo 3: Conclusão Geral	47
Referências Bibliográficas	51

Índice de Anexos

Anexo A – Questionário Sociodemográfico	64
Anexo B – Entrevista Semiestruturada	66
Anexo C – Consentimento Livre e Esclarecido.....	68
Anexo D – Códigos e Extratos da Análise Temática.....	70
Anexo E – Temas e Subtemas da Análise Temática.....	88
Anexo F – Mapa Temático Geral	89
Anexo F1 – Ilustração do Tema Reabilitação e reinserção em contexto prisional.....	90
Anexo F2 – Ilustração do Tema Benefícios do perdão e autoperdão	91
Anexo F3 – Ilustração do Tema Dificuldades e obstáculos do processo de perdão	92
Anexo F4 – Ilustração do Tema Perspetivas gerais sobre o perdão	93
Anexo F5 – Ilustração do Tema Facilitadores do processo de perdão	94

Lista de Siglas

ULD – Unidade Livre de Drogas

EP – Outra designação para Estabelecimento Prisional

Lista de Acrónimos

ISMAI – Instituto Universitário da Maia

Covid-19 – Doença por Coronavírus 2019

Resumo

O perdão é uma variável cada vez mais estudada na Psicologia. A literatura aponta que este possui diferentes definições e que o processo de perdão poderá trazer vantagens a quem o vivencia, destacando-se a melhoria na qualidade de vida. Este estudo explora a relevância do perdão na população forense, dado o impacto positivo na forma como ofensores e vítimas lidam com os processos judiciais, e no comportamento e reabilitação dos ofensores. Todavia, existem poucos estudos, sobretudo em Portugal, que abordem esta temática com este público alvo, surgindo a necessidade de se estudarem as perspectivas de reclusos sobre o perdão e seu papel na reabilitação e reinserção dos ofensores. Assim, a presente investigação teve como objetivo principal averiguar se o perdão é entendido como importante para os processos de reabilitação/reinserção dos reclusos, na perspectiva dos participantes. Recorreu-se a uma amostra de 11 reclusos portugueses do Estabelecimento Prisional do Porto, pertencentes à Unidade Livre de Drogas. Os participantes responderam a um questionário sociodemográfico e a uma entrevista semiestruturada, e os dados obtidos foram tratados a partir da análise temática. Segundo a sua perspectiva, a reabilitação e reinserção é fundamental nas prisões, apesar de ser pouco implementada. Quanto ao papel do perdão neste âmbito, os reclusos salientaram os benefícios desta variável e os facilitadores e obstáculos deste processo no contexto prisional. Desta forma, conclui-se quanto à importância de se incluir o perdão nos programas/intervenções efetuadas junto dos reclusos e necessidade de aumentar o conhecimento da comunidade científica acerca desta temática junto de ofensores.

Palavras-chave: *perdão, autoperdão, ofensores/reclusos, reabilitação, reinserção social, Psicologia, análise temática*

Abstract

Forgiveness is a variable increasingly studied in Psychology. Literature reveals that it has different definitions and that the process of forgiveness can bring advantages to those who experience it, highlighting the improvement in quality of life. This study explores the relevance of forgiveness in the forensic population, given the positive impact on the way offenders and victims deal with court cases, and on the behavior and rehabilitation of offenders. However, there are few studies, especially in Portugal, that address this issue with this target audience, resulting in the need to study the perspectives of inmates about forgiveness and its role in the rehabilitation and reintegration of offenders. Thus, the present research pretends to understand if forgiveness is understood as important for the inmates' rehabilitation/reinsertion processes, from the perspective of the participants. A sample of eleven Portuguese inmates from the Estabelecimento Prisional do Porto, belonging to the Unidade Livre de Drogas, was used. The participants answered a sociodemographic questionnaire and a semi-structured interview, and the data were analysed based on thematic analysis. According to inmates, rehabilitation and reintegration are essential in prisons, but it's being poorly implemented. As for the role of forgiveness in this context, inmates highlighted the benefits of this variable and the facilitators and obstacles to this process in the prison context. Thus, it is concluded that it is important to include forgiveness in programs/interventions carried out with offenders and the need to increase the knowledge of the scientific community about this theme with offenders.

Keywords: *forgiveness, self-forgiveness, offenders/inmates, rehabilitation, social reinsertion, Psychology, thematic analysis*

Capítulo 1: Introdução Geral

A presente dissertação foi desenvolvida no âmbito do Mestrado em Psicologia Clínica Forense – Intervenção com Agressores e Vítimas, do Instituto Universitário da Maia (ISMAI), sob a orientação científica da Professora Doutora Carla Cunha.

Inicialmente, o estudo intitulava-se “*O perdão na reabilitação e reinserção de ofensores: Contraste entre perspetivas de reclusos e profissionais*” e tinha como principal objetivo descobrir se, na perspetiva dos participantes, o perdão poderia facilitar o processo de reabilitação da população reclusa portuguesa. Para tal, pretendiam-se recolher as perspetivas de reclusos e de profissionais que atuam no âmbito da reabilitação e/ou reinserção social de ofensores.

Porém, face à pandemia por Covid-19, não foi possível a recolha de dados com os profissionais, pelo que o presente estudo conta apenas com as representações dos reclusos. Assim, a presente investigação intitula-se “*O perdão na reabilitação e reinserção de ofensores: O que pensam os reclusos portugueses?*” e pretende compreender quais as perspetivas dos reclusos quanto à importância do perdão nos processos de reabilitação e posterior reinserção de ofensores.

A literatura encontrada, ao longo desta investigação, demonstrou que existem poucos estudos empíricos acerca do perdão na reabilitação e reinserção, sobretudo, estudos que explorem as perspetivas de ofensores. Por sua vez, denotou-se um défice no apoio terapêutico e a inexistência de intervenções clínicas focadas no perdão nas prisões portuguesas, apesar dos benefícios associados a esta variável e estudos internacionais que salientam o seu benefício com esta população específica (*e.g.*, Bishop et al., 2014; Praptomojati & Suband, 2020; Zuanny, 2015). Neste sentido, considera-se que este estudo é um contributo para compreender as perspetivas dos reclusos quanto a este

construto e para analisar a importância e desafios da abordagem sobre o perdão e autoperdão no âmbito da reabilitação de ofensores em contexto prisional.

A recolha de dados foi efetuada no Estabelecimento Prisional do Porto, localizado em Custóias, e contou com a participação de 11 reclusos integrantes da Unidade Livre de Drogas. Este estudo foi feito em articulação com um projeto de doutoramento a decorrer com a mesma população, e desenvolvido por investigadoras do ISMAI (Nunes & Cunha, 2018). Recorreu-se a um estudo qualitativo e, de forma a recolher as perspetivas destes reclusos, utilizou-se um questionário sociodemográfico e uma entrevista semiestruturada, sendo que a análise dos resultados foi feita a partir da análise temática indutiva.

A presente dissertação está organizada em três secções distintas: Introdução Geral (capítulo 1), Artigo empírico (capítulo 2) e Conclusão Geral (capítulo 3). Para uma maior compreensão, optou-se por realizar, na secção da Introdução Geral: i) uma descrição da população prisional e dos principais construtos desta investigação, como a reabilitação e reinserção, o perdão e a ligação entre os dois fenómenos; ii). uma breve explanação do local da recolha de dados; iii). uma explicação dos aspetos metodológicos da investigação.

Da secção seguinte (Artigo empírico) consta o estudo empírico efetuado, sendo apresentados os seguintes aspetos: i). a literatura relevante na área em estudo; ii). o presente estudo e a sua pertinência; iii). a parte metodológica; iv). os principais resultados e a discussão dos mesmos. Por fim, na última secção desta dissertação (capítulo 3) é feita uma conclusão geral acerca da presente investigação, apresentando-se novamente os principais resultados encontrados e suas implicações teórico-práticas, bem como limitações encontradas e propostas de investigação futuras.

A população prisional

O sistema prisional foi, durante muito tempo, caracterizado pelo isolamento e punição (Sachitra & Wijewardhana, 2019) e as prisões portuguesas eram conhecidas pelos maus-tratos aos reclusos (Ermida, 2018). Todavia, no século XIX, começou a existir uma reforma do sistema prisional em alguns países (Ermida, 2018) e, atualmente, são utilizados programas e serviços de cariz psicológico e/ou educacional com os reclusos (Sachitra & Wijewardhana, 2019).

A quantidade de cidadãos que se encontra detido é elevada e estima-se que aproximadamente 9 milhões, da população mundial, esteja atualmente detida (Blaauw & van Marle, 2007). No caso específico de Portugal, realça-se que, no ano de 2019, existiam cerca de 12.793 reclusos (RASI, 2020) e cerca de 1.862, destes reclusos, encontrava-se detido por crimes relacionados com o uso de substâncias e tráfico (FFMS, 2019). Na atualidade, Portugal contém apenas 49 Estabelecimentos Prisionais, existindo uma taxa de ocupação de cerca de 99.5%, o que evidencia a existência de uma sobrelotação de reclusos nas prisões portuguesas (FFMS, 2019).

A Saúde Mental nas Prisões

Nas prisões existe uma taxa elevada de suicídios (Blaauw & van Marle, 2007) e de consumo de substâncias (Marinho & Vitória, 2018). Sabe-se que o consumo de substâncias acarreta alguns prejuízos para os consumidores, seja a nível pessoal como até mesmo a nível das relações interpessoais (Chalub & Telles, 2006). Neste sentido, o abuso de drogas encontra-se muitas vezes associado à prática de crimes (Rafaiee et al., 2013; Seddon, 2000) e ao próprio comportamento violento (Lundholm et al., 2013), o que contribui para dificuldades a nível legal (Chalub & Telles, 2006).

Muitos dos indivíduos detidos apresentam também perturbações mentais (Brazão et al., 2015) ou desenvolvem alguma patologia enquanto estão presos (Blaauw

& van Marle, 2007). Granja (2016) entrevistou 30 pessoas que prestam apoio a reclusos em Portugal e concluiu que a reclusão modifica o dia-a-dia dos reclusos, potenciando o desenvolvimento de problemas ao nível da saúde física e mental. Já um estudo de Brazão e colaboradores (2015), efetuado com 294 reclusos de 11 prisões portuguesas, evidenciou que cerca de 79.9% dos reclusos apresentava alguma perturbação da personalidade. Por fim, um estudo de Marinho e Vitória (2018), com 60 reclusos portugueses, verificou que uma grande parte consumia substâncias e tinha uma baixa perceção da sua saúde mental.

Tendo em conta os frequentes episódios de violência, problemas de comportamento e comportamentos da esfera suicida nas prisões, considera-se importante apostar na saúde mental, de forma a minimizar os impactos negativos que estes aspetos possam acarretar para os reclusos e profissionais (Blaauw & van Marle, 2007). No entanto, para que tal aconteça, é crucial que as entidades concordem que a população prisional necessita ter o mesmo tipo de acompanhamento, a nível da saúde mental, que é prestado à restante população (Blaauw & van Marle, 2007), uma vez que não é dado muito destaque à doença mental neste contexto e os reclusos com estas problemáticas acabam por ser tratados com fármacos (Dores et al., 2013). Um estudo de Chamberlain (2012), que recorreu a uma base de dados do Departamento de Justiça dos Estados Unidos, comprovou também que o aumento da população prisional tende a ser diretamente proporcional à diminuição das intervenções disponibilizadas.

Nesse sentido, entende-se que o impacto da Psicologia no contexto prisional pode ser positivo, mas nem todos os estabelecimentos conseguem investir na contratação de mais psicólogos (Bierie & Mann, 2017), pelo que a Psicologia é ainda pouco aplicada no contexto judicial (Crighton & Towl, 2008). No Japão, por exemplo, os processos de reabilitação contam com o apoio de voluntários (Minoura, 2018).

Em Portugal existe um baixo rácio de Psicólogos nas prisões, sendo esta uma apreensão crescente da Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP, 2018). Portugal tem poucos Estabelecimentos Prisionais e uma população elevada de reclusos (FFMS, 2019), mas apenas 30 psicólogos estão empregados nas prisões, o que evidencia o baixo investimento de profissionais que é feito neste âmbito e o diminuto acompanhamento da população reclusa (OPP, 2018).

Todavia, a OPP (2018) clarifica que os psicólogos são imprescindíveis nesta área, uma vez que estes são responsáveis por aspetos como: *apoio psicológico dos reclusos; promoção da mudança de comportamentos; redução da reincidência de comportamentos criminais e reintegração social dos reclusos; avaliações psicológicas; intervenção em situações de crise; avaliação dos riscos psicossociais das prisões; prevenção do stress e Burnout dos profissionais*. Deste modo, estes profissionais podem fornecer intervenções individuais, desenvolver programas de tratamento com reclusos e prestar apoio psicológico aos próprios técnicos das prisões (Bierie & Mann, 2017).

Neste tópico, ressalta-se ainda a revisão de Costa et al. (2017), que evidenciou que os estudos realizados nas prisões portuguesas estão muito centrados em aspetos clínicos (*e.g., personalidade, psicopatologia, emoções, funções executivas*). Os próprios trabalhos efetuados nas prisões estão mais focados na parte educacional, havendo um défice de intervenções psicoterapêuticas (Brazão et al., 2015) e de estudos acerca da saúde mental (Marinho & Vitória, 2018). Deste modo, reitera-se a importância do presente estudo, uma vez que o mesmo vem estudar um tema que é pouco abordado nas prisões: o perdão e o seu impacto nos processos de reabilitação.

A Unidade Livre de Drogas

As Unidades Livres de Drogas, também designadas por ULD (ver DGRSP, s.d.), são locais reservados a reclusos toxicodependentes (Poças et al., 2006), e assumem-se

como “*um espaço de liberdade e reconstrução dentro de uma prisão*” que pressupõe a abstinência do consumo de substâncias (Tavares, 2017, p. 23). O tratamento do abuso de substâncias não é, contudo, prioritário em todas as prisões, uma vez que o principal objetivo é garantir a segurança (Kolind et al., 2010; McIntosh & Saville, 2006).

Nestas Unidades, os reclusos frequentam um programa terapêutico grupal, trabalhando a motivação para o tratamento e o desenvolvimento de novas competências, de forma a que consigam manter-se abstinentes (Poças et al., 2006). A participação neste programa é voluntária e os reclusos integrantes necessitam cumprir as regras da ULD e do restante Estabelecimento Prisional (Tavares, 2017).

Para serem admitidos na ULD, é feita uma avaliação psicológica dos reclusos, bem como uma avaliação da sua motivação para o tratamento (Poças et al., 2006). Para entrarem nestas Unidades, os reclusos necessitam de estar abstinentes e não podem possuir sintomatologia/perturbações que os impossibilitem de participar nas atividades (Tavares, 2017), pelo que estes assinam um contrato terapêutico (Poças et al., 2006).

Atualmente, estes locais encontram-se em zonas específicas de alguns dos Estabelecimentos Prisionais, estando separados da restante prisão (DGRSP, s.d.). Em Portugal, existem cerca de seis Unidades Livres de Drogas, nos seguintes Estabelecimentos Prisionais: EP de Leiria; EP de Lisboa; EP do Porto; EP de Santa Cruz do Bispo; EP de Tires (DGRSP, s.d.).

No caso específico do EP do Porto, local onde foi efetuada esta investigação, ressalta-se que a ULD tem capacidade apenas para doze reclusos, apesar do programa poder incluir cerca de dezasseis reclusos (Tavares, 2017). Após a liberdade, alguns destes reclusos são encaminhados para os Centros de Respostas Integradas (Tavares, 2017), que são responsáveis por intervir nos comportamentos aditivos e dependências.

Os indivíduos que consomem tendem a magoar emocionalmente as pessoas que estão à sua volta devido ao efeito das drogas (Cornish & Wade, 2015). Neste sentido, pode ser importante trabalhar os processos de perdão junto destes (Orbon et al., 2015), sendo este um dos motivos que levou à recolha de dados com esta população-alvo.

Programas de reabilitação e reinserção

Relativamente ao tratamento que é feito com a população reclusa, é sabido que, para este ser eficaz e diminuir o risco, deve ter em conta os fatores que estão ligados à prática criminal (Andrews & Bonta, 2006, citados por Day et al., 2008) e ser aplicado ao longo do tempo, uma vez que a sua extensão poderá auxiliar o processo de mudança (Brazão et al., 2013).

Para a reinserção social é crucial que os reclusos participem em programas enquanto se encontram detidos, uma vez que estes poderão ser úteis no processo de transição para o exterior (Chamberlain, 2012). A própria intervenção na reabilitação pode auxiliar os sujeitos a adaptarem-se novamente à sociedade ou a reestruturarem-se enquanto pessoas (Sachitra & Wijewardhana, 2019). Por sua vez, os teóricos consideram que atender a diferentes necessidades de intervenção pode ser útil para os sujeitos (Brazão et al., 2013), nomeadamente para a redução da reincidência (Chamberlain, 2012).

Assim, é perceptível que o sucesso dos programas de reabilitação depende também daquilo que é perspectivado, como necessidade, pelos reclusos (Sachitra & Wijewardhana, 2019). Porém, com o aumento da população prisional nem sempre as instituições possuem recursos para responder a estas necessidades (Chamberlain, 2012; McIntosh & Saville, 2006). Este fenómeno pode explicar o porquê de muitos dos reclusos que participam em intervenções de reabilitação, por exemplo para o consumo de substâncias, continuarem a consumir após os programas (Mjåland, 2016).

Assim, apesar da área da reabilitação e reinserção de ofensores ser largamente investigada, há quem defenda que os estabelecimentos prisionais conduzem a “*um caminho de desvantagens permanentes e duradouras*” (Rosa, 2010, p. 54), pelo que a sua aplicação prática é ainda deficitária (Chamberlain, 2012). A discriminação de que os reclusos são alvo impossibilita o seu processo de reinserção (Santos & Gaglietti, 2015; Silva, 2012), uma vez que estes são, frequentemente, alvos de preconceito (Junqueira et al., 2016). A prisão deve fornecer, portanto, oportunidades de aprendizagem (Sachitra e Wijewardhana, 2019) e tratar os ofensores com igualdade (Enright et al., 2016), de forma a que estes consigam encontrar um novo rumo (Sachitra e Wijewardhana, 2019).

Atualmente existe um interesse crescente em estudar de que forma se pode aprimorar as intervenções até então efetuadas neste âmbito, de forma a potenciar os resultados com este público-alvo (Brazão et al., 2013). Contudo, existem poucos estudos acerca do impacto, para os reclusos, da aplicação destes programas (Sachitra & Wijewardhana, 2019). Apesar disso, estudos apontam, por exemplo, que os reclusos que têm melhores resultados com as intervenções são aqueles que apresentam maior *insight* ou motivação para a mudança (Day et al., 2006).

Segundo um estudo de Sachitra e Wijewardhana (2019), com 37 reclusos de uma prisão no Sri Lanka, verificou-se que os participantes consideraram que os programas de reabilitação são: uma oportunidade para o futuro; uma forma de relaxar mentalmente; uma possibilidade de diminuir a solidão. Os programas de reabilitação também auxiliam os reclusos na gestão de sentimentos e nos próprios comportamentos adotados durante a reclusão (Sachitra & Wijewardhana, 2019).

Quanto ao caso específico de Portugal, considera-se que o país possui um sistema reabilitativo (Marinho & Vitória, 2018). Em Portugal existem, portanto, diferentes programas de reabilitação e reinserção (*e.g.*, *Programa de Estabilização e*

Integração Institucional; Programa Integrado de Prevenção do Suicídio; Programa de Promoção de Competências Pessoais e Emocionais (Gerar Percursos Sociais); Programa de Iniciação às Práticas Restaurativas (Educar para Reparar); Programa de Promoção do Desenvolvimento Moral e Ético; Programa de Intervenção técnica dirigido a Agressores Sexuais; Programa de Intervenção dirigido a reclusos condenados por delitos estradais (Estrada Segura); Programa de Treino de Competências para a Empregabilidade; Programa de Prevenção da Reincidência e da Recaída; Programa STOP – Responsabilidade e Segurança, dirigido a infratores do Código da Estrada; Programa para Agressores de Violência Doméstica (PAVD); Programa CONTIGO)¹.

Perdão psicológico com ofensores

De acordo com a literatura psicológica sobre este assunto, o perdão e o autoperdão promovem uma vida mais duradoura e positiva aos indivíduos, inclusive pelo aumento da sensação de felicidade e confiança, o que pode significar um sentimento de paz para consigo e com os outros (Oliveira, 2002). Este também está associado a uma maior qualidade de vida e auxilia o indivíduo no estabelecimento de relações interpessoais e na própria formação de emoções mais positivas (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000), sendo responsável ainda pelo desenvolvimento de atitudes positivas nos ofensores (Pinho et al., 2016).

O perdão pode potenciar um decréscimo nos níveis de stress, garantindo um sono de maior qualidade e até mesmo reduzir dores crónicas nos sujeitos (McCullough, 2000). Esta variável pode também ser importante quando se avalia o risco de diferentes situações (Konstam et al., 2001), pelo que numa perspetiva reabilitativa torna-se

¹ Informações obtidas em <https://dgrsp.justica.gov.pt>.

importante trabalhar o perdão, e sobretudo o autoperdão, com ofensores/pessoas detidas (Cornish & Wade, 2015).

Os estudos descritos salientaram a importância do perdão para a qualidade de vida, sendo esta uma variável a ter em conta no contexto prisional, sobretudo no que diz respeito à reabilitação dos reclusos. Todavia, entende-se que o perdão é pouco estudado, existindo poucas pesquisas acerca do impacto deste construto nas prisões ou até mesmo das perspetivas dos reclusos quanto ao mesmo. Por sua vez, verifica-se a inexistência de programas que trabalhem o perdão psicológico, apesar de esta variável ser capaz de potenciar mudanças positivas nos sujeitos (Day et al., 2008). Neste sentido, ressalta-se que a presente investigação procura colmatar algumas das limitações encontradas, sendo relevante para o aumento do conhecimento científico e até mesmo para a aplicação prática da Psicologia neste contexto, uma vez que o perdão psicológico traz alguns contributos para os ofensores e é pouco estudado/aplicado com este público-alvo.

Os teóricos apontam que entender quais as perspetivas que diversas culturas possuem pode auxiliar nos processos de perdão (Hanke & Vauclair, 2016), uma vez que a cultura pode influenciar a forma como os sujeitos definem esta variável (Hook et al., 2012). Segundo North (1987, citado por Oliveira, 2002), o perdão implica a existência de uma aptidão, por parte do sujeito que foi ofendido, em superar aspetos como, por exemplo, a dor e a vontade de vingança em relação à pessoa que o ofendeu. Assim, o mesmo consiste na existência de atitudes positivas em relação aos outros (Altmaier, 2019; Rique & Camino, 2010; Santana & Lopes, 2012). Já quanto ao autoperdão, considera-se que os sujeitos necessitam assumir as suas falhas e reconhecer as consequências das mesmas (Jacinto & Edwards, 2011). Este construto encontra-se relacionado com sentimentos como a raiva, culpa, vergonha e o arrependimento (Jacinto & Edwards, 2011). Assim, para atingir o autoperdão, é igualmente importante que o

sujeito modifique as atitudes negativas que possui em relação a si, transformando-as em atitudes mais positivas (Altmaier, 2019).

De acordo com estudos empíricos prévios, o perdão diminui não só o risco de os indivíduos terem uma recaída, como também a raiva e ansiedade/depressão sentida (Orbon et al., 2015). Um estudo de Zuanny (2015), com sete reclusas, salientou que a aplicação de terapias do perdão pode aumentar a perceção acerca da vida e do seu significado. Bishop et al. (2014) realizaram um estudo com 261 indivíduos detidos e concluíram que as representações sobre a saúde aumentava consideravelmente com o perdão. Também Praptojati e Suband (2020) efetuaram um estudo com agressores sexuais que evidenciou a eficácia do perdão no aumento da aceitação pessoal.

Perante estes estudos, entende-se que o perdão pode ser importante para a diminuição da reincidência (Enright et al., 2016) e que não perdoar os próprios atos ou as ações dos outros torna o sujeito propenso a apresentar emoções mais negativas e, conseqüentemente, desenvolver algum tipo de patologia (Oliveira, 2002). No entanto, esta variável nem sempre é perspetiva como fundamental, tal como foi evidente num estudo de Ikiz et al. (2015), com 59 estagiários de aconselhamento, que não entendiam a especificidade e complexidade do perdão, relatando que este não era de todo importante.

Para além destas investigações, a comunidade científica tem feito esforços no desenvolvimento de programas de intervenção, especificamente focados no perdão, como é o caso do *RESTORE Programme*. Este programa foi desenvolvido no Reino Unido, no âmbito do *The Forgiveness Project*, e consiste num programa de intervenção grupal que pretende dotar os reclusos de competências que os auxiliem a identificar e modificar os seus comportamentos (Liebmann, 2010; *The Forgiveness Project*, s.d.).

Aspetos Metodológicos

A presente investigação trata-se de um estudo qualitativo, tendo sido recolhidas as perspetivas de reclusos portugueses. Ressalta-se que a análise qualitativa permite recolher informações detalhadas acerca dos fenómenos estudados e das representações dos participantes relativamente aos mesmos (Braun & Clarke, 2014). Os dados obtidos nesta pesquisa foram recolhidos, portanto, a partir de um questionário sociodemográfico e de uma entrevista semiestruturada, realizados pela investigadora.

O questionário sociodemográfico (anexo A) continha algumas questões sobre aspetos pessoais dos reclusos (*e.g.*, idade; estado civil; habilitações) e acerca da sua situação prisional (*e.g.*, tempo de pena; motivo da condenação). Já a entrevista (anexo B) apresentava questões relativas à reabilitação/reinserção e sobre a importância do perdão psicológico nestes processos.

Para analisar os dados recolhidos, escolheu-se a análise temática que faz parte da análise qualitativa e que permite “*identificar, analisar e relatar padrões (temas) dentro dos dados*” (Braun & Clarke, 2006, p. 74), sendo muito útil na investigação em saúde (Braun & Clarke, 2014). Esta análise pode ser considerada teórica ou indutiva, sendo esta última a escolhida neste estudo. A análise temática indutiva consiste em analisar os dados, de forma livre, sem a presença de um pressuposto teórico prévio, ou seja, a codificação é feita exclusivamente a partir dos dados obtidos (Braun & Clarke, 2006). Este tipo de análise permite, portanto, analisar de forma mais rica e pormenorizada os dados (Braun & Clarke, 2006).

Por seu turno, a análise temática teórica, também conhecida por dedutiva, é um método de análise que recorre a pressupostos teóricos, pelo que o investigador baseia a sua análise numa grelha de codificação prévia (Braun & Clarke, 2006). Assim, entende-

se que os padrões podem ser encontrados a partir das questões de partida ou dos próprios dados obtidos (Braun & Clarke, 2019).

De acordo com Braun e Clarke (2006), a análise temática deve contemplar um conjunto de fases, tais como: *familiarização com os dados; criação dos códigos iniciais; procura de temas; revisão dos temas; definição dos temas; escrita dos resultados*. Esta análise é simples de realizar, quando comparada a outros tipos de análise qualitativa, sendo um método flexível e capaz de gerar descrições minuciosas (Braun & Clarke, 2006), sendo este o motivo principal pelo qual se selecionou a mesma.

Capítulo 2: Artigo Empírico - O perdão na reabilitação e reinserção de ofensores:

O que pensam os reclusos portugueses?

1. O perdão numa perspetiva psicológica

O perdão tem sido uma temática alvo de estudo recente, mas cada vez mais importante, na Psicologia (Alencar & Abreu, 2019). A Psicologia começou a estudar este fenómeno por volta dos anos 80, altura em que foram realizadas as primeiras investigações dentro deste campo teórico (Santana & Lopes, 2012). A partir destes avanços, houve uma notável evolução do conhecimento psicológico sobre o perdão (Toussaint et al., 2015) e têm sido realizados várias publicações acerca das diferentes formas de definir e medir esta variável, bem como estudos empíricos sobre formas de facilitar este processo junto de diferentes populações (Wade, 1989, citado por Santana & Lopes, 2012).

Apesar dos estudos realizados, têm surgido ainda algumas interrogações acerca de qual a melhor definição para o perdão (Worthington, 2005) e de qual a natureza desta variável (Prieto et al., 2013), pelo que concetualizá-la é um processo complexo (Altmaier, 2019). Na literatura existe, contudo, maior consenso sobre o que não é considerado perdão (Tucker et al., 2015). Para os teóricos, perdoar não implica uma reconciliação com as pessoas ou esquecer os acontecimentos (Exline et al., 2003; Freedman & Zarifkar, 2016), nem significa “*negar, minimizar ou justificar*” os atos cometidos (Alencar & Abreu, 2019, p. 7).

Por seu turno, o perdão corresponde a uma modificação dos pensamentos e comportamentos negativos que os sujeitos possuem acerca da pessoa que os magoou (Altmaier, 2019; Enright et al., 1998), por pensamentos e comportamentos mais positivos acerca da mesma (Altmaier, 2019; Rique & Camino, 2010). Este mecanismo

implica um esforço interior elevado (Gouveia et al., 2015), sendo um processo árduo para os sujeitos envolvidos (Castrillón-Guerrero et al., 2018; Orbon et al., 2015).

1.1. Perdão Interpessoal e Perdão Intrapessoal

Tendo em conta Rique e Camino (2010), o perdão implica o reconhecimento de que se foi prejudicado por outra pessoa, pelo que só é possível perdoarmos quando percebemos que alguém nos magoou. Assim, Gouveia et al. (2015) consideram que existem sujeitos com maior facilidade em perdoar que outros. Para Kaleta e Mróz (2018), a habilidade de perdoar pode aumentar consoante o autoconceito e idade dos sujeitos, sendo que o perdão tende a aumentar de forma proporcional a estes aspetos.

Uma investigação de Girard e Mullet (1997, citados por Barros-Oliveira, 2010) evidenciou que os idosos possuem uma maior capacidade de perdoar quando comparados com adolescentes ou até mesmo adultos. Um outro estudo de Liu e Li (2020) demonstrou que os sujeitos que apresentavam maiores níveis de autocontrolo conseguiam, mais facilmente, gerir as atitudes negativas face a quem os magoou e, conseqüentemente, atingir o perdão interpessoal mais rápido do que aqueles que tinham pouco autocontrolo.

No que concerne ao perdão intrapessoal, também designado por autoperdão, constata-se que o mesmo pode ser trabalhado com pessoas distintas e com diferentes tipos de ofensas/crimes (Cornish & Wade, 2015). O autoperdão implica que o sujeito consiga “*refletir e reconhecer o mal causado ao outro, assumir a responsabilidade pela dor do outro e se arrepende da ação injusta (...)*” (Alencar & Abreu, 2019, p. 3), sendo um aspeto central para uma mudança pessoal mais positiva (Day et al., 2008).

1.2. O perdão e os seus benefícios na saúde e bem-estar dos ofensores

Atendendo aos benefícios do perdão, a revisão sistemática de Akhtar e Barlow (2018) veio realçar que uma grande parte das investigações estudam o impacto do

perdão na saúde psicológica dos indivíduos. O perdão é um fator de acrescida relevância para o bem-estar psicológico e físico de cada indivíduo (DeShea, 2003; Gouveia et al., 2009), sendo considerado “*como uma atitude recomendável para promover avanços na condição humana*” (Rique et al., 2007, p. 182).

Mas, e quanto ao perdão no contexto forense? Segundo Castrillón-Guerrero et al. (2018) e Dentz (2014), o perdão pode auxiliar na forma como ofensores e vítimas lidam com os fenômenos judiciais, devido ao sentimento de justiça associado ao perdão. Neste sentido, o perdão pode funcionar “*como um meio para a libertação da dor*”, ajudando o ofensor a fortalecer atitudes mais positivas (Pinho et al., 2016, p. 1516). Desta forma, este poderá facilitar o processo de mudança, quer para a vítima, quer para o próprio ofensor (Pinho, 2009), o que enfatiza a importância das terapias do perdão na melhoria da saúde mental e bem-estar (Akhtar & Barlow, 2018; Bono et al., 2008), sobretudo em sujeitos que sofreram algum tipo de abuso/trauma (Akhtar & Barlow, 2018).

Segundo Santos e Gaglietti (2015), ao identificarem o ato cometido e as suas implicações nos outros, os reclusos conseguem abrir um caminho para se tornarem indivíduos melhores, pelo que, de acordo com Zehr (2008, citado por Santos & Gaglietti, 2015, p. 93), a “*confissão seguida de arrependimento é a chave para a cura dos ofensores.*”. Um estudo de Bishop et al. (2014), efetuado com 261 reclusos masculinos de 10 prisões do estado de Oklahoma, demonstrou que o perdão estava significativamente correlacionado com a saúde dos reclusos, sendo que quanto maiores eram os níveis de perdão sentidos pelos reclusos, maior era a percepção que estes tinham acerca da sua saúde. Os próprios estudos analisados na revisão sistemática de Alencar e Abreu (2019) comprovaram, por exemplo, que o autoperdão é também um aspeto crucial para a saúde mental dos ofensores.

De acordo com Proeve e Howells (2002), alguns ofensores, especialmente os mais violentos, possuem grandes dificuldades em se perdoar a si próprios sentindo, por exemplo, vergonha e sentimentos de culpa. Porém, um estudo de Zechmeister e Romero's (2002), salientou que um ofensor que possui autoperdão apresenta, por consequência, menor arrependimento, culpa e apreensão face ao crime cometido e aos danos causados à vítima. Desta forma, percebe-se que o perdoar-se a si próprio pode permitir que os ofensores progridam individualmente (Cornish & Wade, 2015).

Apesar dos benefícios do perdão, entende-se que as perspectivas que os indivíduos possuem acerca da temática (Prieto et al., 2013) e o tipo de relação que os sujeitos possuem entre si (Bono et al., 2008), podem influenciar o nível de perdão sentido por estes (Prieto et al., 2013) e os próprios benefícios que o perdão traz (Bono et al., 2008). Assim, será correto afirmar que o perdão poderá trazer desvantagens aos indivíduos, caso seja interpretado de forma pouco adaptativa (Prieto et al., 2013).

1.3. O perdão e o Sistema Judicial

1.3.1. Perdão e Justiça Restaurativa

O sistema judicial foi sofrendo algumas alterações ao longo dos anos, deixando de atuar conforme um sistema punitivo e procurando basear-se num sistema restaurativo que trabalha em prol da sociedade (Morujo, 2017) e com o objetivo de permitir que os sujeitos possuam um futuro diferente do atual (Boonen, 2016).

No sistema restaurativo procura-se promover a participação colaborativa de diferentes partes envolvidas (*i.e.*, ofensor, vítima, comunidade) (Boonen, 2016), para que se consiga entender quais as motivações do ofensor, qual o impacto do crime na vítima e como o ofensor perspectiva o mal causado (Santos & Gaglietti, 2015). Assim, a justiça restaurativa procura reconstruir a dignidade dos indivíduos e potenciar uma

melhor qualidade de vida enquanto estes se encontram detidos (Pinho, 2009; Santos & Gaglietti, 2015; Tiveron, 2009).

Com este tipo de justiça procura-se dar espaço a que o próprio ofensor consiga arrepende-se do crime perpetrado (Santos & Gaglietti, 2015; Tiveron, 2009). Morris (2005, citado por Tiveron, 2009) reitera que o facto de a justiça restaurativa permitir que o ofensor tome consciência dos seus atos, se arrependa dos mesmos, entenda o sofrimento causado à vítima e peça perdão, acaba por ser um processo benéfico. Desta forma, percebe-se que o processo de arrependimento/pedido de perdão, por parte do ofensor, poderá ajudar o mesmo a agir de forma diferente (Boonen, 2016).

Atendendo à temática do perdão no sistema judicial, constata-se que há quem considere impossível aplicar o perdão e a justiça em conjunto, no entanto, os sujeitos podem trabalhar o perdão (e autoperdão) e, mesmo assim, a justiça ser aplicada (Strelan & McKee, 2014). Os ofensores só podem ser desresponsabilizados criminalmente em situações onde seja aplicado o Indulto² ou a Amnistia/Perdão Genérico³ (PGDL, 2018), como ocorreu durante a primeira vaga da pandemia por Covid-19 em que reclusos portugueses beneficiaram do perdão de penas, a partir da Lei n.º 1 -A/2020, de 19 de março (DRE, 2020).

Importa ressaltar que a presente dissertação irá focar-se no processo do perdão num sentido psicológico e não no sentido legal do termo. Desta forma, corrobora-se a ideia de que o perdão psicológico não implica desculpar/desresponsabilizar legalmente o ofensor pelo ato cometido ou deixar de atuar conforme a justiça (Altmaier, 2019; Enright et al., 2016), até porque, para que estes atinjam o perdão psicológico, é

² O Indulto é “*uma forma de extinção da pena que se consubstancia num ato de clemência ou de graça do poder público (...)*”. Informação obtida em <http://euroogle.com/dicionario.asp>, Dicionário de Termos Europeus. Ao ser aplicado o Indulto, o ofensor pode ver a sua pena eliminada totalmente ou parcialmente ou até mesmo receber uma pena alternativa (PDGL, 2018).

³ A Amnistia/Perdão Genérico consiste no “*perdão que é concedido aos culpados que tenham cometido delitos (...) é uma causa de extinção da responsabilidade criminal que tem por intuito o de eliminar a incriminação de factos passados*”. Informação obtida em <https://justica.gov.pt/sdj>, Glossário da Justiça.

necessário que reconheçam e aceitem o dano inerente ao crime cometido (Alencar & Abreu, 2019).

1.3.2. Perspetivas sobre o perdão psicológico de ofensores

Numa perspetiva psicológica, o perdão assenta na premissa de que as pessoas, para perdoarem o ofensor, necessitam possuir atitudes mais positivas e favoráveis sobre o mesmo (Santana & Lopes, 2012). Porém, quando se aborda o perdão de crimes/ofensas, a maioria das pessoas pensa acerca do perdão que é dirigido pela vítima ou seus conhecidos (Shapland, 2016), pelo que os estudos, que existem neste âmbito, são mais centrados nas perspetivas das vítimas (Alencar & Abreu, 2019). Desta forma, não é dado muito destaque à perspetiva dos ofensores quanto a este fenómeno (Alencar & Abreu, 2019) e as investigações que são feitas com este público focam-se, sobretudo, no autoperdão (Griffin et al., 2015).

No entanto, importa mencionar que existem alguns estudos que analisam as perspetivas da população geral e das vítimas quanto à temática do perdão em ofensores. Estudos realizados no Brasil e Estados Unidos, concluíram que os sujeitos tendem a perdoar mais facilmente quando nutrem uma relação de proximidade com o ofensor, como amigos (Rique & Camino, 2010; Rique et al., 2007) ou membros da família (Barros-Oliveira, 2010; Rique & Camino, 2010), sendo mais difícil dirigirem perdão a pessoas estranhas ou distantes de si (Rique & Camino, 2010; Rique et al., 2007).

Constata-se que o perdão pode diferir consoante o responsável pela ofensa (Rique et al., 2007) e de acordo com a “*intensidade da mágoa sofrida*” (Rique & Camino, 2010, p. 527), pelo que é mais simples perdoar sujeitos que praticaram ofensas de menor gravidade (Barros-Oliveira, 2010) e que apresentam arrependimento pelo ato cometido (Pinho & Falcone, 2018). Por conseguinte, é mais difícil perdoar ofensas mais graves (Gismero-González et al., 2019; Rique et al., 2007), uma vez que estas se

encontram, frequentemente, relacionadas com atitudes negativas face ao ofensor e com um maior dano causado pelo crime (Gismero-González et al., 2019). A revisão sistemática de Alencar e Abreu (2019) veio também elucidar que crimes de maior gravidade implicam, por parte do ofensor, um trabalho acentuado para que estes consigam perdoar-se a si próprios.

Tsang e Stanford (2007) realizaram um estudo com vítimas de violência nas relações de intimidade e concluíram que as mesmas perdoavam mais facilmente os parceiros quando sentiam empatia por estes. Por sua vez, as vítimas apresentavam maior facilidade em perdoar parceiros com características dominantes, do que parceiros que tivessem algum problema ao nível da saúde mental (Tsang & Stanford, 2007). Segundo um estudo de Castrillón-Guerrero et al. (2018), com 68 vítimas de violência, é mais fácil perdoar quando os seguintes aspetos estão presentes: diálogo entre ofensor e vítima; não repetição do ato; pedido de desculpa por parte do agressor. Por sua vez, as vítimas perspetivaram como obstáculos ao perdão aspetos como: emoções negativas associadas ao crime; gravidade do ato cometido e a sua assimilação; danos causados; recordação dos atos (Castrillón-Guerrero et al., 2018).

Também Pinho e Falcone (2018), na sua investigação com 20 adultos da população geral que sofreram ofensas interpessoais, verificaram que a falta de empatia e de resiliência era um fator que impedia os participantes de perdoar quem os magoou. Assim, o perdão interpessoal pode ser atingido se a vítima conseguir colocar-se no lugar do ofensor e se este, por sua vez, trabalhar em prol do perdão (Pinho & Falcone, 2018).

Neste seguimento, realça-se ainda o estudo de Prieto et al. (2013), com 147 adultos da população geral de Madrid, que constatou que quando os participantes consideravam que o perdão tinha repercussões positivas nos ofensores tendiam mais facilmente a perdoá-los. Por outro lado, aqueles que acreditavam que existiam ofensas

que não mereciam perdão, tinham maiores sentimentos relacionados com a raiva e, por este mesmo motivo, perdoavam menos (Prieto et al., 2013).

1.4. O perdão nos processos de reabilitação e reinserção de ofensores

1.4.1. A reabilitação e reinserção de ofensores

Para Enright et al. (2016), os sujeitos em reclusão têm o direito de serem vistos de forma igual aos restantes indivíduos, uma vez que também possuem vontade de mudança pelo que, para Morujo (2017), o papel da prisão é fornecer condições que permitam um processo de reabilitação e reintegração adequado. Os programas que possuem melhores resultados são aqueles que atendem às necessidades que os reclusos apresentam enquanto se encontram detidos (Gomes et al., 2004) e os que tentam potenciar alterações mais positivas e benéficas na vida dos mesmos (Day et al., 2008). Assim, é importante garantir todos os tratamentos necessários aos reclusos, como forma de reduzir a prática de novos crimes (Gomes et al., 2004).

De acordo com Morujo (2017), os processos de reabilitação e reinserção poderiam possuir uma maior eficácia se começassem a ser implementados com maior regularidade nos estabelecimentos prisionais. Todavia, importa mencionar dois projetos que têm vindo a ser desenvolvidos com reclusos neste âmbito, no cenário internacional: o *Houses of Healing* (EUA) e o *RESTORE Programme* (UK).

O *Houses of Healing* (EUA – Casarjian, 1995) consiste num projeto de autoconsciência realizado com os reclusos, onde o principal objetivo é incentivar os mesmos a possuírem maior responsabilidade e um maior poder interior a partir da escrita (Rausch, 2015). Este programa procura, portanto, ensinar os ofensores a gerirem de forma mais adequada os seus pensamentos, emoções e ações (Rausch, 2015), sendo considerado um *programa de alfabetização emocional* (Casarjian et al., 2007).

Um estudo de Casarjian e colaboradores (2007), com 70 reclusos pertencentes a duas prisões de Massachusetts, constatou que, durante a participação neste programa, os sujeitos apresentaram mudanças estatisticamente significativas em aspectos como: depressão; hostilidade; alexitimia; atenção plena; comunidade. Para além disso, o programa tem efeitos positivos na redução da reincidência, pelo que se torna um aspeto potencialmente relevante ou fundamental na reabilitação deste público (Rausch, 2015).

Já o *RESTORE Programme* (UK – Cantacuzino, 2004) é um programa de intervenção em grupo intensivo, desenvolvido no Reino Unido pelo *The Forgiveness Project*, cujo objetivo principal é auxiliar os reclusos a mudarem as suas ações, como forma de diminuir a reincidência (*The Forgiveness Project*, s.d.). Neste programa, tenta-se desenvolver a empatia dos reclusos a partir de histórias de vítimas e do diálogo entre ambos, de modo a que os ofensores entendam que consequências possuem os seus comportamentos e, assim, ganhem consciência dos mesmos, de forma a identificar os erros nas suas ações e sentir vontade de as corrigir no futuro (Liebmann, 2010).

De acordo com Adler e Mir (2012), indivíduos que participaram no *RESTORE Programme* tiveram melhorias significativas nas suas atitudes e apresentaram maior facilidade em considerar o crime como algo desadequado. Para além disso, o programa em questão teve um efeito positivo posterior ao nível da reincidência no crime por parte destes reclusos (Adler & Mir, 2012).

1.4.2. Intervenções sobre o perdão com ofensores

De acordo com vários autores, a capacidade de perdoar é passível de ser treinada, devendo, por isso, ser contemplada nas intervenções psicológicas (Howells & Day, 2003, citados por Day et al., 2008), a partir de uma psicopedagogia do perdão (Oliveira, 2002). As diferentes explanações acerca desta temática possibilitaram a compreensão de que a capacidade de perdoar tem um efeito benéfico para os ofensores e

que pode ser especialmente importante trabalhar junto destes, não só devido à possibilidade de aumentar a eficácia dos programas de tratamento (Day et al., 2008; Santana & Lopes, 2012) como também devido ao impacto positivo que o perdão pode trazer aos reclusos (Oliveira, 2002).

Segundo Wade e colaboradores (2014), é mais vantajoso realizar intervenções centradas no perdão com os sujeitos do que não realizar qualquer tipo de intervenção. Assim, o recurso a terapias focadas no perdão pode ser fundamental para mudar o ambiente prisional, uma vez que os reclusos podem ter um processo reabilitativo mais eficaz, diminuindo a probabilidade de voltarem a cometer crimes (Enright et al., 2016).

Praptomojati e Suband (2020) realizaram uma investigação com sete reclusos detidos por abuso sexual de crianças na Indonésia, de forma a analisar a influência das terapias focadas no perdão na autoaceitação. Neste estudo, os autores concluíram que os participantes apresentaram melhorias na autoaceitação, demonstrando maior positividade e confiança relativamente à libertação (Praptomojati & Suband, 2020). Também Zuanny (2015), efetuou um estudo com sete reclusas e verificou que o perdão aumentou a perceção que estas tinham acerca da sua vida.

Segundo outros investigadores, são as intervenções mais prolongadas no tempo que permitem que os sujeitos atinjam maiores níveis de perdão (Wade et al., 2014). Já, de acordo com Cornish e Wade (2015), seria importante que, por exemplo, o autoperdão fosse contemplado nas intervenções com sujeitos que precisam de confrontar-se com os impactos de terem causado dano nos outros, como é o caso dos ofensores. Cornish e Wade (2015) referem ainda que existem grupos onde trabalhar o perdão pode constituir-se como um fator de extrema importância, como por exemplo, em militares, pessoas com problemas de adição ou dependência de substâncias e pessoas presas por algum tipo de crime. No caso de indivíduos com comportamentos aditivos e dependências, os

efeitos das substâncias podem levar os sujeitos a causar danos emocionais noutras pessoas (Cornish & Wade, 2015), pelo que vários autores advertem que poderá ser importante incluir o perdão (e autoperdão) nos processos de tratamento dos centros de reabilitação de drogas (Orbon et al., 2015).

Relativamente a pessoas detidas por crimes sabe-se que as intervenções focadas no perdão, e sobretudo no autoperdão, são mais eficazes em ofensores que possuem vontade de mudança e que apresentam sentimentos como vergonha, culpa e autocondenação (Cornish & Wade, 2015). Por sua vez, ofensores que não reconhecem o crime cometido, que não possuem remorsos acerca do dano causado a outrem ou que apresentam traços de personalidade antissociais, acabam por não beneficiar da forma mais eficaz dos programas de autoperdão disponíveis (Cornish & Wade, 2015).

Por outro lado, Morris (2005, citado por Tiveron, 2009) vem realçar que dar voz aos reclusos, permite que estes se sintam mais entendidos, pessoas dignas de respeito e, sobretudo, perdoados por si próprios e pelos outros, pelo que este tipo de intervenções possui efeitos na diminuição da reincidência dos ofensores e na sua própria reintegração. Desta forma, entende-se que o perdão poderá ser um elemento central para a motivação do ofensor nos processos restaurativos (Tiveron, 2009), devendo ser tido em conta no tratamento que é feito com os mesmos durante os processos de reabilitação.

1.5. O Presente Estudo

Apesar da literatura acima mencionada, são ainda poucos os estudos que relacionam o perdão com a reabilitação ou reinserção de ofensores. Para além disso, não foram encontrados, em Portugal, estudos que analisassem as perspetivas de reclusos acerca desta temática, nem identificados programas de reabilitação de ofensores que focassem este processo (ao contrário do que acontece nos EUA ou Reino Unido). Desta forma, o presente estudo pretende compreender a perspetiva de reclusos portugueses

quanto ao tema, bem como trazer possíveis contributos à comunidade científica acerca do papel do perdão nos processos de reabilitação e reinserção da população reclusa.

Esta investigação de mestrado insere-se num estudo mais alargado (ver Nunes & Cunha, 2018), a decorrer no âmbito de um projeto de doutoramento de uma investigadora do Instituto Universitário da Maia (ISMAI), realizado com reclusos da Unidade Livre de Drogas, pertencente ao Estabelecimento Prisional do Porto. O referido projeto consiste na implementação e avaliação da efetividade de um programa de grupo sobre o autoperdão (*Programa ES.PE.RE.#In*), sendo que os participantes da presente investigação são os mesmos que integraram o programa em questão.

O presente estudo teve como principal propósito compreender qual a perspetiva dos reclusos portugueses acerca do papel do perdão nos processos de reabilitação e eventual reinserção social. Para tal, este estudo guiou-se pela seguinte questão de investigação: *Será que o perdão é uma variável importante para os processos de reabilitação e reinserção dos reclusos, na perspetiva dos próprios reclusos?*

Como objetivos específicos apontam-se os seguintes:

- i).** Analisar a perspetiva dos reclusos quanto à importância, desafios e dificuldades associadas à reabilitação e reinserção em contexto prisional;
- ii).** Estudar a perspetiva dos participantes quanto ao papel do perdão e autoperdão psicológico nos processos de reabilitação e posterior reinserção;
- iii).** Investigar que contributos os participantes entendem que os/as Psicólogos/as podem trazer nos processos de reabilitação e reinserção dos participantes reclusos, no âmbito do perdão.

Como forma de responder aos objetivos supramencionados, recorreu-se a uma investigação qualitativa de carácter exploratório, onde se contou com a perspetiva de 11 reclusos portugueses, recolhida mediante entrevistas semiestruturadas individuais.

Escolheu-se a análise qualitativa, uma vez que esta permite conhecer quais as representações, experiências, atitudes e motivações que os indivíduos possuem face ao fenómeno em estudo (Ahmad et al., 2019; McCusker & Gunaydin, 2015).

2. Método

2.1. Participantes

2.1.1. Reclusos

A presente investigação contou com a colaboração de participantes da população reclusa portuguesa. Utilizaram-se os seguintes critérios de inclusão: reclusos adultos portugueses, a cumprir pena num Estabelecimento Prisional da Região Norte de Portugal; com tempo de pena de prisão, por cumprir, superior a um ano; com capacidade de leitura e escrita. Por sua vez, excluíram-se reclusos que estivessem a cumprir pena por crimes sexuais (*e.g.*, pedofilia e agressão sexual) e com quadros psicopatológicos severos (*e.g.*, psicopatia e esquizofrenia).

Inicialmente a investigação contava com a participação de 12 reclusos, porém, não foi possível proceder à análise de uma das entrevistas (por problemas relacionados com a gravação). Neste sentido, o estudo contou com as perspetivas de 11 reclusos da Unidade Livre de Drogas (ULD), do Estabelecimento Prisional do Porto, em Custóias.

Os participantes eram portugueses, do sexo masculino e tinham idades compreendidas entre os 27 e os 48 anos ($M=35.5$; $DP=5.88$). Três dos reclusos eram católicos (63.6%), existindo três participantes sem religião e um que preferiu não responder à questão. A amostra era constituída maioritariamente por solteiros ($n=8$), havendo participantes que se encontravam em união de facto ($n=2$) ou divorciados ($n=1$). Atendendo à escolaridade, nove reclusos possuíam o ensino secundário completo (90%), sendo que apenas um revelou possuir o ensino primário.

No que concerne à pena total atribuída, dois reclusos não sabiam que pena lhes

seria atribuída (22.2%) sendo que, dos restantes participantes: três tinham entre [0,3[anos de pena total (11.1%); dois obtiveram uma pena entre [6,9[anos (22.2%); dois apresentavam uma pena total atribuída entre [9,12[anos (22.2%). Analisando cada questionário salienta-se que a pena máxima atribuída foi de 10 anos.

Já relativamente ao tempo de pena que faltava cumprir verifica-se que: para quatro reclusos faltavam entre [0,3[anos para cumprir a pena total (50%); para dois reclusos faltavam cumprir entre [3,6[anos de pena (25%); um recluso acabava a pena entre [6,9[anos (12.5%); para um recluso faltavam [9, 12[anos (12.5%). Os restantes reclusos não clarificaram qual a pena total e quanto tempo tinham para cumprir.

Tendo em conta o motivo da condenação, realça-se que seis reclusos foram condenados pelo crime de furtos/roubos (54.5%) e um encontrava-se em prisão preventiva (9.1%). Os restantes encontravam-se condenados por: roubo, violência doméstica e condução perigosa (n=1); violência doméstica (n=1); recetação de metais preciosos e coautoria de assaltos (n=1); tráfico de drogas (n=1). Por fim, relativamente à reincidência existiam cinco reclusos reincidentes (45.5%) e seis não reincidentes (54.5%), sendo que, dos reincidentes, todos tinham sido presos por outra condenação.

2.1.2. Investigadoras

As entrevistas foram recolhidas por duas investigadoras. A primeira investigadora possui 23 anos, é portuguesa e natural de Ponta Delgada, Ilha de São Miguel – Açores. Esta é licenciada em Psicologia pela Universidade dos Açores e aluna do Mestrado em Psicologia Clínica Forense – Intervenção com Agressores e Vítimas, no Instituto Universitário da Maia (ISMAI), sendo a autora desta dissertação.

A segunda investigadora é uma Psicóloga de 36 anos de idade, de nacionalidade portuguesa e membro da Ordem dos Psicólogos Portugueses, com 5 anos de experiência profissional. Em termos de percurso académico, esta investigadora é licenciada em

Psicologia e Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde, encontrando-se a frequentar o programa de Doutoramento em Psicologia – Especialidade em Psicologia Clínica, no Instituto Universitário da Maia (ISMAI). Cada investigadora foi responsável pela recolha de dados relativa a seis reclusos do Estabelecimento Prisional do Porto.

A fase de análise de dados foi desenvolvida pela primeira investigadora, supervisionada por uma terceira investigadora. Esta terceira investigadora é uma Psicóloga de 40 anos de idade, de nacionalidade portuguesa e membro da Ordem dos Psicólogos Portugueses, com 18 anos de experiência profissional. Em termos de percurso académico, esta investigadora é licenciada em Psicologia, Mestre em Psicologia Clínica e doutorada em Psicologia Clínica.

2.2. Medidas

Com o intuito de responder aos objetivos deste estudo, os participantes responderam a duas medidas de recolha de dados, nomeadamente um questionário sociodemográfico e uma entrevista semiestruturada. Ambas as medidas foram desenvolvidas para o propósito do estudo e encontram-se descritas abaixo.

2.2.1. Questionário sociodemográfico

O questionário sociodemográfico (anexo A) possuía questões gerais acerca dos dados pessoais dos participantes (como o sexo, idade, estado civil, nacionalidade, habilitações e religião), de modo a proporcionar uma caracterização sociodemográfica da amostra em estudo. O mesmo continha também questões acerca da reincidência, do tempo de pena total e a cumprir, bem como do motivo pelo qual o recluso se encontrava detido no Estabelecimento Prisional.

2.2.2. Entrevista semiestruturada

Para a recolha das perspetivas dos reclusos optou-se pela utilização de uma

entrevista presencial. Assim, foi desenvolvida uma entrevista semiestruturada (anexo B) para concretizar os objetivos do presente estudo. A mesma englobava questões gerais acerca da reabilitação e reinserção de reclusos, acerca dos processos de perdão e sobre a forma como os participantes perspetivavam a importância desta variável para si próprios. Para além das questões pré-definidas, foram ainda realizadas outras questões posteriores aos participantes, no sentido de desenvolver ou clarificar as suas respostas, como forma de se obter o maior número de informações para o presente estudo.

A entrevista é considerada umas das técnicas de recolha de dados mais utilizada na investigação qualitativa, sendo que a mesma auxilia na compreensão da temática em estudo, a partir do próprio discurso do participante e da forma como este experiencia o fenómeno (Batista et al., 2017). Dentro dos diferentes tipos de entrevistas selecionou-se a entrevista semiestruturada, pois neste formato o entrevistador consegue adotar uma postura mais informal, facilitando a forma como o entrevistado responde e permitindo que o sujeito consiga responder de forma mais espontânea (Boni & Quaresma, 2005).

2.3. Procedimentos

2.3.1. Procedimentos de recolha de dados

Atendendo aos objetivos do estudo, inicialmente foi necessário solicitar a autorização do Estabelecimento Prisional do Porto para a realização das entrevistas com alguns reclusos. Esta investigação inseriu-se num estudo mais alargado com reclusos da Unidade Livre de Drogas do referido estabelecimento prisional (projeto de doutoramento acima descrito, realizado pela segunda investigadora e supervisionado pela terceira), devidamente autorizado pela Direção Geral de Reinserção e Serviços Prisionais e pela Direção do Estabelecimento Prisional do Porto.

Salienta-se que, antes do contacto com os participantes propriamente ditos, foram estabelecidos alguns contactos com os profissionais envolvidos na Unidade Livre

de Drogas e com a Direção do Estabelecimento Prisional do Porto, de modo a informar sobre o estudo e seus objetivos, bem como sobre a sua pertinência e implicações para a reabilitação e reinserção da população reclusa.

A recolha dos dados decorreu durante o mês de outubro de 2019 e contou com a participação das duas investigadoras já descritas. As informações foram recolhidas a partir dos questionários sociodemográficos e entrevistas semiestruturadas, explicadas no tópico anterior, tendo sido atribuído um código a cada elemento de modo a garantir a confidencialidade dos seus dados (*e.g.*, “ULD1”; “ULD2”). Todas as entrevistas foram gravadas em áudio, sem alteração de voz, para serem facilmente transcritas pela primeira investigadora e depois sujeitas à análise qualitativa de dados.

Esta investigação recorreu a uma amostragem não probabilística, nomeadamente a amostragem por conveniência, uma vez que se recorreu aos reclusos pertencentes à Unidade Livre de Drogas e que iam ser posteriormente integrados como participantes do *Programa ES.PE.RE.#In*. A participação nas entrevistas foi voluntária e os reclusos foram informados, pelo Responsável pela Unidade e também pelas investigadoras, do propósito das mesmas. Após o consentimento informado (anexo C) prévio de cada recluso, as entrevistas foram agendadas e realizadas individualmente com cada recluso no Estabelecimento Prisional, em local apropriado, garantindo-se um ambiente favorável à comunicação e ao sigilo necessário em qualquer investigação científica.

2.3.2. Procedimentos de análise de dados

No que concerne aos procedimentos de análise de dados, as entrevistas foram transcritas na íntegra para um ficheiro *Word* e analisadas com recurso à análise temática indutiva. Escolheu-se este tipo de análise por esta ser mais flexível e permitir uma descrição mais pormenorizada e rica dos dados em estudo (Braun & Clarke, 2006).

Inicialmente foram criados códigos iniciais (anexo D) representativos do

conjunto dos dados e da problemática em estudo. Num segundo momento, procuraram-se temas e subtemas para os diferentes códigos e, posteriormente, os mesmos foram revistos com o intuito de identificar quais os temas e subtemas finais (anexo E). Para assegurar a fidelidade do estudo recorreu-se à terceira investigadora, que funcionou como auditora externa, e que teve como principal função realizar uma auditoria dos códigos e temas encontrados e considerados relevantes no conjunto dos dados.

Após a identificação dos temas e subtemas, foi feita uma descrição das diferentes perspetivas dos reclusos, de forma a compreender o que estes pensam acerca da temática estudada e quais as principais implicações teórico-práticas desta investigação. Por fim, para além do trabalho descritivo, procedeu-se à elaboração de um mapa temático geral e ilustrações para cada tema (anexos F: F1, F2, F3, F4 e F5) a partir da análise iterativa das diferentes entrevistas, com recurso ao programa *XMind*.

3. Resultados

Ao analisar as respostas dadas pelos reclusos, identificaram-se os seguintes temas: 1. Reabilitação e reinserção em contexto prisional; 2. Perspetivas gerais sobre o perdão; 3. Benefícios do perdão e autoperdão; 4. Facilitadores do processo de perdão; 5. Dificuldades e obstáculos do processo de perdão. Para além destes temas, identificaram-se ainda alguns subtemas (ver anexo E), com o intuito de explicar as perspetivas dos participantes em maior detalhe.

A análise das entrevistas permitiu ainda a elaboração de um mapa temático geral (anexo F, página 89) e mapas ilustrativos para cada tema (anexos F1, F2, F3, F4 e F5). Estes mapas caracterizam a globalidade dos dados que serão apresentados abaixo, sendo constituídos pelos elementos: objetivo da investigação; temas encontrados; subtemas; códigos utilizados. Na sua totalidade o mapa contém cinco temas centrais, vinte subtemas e cento e sete códigos, ilustrando todo o conjunto de dados utilizados.

Tema 1: Reabilitação e reinserção em contexto prisional

O primeiro tema caracteriza o ponto de vista geral que os reclusos apresentaram quanto aos processos de reabilitação e reinserção social efetuados nos Estabelecimentos Prisionais. O mapa temático ilustrativo deste tema (anexo F1, página 90) é constituído por três subtemas (*i.e.*, experiências pessoais; vantagens associadas; desafios do contexto prisional) e abrange trinta códigos. A partir da análise das entrevistas, verificou-se que os discursos dos participantes centraram-se, sobretudo, nas suas experiências pessoais, nas principais vantagens destes processos e nos desafios, sentidos pelos próprios, no que concerne à reabilitação/reinserção em contexto prisional.

Em primeiro lugar, os reclusos consideraram-se **privilegiados por terem a oportunidade de trabalhar aspetos de reabilitação na prisão**, mais especificamente na Unidade Livre de Drogas, ao contrário da restante população reclusa:

Participante ULD1: *“(…) sou um privilegiado cá dentro, por ter uma oportunidade de fazer tratamento, desintoxicação e depois vir para aqui para a comunidade terapêutica a ULD e estou a me encontrar (...)”*; Participante ULD12: *“E eu mais uma vez vou dizer que cá sou um privilegiado, porque estou inserido num programa terapêutico dentro de um EP”*.

Os participantes afirmaram que **a reabilitação e reinserção são fundamentais**, uma vez que trabalhar estes aspetos auxilia-os, por exemplo, **no autoconhecimento e aquisição de novas competências sociais**:

Participante ULD1: *“(…) acho que é importante, porque uma pessoa para...para bater assim no fundo é porque não se conhece mesmo como se devia conhecer e devia fazer tratamento cá dentro (...)”*; Participante ULD6: *“(…) nós vamos adquirindo coisas que lá fora vamos perdendo em termos de*

competências sociais, lá está dos comportamentos e é um bocado por aí...vamos aprender outra vez a aprender a viver em sociedade.”.

Para além disso, os reclusos do estudo referiram que **investir em programas terapêuticos contribui para a posterior reinserção** dos mesmos na sociedade:

Participante ULD8: *“(...) todos estes trabalhos e terapias que fazemos são sempre com vista ao futuro e à reinserção (...) com o intuito de adquirirmos ferramentas e estratégias para podermos lidar com os problemas da vida lá fora, da reinserção e das adversidades que nos vão surgir...certamente.”;*

Participante ULD12: *“(...) ajudar na minha reinserção social para que não volte a recair às drogas (...).”*

Quanto aos desafios sentidos neste âmbito, os reclusos apontaram três aspetos como **principais obstáculos que podem dificultar o processo de reinserção**:

i). O número de técnicos vs. de reclusos: Participante ULD7: *“Hum...há psicólogos, sim há, mas os psicólogos é para casos extremos (...) havia de haver um maior acompanhamento neste sentido para ajudar as pessoas (...).”;* Participante ULD11: *“Também é uma cadeia muito grande, depois não consegue dar resposta...estão acima do número de pessoas.”.*

ii). A distinção que é feita entre reclusos: Participante ULD12: *“(...) tenho vindo a sentir que reinserção social dentro de um EP é quase inexistente (...) ULD é ULD o resto do EP esqueça, não há programas, não há. (...) Eles não sabem porque é que se sentem assim, eles não sabem porque é que sentiram aquilo, eles não falam porque é que sentem aquilo.”.*

iii). O estigma existente na sociedade: Participante ULD4: *“Não nos podemos esquecer que a nossa sociedade mete-nos um rótulo de ex-presidiários, presos, não é? (...) Afasta para o lado, a sociedade é um bocadinho assim (...).”;*

Participante ULD11: “(...) *temos é que nos preparar e enfrentar esta vida, esta realidade lá fora, saímos já rotulados.*”.

Tema 2: Perspetivas gerais sobre o perdão

Este tema descreve as perspetivas que os reclusos apresentaram em relação ao perdão, nomeadamente no que diz respeito à sua definição subjetiva, características centrais, etapas do processo em si e valor atribuído individualmente a este construto. O mapa ilustrativo deste tema (anexo F4, página 93) é constituído por quatro subtemas (*i.e.*, definição do perdão; características do processo de perdão; etapas do processo de perdão; valor atribuído ao perdão) e engloba vinte e um código.

Quanto à definição subjetiva, alguns participantes mencionaram que o **perdão consiste na expressão de sentimentos e no perdoar os atos cometidos no passado:**

Participante ULD11: “*É do mais complicado e pessoal aqui dentro que é falar dos nossos sentimentos, das nossas emoções e coisas do nosso mundo (...)*”; Participante ULD1: “*É perdoar a mim...ahnn...tenho que perdoar um bocado o meu passado e ter-me refugiado nas drogas.*”.

Para outros reclusos, o (auto)**perdão é sinónimo de autoestima ou ajuste de contas:**

Participante ULD12: “*(...) O perdoar-me a mim mesmo é autoestima. (...) O aprender a perdoar-me a mim é autoestima.*”; Participante ULD11: “*(...) eu também não vou ficar aqui toda a vida e um dia vou ter que ajustar contas e isto é que é o perdoar*”.

Por fim, alguns reclusos referiram ainda que **a detenção/reclusão podia ser equiparada ao perdão:**

Participante ULD2: *“Para mim a pena em si já é o perdão. (...) com o tempo que vou passar aqui já...já me fez ver as coisas e em certo sentido já estou a pedir perdão em muita coisa”*.

De acordo com os reclusos, o **processo para atingir o perdão é demorado, individual e complexo**, uma vez que cada pessoa apresenta necessidades distintas:

Participante ULD11: *“Oh claro, até porque estamos a falar de coisas que não são rápidas. É um processo lento (...)”*; Participante ULD8: *“Eu acho que isso é um processo que varia de pessoa para pessoa e que...que cada qual tem o seu timing.”*.

Os reclusos consideraram ainda que o **processo para atingir o perdão implica percorrer diferentes etapas**. Em primeiro lugar, **um momento de reflexão, sobre os atos cometidos no passado**:

Participante ULD12: *“Primeiro dar voz a ele [ao arrependimento] que não é fácil, certo? Sim. Primeiro é conseguir dar voz a ele, conseguir entender o porquê do mesmo ahn”*; Participante ULD6: *“É olhar para mim, ver os pontos em que eu falhei e que...causei transtorno ou à sociedade, ou a alguém mais próximo, ou à família... é mais direcionado para mim e para o que fiz de mal.”*.

Posteriormente, os mesmos afirmaram existir a **fase da punição**:

Participante ULD8: *“(...) depois há a fase da punição que automaticamente nos vamos punido...eu...por aquilo que fizemos de mal que nos trouxe cá ahn....”*.

Seguidamente, **a fase da libertação**, onde os mesmos aprendem a lidar com os crimes cometidos:

Participante ULD8: *“(...) e depois há o momento que tens que te libertar disso, tens que te libertar...claro que não vais....não vais conseguir apagar o*

passado, mas é possível aprenderes a viver com ele e não estares a toda a hora ah...”.

Ainda neste processo, os reclusos descreveram que, para atingir o perdão, é **importante pedir perdão a quem estes causaram sofrimento:**

Participante ULD11: *“(...) principalmente as pessoas que eu mais magoei...que magoei e a pedir perdão na cara deles. Acho que sim é importante.”*

Quanto ao valor atribuído ao perdão, os participantes consideraram **que o autoperdão era mais importante para si próprios, comparativamente ao perdão interpessoal:**

Participante ULD11: *“(...) Mas eu acredito que isto é muito importante, vai ser muito importante perdoar-me a mim próprio”;* Participante ULD12: *“(...) Sabe bem nós sermos perdoados por alguém, mas ahn...mas não tem valor quando a gente não se perdoa a nós mesmos. O que me interessa a mim ser perdoado por aquilo que eu fiz se eu não me perdoar? Um sem o outro não se ajudam, mas o perdoar a nós mesmos tem mais significado do que o outro nos perdoar.”.*

Por sua vez, os reclusos afirmaram que **o perdão recebido por pessoas próximas tem mais significado que o perdão recebido por desconhecidos:**

Participante ULD3: *“A família é mais...o impacto é melhor”;* Participante ULD12: *“É diferente eu ser perdoado por um familiar direto do que ser por um amigo ou conhecido que eu tenha provocado alguma coisa que ele não tenha gostado. (...) Traz um bem-estar, traz mais conforto, é mais saudável.”.*

Tema 3: Benefícios do perdão e autoperdão

Neste tema são apresentados alguns dos benefícios do perdão (interpessoal e intrapessoal) que foram apontados pelos participantes do presente estudo. O mapa temático deste tema (anexo F2, página 91) apresenta quatro subtemas (*i.e.*, bem estar psicológico; crescimento pessoal; “*Letting go*”; aprendizagem) e vinte e nove códigos.

Segundo os reclusos, o perdão traz-lhes inúmeros **contributos para o bem-estar psicológico**, auxiliando a viver o dia-a-dia com maior tranquilidade durante a detenção:

Participante ULD1: “*A sentir-me bem comigo próprio, faz-me sentir bem perdoar*”; Participante ULD8: “*Tudo o que nos permite estar um pouco mais em paz...acabas por ter um dia-a-dia mais tranquilo (...) e o cumprimento da pena claro que será.....ahn...mais soft*”.

Por sua vez, os reclusos declararam que o perdão **auxilia no crescimento pessoal**, permitindo que os mesmos se conheçam e evoluam enquanto pessoas:

Participante ULD4: “*Ja ajudar-me a tornar uma pessoa melhor.*”; Participante ULD12: “*O perdão ajuda ao autoconhecimento, ajuda à valorização pessoal, a valorizar o próximo, a respeitar o próximo conforme ele é, o que pensa, o que sente e o que acha.*”.

Tendo em conta os discursos dos reclusos, verificou-se que o perdão está **associado ao conceito de deixar ir** (“*Letting go*”) e **seguir em frente**, na medida em que o perdão ajuda os reclusos a avançar e a aprender a viver com os atos cometidos anteriormente:

Participante ULD1: “*Sim, sim, para avançar na vida senão é impossível (...) devemos nos perdoar para andar para a frente.*”; Participante ULD12: “*A importância de eu perdoar-me a mim mesmo é eu não voltar atrás, é aprender a viver com.*”.

Por fim, ainda nos benefícios do perdão e autoperdão, os reclusos apontaram o facto do perdão permitir **umentar o seu autoconhecimento e aprender lições importantes** (por exemplo, na distinção entre certo e errado), que os vão auxiliar nas decisões futuras:

Participante ULD4: *“É uma mais valia é daqui para a frente, não é o tempo é que isto dura. É o que ele me vai ensinar a mim a viver daqui para a frente”*; Participante ULD12: *“(…) Ajuda-me a compreender, de certeza que no futuro vai me ajudar a compreender que o que eu vou fazer está errado”*.

Tema 4: Facilitadores do processo de perdão

O tema quatro descreve a perspetiva dos participantes quanto à existência de fatores facilitadores do processo de perdão, isto é, do processo necessário para atingir o perdão. O mapa temático do anexo F5 (página 94) ilustra este tema e contém seis subtemas (*i.e.*, arrependimento; mudança pessoal; reciprocidade; apoio exterior; empatia; estratégias utilizadas) e quinze códigos.

De acordo com os reclusos, existem alguns aspetos que podem auxiliar os mesmos a perdoar alguém ou inclusive a perdoarem-se a si próprios. Em primeiro lugar, **demonstrar arrependimento pelos atos cometidos pode tornar o processo de perdão mais fácil**, uma vez que há o reconhecimento de que a pessoa merece uma segunda oportunidade:

Participante ULD1: *“Sinto-me bem, se a pessoa tiver arrependida do erro e tivermos uma conversa (...)”*; Participante ULD10: *“eu acho que só devemos perdoar se nós sentirmos...primeiro que a pessoa merece ser perdoada e que a pessoa se arrepende (...)”*.

Para além disso, os reclusos evidenciaram vários **aspectos implicados na demonstração de mudança pessoal, que podem ser facilitadores do processo de perdão**, nomeadamente:

i). Demonstrar ser digno de confiança: Participante ULD11: “(...) *para conseguirmos o perdão nós também temos que fazer algo quanto a isso. Não é? Nós temos que mostrar confiança, transmitir confiança para que eles possam ahn...perdoar.*”

ii). Sentir empatia por quem os magoou: Participante ULD3: “(...) *eu para perdoar alguém tinha que me meter no lugar dele e pensar em porquês*”.

iii). Obter apoio e aceitação exterior, por exemplo, pelas pessoas que lhe são próximas: Participante ULD8: “*Se as pessoas não me condenam e estão comigo condicionalmente ahn...fica tudo mais fácil. (...) É. Acho que esse processo fica muito mais fácil. Se não tiveres quem te aponte o dedo, sim.*”.

iv). Sentimento de reciprocidade: Participante ULD9: “*Se eu preciso perdoar outra pessoa também preciso me perdoar a mim mesmo.*”; Participante ULD4: “(...) *e da mesma maneira que eu queria ser perdoado eu tenho de me perdoar a mim*”.

Os participantes apontam ainda que existem estratégias que auxiliam o processo de perdão, tais como **falar acerca do perdão**:

Participante ULD10: “(...) *quanto mais trabalharmos com o perdão e o autoperdão, mais vamos saber lidar com as situações e aprender a fazê-lo.*”;

Participante ULD6: “(...) *nunca é demais falarmos nas mesmas e quanto mais falarmos nas mesmas, mais...digamos que descuremos as feridas (...) não custa tanto, não dói tanto.*”.

Tema 5: Dificuldades e obstáculos do processo de perdão

No decorrer das entrevistas, os reclusos descreveram ainda as dificuldades e obstáculos associados ao processo do perdão, sobretudo no que diz respeito à dificuldade para alcançar o autoperdão. Assim, o tema cinco reflete os diferentes impedimentos ao processo do perdão, perspetivados pelos participantes. Quanto ao mapa temático (anexo F3, página 92) verifica-se que este tema possui três subtemas (*i.e.*, complexidade do processo; imperdoabilidade; recursos disponíveis) e recorre a doze códigos.

Os reclusos do estudo, consideraram que umas das dificuldades inerentes ao processo de perdão assenta na **complexidade deste mesmo processo**. Para os mesmos, atingir o perdão consiste, portanto, num **processo árduo e difícil**:

Participante ULD7: “(...) *É um tema delicado, em que se mexe em feridas (...) vai me fazer mal. Vou andar aqui a pensar em pessoas.*”;

Participante ULD10: “*O autoperdão tem uma forma negativa, porque...não se consegue lidar com isso...eu não consigo lidar com isso.*”.

O próprio crime cometido é entendido como um obstáculo ao processo do perdão, uma vez que os participantes consideraram que **algumas situações não são passíveis de serem perdoadas**. Os mesmos referiram que **alguns dos seus atos são imperdoáveis** não só pelo mal causado aos outros, como também pela dificuldade que os próprios teriam em perdoar alguém que lhes fizesse o mesmo:

Participante ULD3: “*Sim, porque já fiz coisas más e se fosse eu a perdoar acho que não conseguia.*”; Participante ULD10: “*Porque não é correto! Que tipo de perdão merece uma pessoa que faz isso? (...) Como é que se pode perdoar uma coisa que não tem perdão?*”.

Os reclusos relataram ainda deter **poucas ferramentas que os auxiliem a atingir o perdão** (em termos de autoconhecimento, ou condições que permitam este processo), afirmando que deveriam dotá-los de maiores conhecimentos dentro do Estabelecimento Prisional:

Participante ULD3: *“Claro, mas eu não consigo. Gostava de obter ferramentas para poder fazer, para poder me compreender melhor.”;*

Participante ULD10: *“É bom falar, mas...eu acho ele deveria era ser mais posto em prática. Ensinado a ser posto em prático.” (...)* *“Saber como o fazê-lo, estratégias para o fazê-lo, ahn...e saber fazer de boa forma.”.*

4. Discussão

A partir dos resultados apresentados percebe-se que os participantes consideram a reabilitação e reinserção social fundamental, uma vez que estes processos podem trazer contributos acrescidos para os reclusos, especialmente para o desenvolvimento de novas competências. Todavia, a sua perspetiva quanto à raridade destes programas no estabelecimento prisional e quanto ao privilégio de poderem usufruir destes aspetos no âmbito da ULD, é confirmada por Morujo (2017), quando este constata que existem poucos programas dentro das prisões, e que estes aspetos deveriam ser incentivados e realizados de forma mais frequente.

Tal como mencionado nos estudos de Castrillón-Guerrero et al. (2018), Gouveia et al. (2015) e Orbon et al. (2015), nesta investigação os participantes percecionam o perdão como um processo demorado e complexo, exigindo um esforço por parte dos indivíduos. Todavia, para estes reclusos, o perdão encontra-se associado a inúmeros benefícios psicológicos. Em primeiro lugar, os reclusos apontaram que o perdão pode auxiliar no seu bem-estar psicológico e na forma como se sentem diariamente. Este resultado é convergente com Akhtar e Barlow (2018), Bono et al. (2008), Deshea

(2003), Gouveia et al. (2009) e Zechmeister e Romero`s (20002), uma vez que estes autores defendem e constataam que o perdão potencia o bem-estar psicológico e pode diminuir os sentimentos negativos associados ao crime. O estudo de Praptomojati e Suband (2020) realçou ainda que as terapias de perdão são capazes de aumentar a autoaceitação e positividade dos reclusos; já a investigação de Zuanny (2015) indicou que esta variável pode potenciar o significado que é atribuído à vida pelos reclusos, elucidando novamente para a importância do perdão no seu bem-estar.

Para estes reclusos, o perdão auxilia na forma como lidam com a detenção, corroborando Castrillón-Guerrero et al. (2018) e Dentz (2014) que afirmam que esta variável ajuda os ofensores a lidar com os procedimentos legais. Os participantes consideraram ainda que o perdão podia promover o crescimento pessoal, tal como é reiterado por Cornish e Wade (2015), que salientam que o autoperdão permite uma progressão individual e por Adler e Mir (2012) que verificaram que sujeitos que integraram o *RESTORE Programme* apresentaram melhorias nas suas atitudes.

Os resultados obtidos demonstram também que os participantes priorizam o autoperdão comparativamente ao perdão interpessoal. Os reclusos enfatizaram a presença de diferentes etapas para se atingir o perdão, como por exemplo a fase da reflexão onde os mesmos refletem sobre os atos cometidos. Este aspeto corrobora a perspetiva de Pinho et al. (2016), uma vez que estes autores consideram que identificar os atos cometidos e as suas consequências é um dos passos para a mudança dos ofensores. Os reclusos destacaram, também, que o perdão passa pela fase da libertação, sendo que este aspeto é também considerado por Pinho e colaboradores (2016).

Nesta investigação são referidos também aspetos facilitadores do perdão, como a empatia. Este aspeto vai ao encontro dos resultados obtidos nos estudos de Pinho e Falcone (2018) e Tsang e Stanford (2007), quando estes afirmam que sentir empatia

ajuda, por exemplo, a perdoar um ofensor. Por outro lado, os reclusos declararam que as mudanças pessoais auxiliam no processo de perdão, uma vez que estas podem indicar que estes são dignos de confiança, o que corrobora o mencionado por Pinho e Falcone (2018), que afirmam que o perdão interpessoal aumenta quando os ofensores trabalham em prol deste. No entanto, é também percebida a existência de obstáculos a este processo, como a gravidade do crime cometido, corroborando os teóricos Gismero-González et al. (2019) e Rique et al. (2007) que referem a dificuldade inerente a perdoar determinado tipo de ofensas. As ofensas mais graves exigem um esforço acrescido para atingir o autoperdão (Alencar & Abreu, 2019), podendo ser este o motivo pelo qual os reclusos consideram que existem atos imperdoáveis e que não se conseguem perdoar.

Relativamente às principais limitações deste estudo, torna-se crucial atender ao número reduzido de participantes da população reclusa e ao facto de a recolha de dados ter sido efetuada apenas com reclusos da Unidade Livre de Drogas. Pelo facto de estarem integrados nesta unidade, a sua perspetiva será provavelmente distinta e até contrastante com a perspetiva da restante população. De facto, os reclusos do estudo encontram-se integrados num programa terapêutico, onde são trabalhadas diariamente competências sociais e a sua capacidade de reflexão e expressão, o que acaba por contrastar com a restante população do Estabelecimento Prisional, que podem ter perspetivas mais diversificadas acerca da temática em análise. Assim, a experiência prévia destes reclusos dentro da ULD pode ter sido um facilitador dos resultados apresentados, uma vez que os reclusos da ULD apresentavam algum *insight* sobre os crimes cometidos e sobre o processo de perdão. Por outro lado, os resultados deste estudo não permitem concluir qual a importância do perdão para os processos de reinserção social, pelo que os mesmos enfatizam, com maior detalhe, o papel desta variável nos processos reabilitativos dos reclusos.

Neste seguimento, em estudos futuros, considera-se importante aumentar o número de participantes, ampliando-se esta investigação a reclusos que não se encontrem em programas terapêuticos (*i.e.*, reclusos dos pavilhões) e condenados por crimes mais graves (*e.g.*, homicídio, como um dos crimes que possivelmente possa ser sentido como imperdoável), de forma a obter dados mais diversificados. Considera-se importante ainda realizar o contraste entre as perspetivas dos reclusos e dos profissionais que atuam com os mesmos (*e.g.*, psicólogos, técnicos de reinserção social, guardas prisionais), com o intuito de entender quais as perspetivas dos profissionais de contextos prisionais ou forenses, sobre o processo de perdão (e autoperdão) na população reclusa e suas crenças acerca deste tema.

Como implicações teórico-práticas, realça-se que a presente investigação destaca a importância das intervenções do perdão para o bem-estar psicológico dos reclusos, trazendo contributos relevantes para o conhecimento deste tema, das perspetivas deste público-alvo e para a prática dos psicólogos em contexto prisional. Com a recolha de dados, compreendeu-se que os reclusos consideram importante trabalhar o perdão psicológico enquanto se encontram detidos, uma vez que os auxilia no processo de reclusão e eventualmente na posterior reinserção na sociedade. Por outro lado, este estudo chama a atenção para a necessidade urgente de se investir na contratação de mais psicólogos dentro dos Estabelecimentos Prisionais, uma vez que os próprios reclusos sentem necessidade de trabalhar aspetos facilitadores do seu bem-estar, autorreflexão e autoconhecimento, reconhecendo que os profissionais que existem são escassos e acabam por intervir apenas em casos extremos. Também foi possível compreender que a saúde mental é ainda muito desvalorizada dentro das prisões, apesar de ser uma necessidade de destaque para os próprios reclusos.

Capítulo 3: Conclusão Geral

A presente investigação teve como principal propósito analisar as perspetivas de reclusos quanto à importância do perdão nos processos reabilitativos de ofensores e sua posterior reinserção. Os dados obtidos demonstraram que os participantes reconhecem a importância de se intervir ao nível da reabilitação e reinserção nos estabelecimentos prisionais, seja a partir da aplicação de programas/intervenções psicoterapêuticas dirigidas para a promoção da saúde mental ou de intervenções focadas no perdão.

Quanto ao papel do perdão nestes mesmos processos, entende-se que esta variável pode facilitar a reabilitação dos reclusos, uma vez que estes enfatizaram os benefícios do perdão, como a promoção do bem-estar psicológico e a capacidade de seguir em frente e aprender a viver com as demais situações, como é o caso do crime cometido. Também Pinho et al. (2016) destacaram que o perdão pode promover a criação de novas atitudes nos ofensores (*i.e.*, atitudes mais positivas).

Apesar destes benefícios, o processo para atingir o auto(perdão) foi perspetivado como um processo difícil, devido à sua complexidade e até mesmo à imperdoabilidade associada, pelos reclusos, a alguns dos seus atos. No entanto, os reclusos enfatizaram a importância do autoperdão, atribuindo maior valor a este comparativamente ao perdão interpessoal. De acordo com os participantes, a falta de recursos (*i.e.*, ferramentas e conhecimentos) existente configura-se como um obstáculo para atingir o perdão, havendo uma escassez de programas que trabalhem o perdão psicológico com reclusos. No entanto, estes elucidaram para diferentes variáveis facilitadoras deste processo (*e.g.*, demonstrar arrependimento; mudanças pessoais; empatia; falar do perdão).

Perante os resultados encontrados, considera-se que o perdão apresenta um contributo relevante para este público-alvo, sendo urgente apostar em intervenções de reabilitação dentro das prisões portuguesas com o intuito de diminuir o sofrimento

psicológico e a reincidência em novos crimes. Os estudos prévios de Praptomojati e Suband (2020) e Zuanny (2015) evidenciaram que as intervenções focadas no perdão podem ser uma alternativa a considerar eficaz para estes objetivos (aumento do bem-estar e diminuição da reincidência). Porém, transparece, no presente estudo, que ainda existem vários obstáculos à intervenção psicológica e que o estigma social existente face aos reclusos e ex-reclusos, impede, muitas vezes, os processos de reabilitação.

Os participantes relataram existir um défice de intervenções dentro dos Estabelecimentos Prisionais portugueses, existindo falta de recursos no meio prisional que façam jus ao número de cidadãos reclusos. Esta é, talvez, uma das maiores limitações do sistema prisional, uma vez que a intervenção psicológica é praticamente inexistente e que a Psicologia é pouco aplicada nas prisões (Chamberlain, 2012; Crighton & Towl, 2008; OPP, 2018). Esta falta de acompanhamento pode dificultar, portanto, o desenvolvimento das competências necessárias à vida sem o crime. Por sua vez, o número de técnicos disponíveis é diminuto perante a elevada percentagem de população reclusa (Blaauw & van Marle, 2007) sendo que, em Portugal, existem cerca 12.793 reclusos (RASI, 2020).

Esta investigação traz, contudo, implicações teórico-práticas relevantes para a Psicologia no contexto prisional e forense. Os resultados obtidos apontam para uma abertura, junto da população reclusa, que seria facilitadora da adesão desta população a intervenções de reabilitação (como as intervenções no âmbito do perdão). Acredita-se que, durante a reclusão, alguns reclusos tendem a sentir culpa, vergonha e até mesmo arrependimento perante o crime cometido, podendo ser importante focar a diminuição destes sentimentos. Para além disso, ao confrontarem-se com a realidade prisional, muitos reclusos acabam por sofrer psicologicamente, o que se reflete no aumento do consumo de substâncias, doenças mentais e tentativas de suicídios, evidenciados nos

estudos da área (e.g., Blaauw & van Marle, 2007; Brazão et al., 2015; Granja, 2016; Marinho & Vitória, 2018).

Esta investigação reflete também a necessidade de contratar mais profissionais de Psicologia dentro das prisões, aspeto que foi considerado um obstáculo aos processos de reabilitação, posterior reinserção e desenvolvimento do perdão por parte dos reclusos. Porém, sabe-se que existe um baixo investimento de psicólogos nas prisões e, conseqüentemente, um acompanhamento deficitário dos reclusos tal como elucidam Bierie e Mann (2017) e a própria OPP (2018). Ainda que possam existir poucos recursos para a contratação destes profissionais, considera-se que existe um bom custo-benefício neste investimento a longo prazo. Ora, se cada prisão tivesse psicólogos suficientes para atuar com a população reclusa, seria possível existir uma maior intervenção e reabilitação global, o que a longo prazo poderia refletir-se na diminuição de comportamentos violentos e desenvolvimento de perturbações psicopatológicas dentro das prisões. Além disso, os profissionais poderiam auxiliar os reclusos a desenvolver novas competências pró-sociais, diminuindo-se a possibilidade de reincidência e contribuindo para o alívio da sobrelotação dos estabelecimentos prisionais (Blaauw & van Marle, 2007).

Quanto às principais limitações da presente investigação salienta-se que, face ao número da população reclusa em Portugal, este estudo recorreu apenas a uma amostra diminuta e particular, não permitindo generalizar os dados a toda a população reclusa. Por outro lado, considera-se também o local da recolha de dados: a Unidade Livre de Drogas consiste num programa terapêutico, onde os reclusos tentam reconstruir-se e desenvolver novas competências (Poças et al., 2006; Tavares, 2017), pelo que se entende que isto pode ter facilitado as respostas encontradas devido ao *insight* que estes reclusos possam apresentar relativamente ao perdão e até mesmo à importância da saúde

mental e da Psicologia. Todavia, esta investigação permitiu perceber que a Unidade Livre de Drogas é apontada pelos reclusos como um local privilegiado, onde estes têm a oportunidade de encontrarem um novo caminho de mudança pessoal.

Face a estas limitações, seria fundamental estudar também as perspetivas de reclusos que não frequentem programas terapêuticos como a ULD, contrastando as perspetivas destes com os resultados encontrados aqui, uma vez que os reclusos da ULD podem possuir um discurso mais favorável quanto a este tema comparativamente a reclusos que não têm acompanhamento psicológico regular. Assim, em investigações futuras, poderá ser importante recolher as ideias dos reclusos que se encontram nos pavilhões, uma vez que estes acabam por refletir a maioria da população prisional.

Para além disso, preconiza-se um aumento no número de participantes, abrangendo reclusos condenados por crimes mais graves (*e.g.*, homicídio), com o intuito de obter um conjunto de dados mais heterógeno. Considera-se igualmente importante a replicação da presente pesquisa com profissionais (tal como se pretendia efetuar antes da pandemia por Covid-19 ter impossibilitado o cumprimento desse objetivo inicial), para perceber que consciencialização existe acerca da importância do perdão dentro das prisões, bem como para realizar um contraste entre as perceções dos reclusos e de quem convive com estes diariamente.

Ao realizar estas novas investigações, aumentar-se-ia o conhecimento científico na área e, conseqüentemente, a consciencialização da sociedade e das próprias entidades competentes acerca do papel do perdão psicólogo para o bem-estar dos reclusos, da importância desta variável nos processos reabilitativos dos ofensores e até mesmo da importância da Psicologia no contexto prisional e forense.

Referências Bibliográficas

- Adler, J. R., & Mir, M. (2012). *Evaluation of the forgiveness project within prisons*. Forensic Psychological Services at Middlesex University, London, UK.
- Ahmad, S., Wasim, S., Irfan, S., Gogoi, S., Srivastava, A., & Farheen, Z. (2019). Qualitative v/s. Quantitative Research-A Summarized Review. *Journal of Evidence Based Medicine and Healthcare*, 6(43), 2828-2832. <https://doi.org/10.18410/jebmh/2019/587>
- Akhtar, S., & Barlow, J. (2018). Forgiveness Therapy for the Promotion of Mental Well-Being: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Trauma, Violence & Abuse*, 19(1), 107-112. <https://doi.org/10.1177/1524838016637079>
- Alencar, T. F., & Abreu, E. L. (2019). O perdão sob a perspectiva do ofensor: uma revisão sistemática. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 39, 1-17. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003185662>
- Altmaier, E. M. (2019). Forgiveness. In E. M. Altmaier (Ed.), *Promoting Positive Processes after Trauma* (1.^a ed., pp. 65-75). Academic Press.
- Barros-Oliveira, J. H. (2010). Felicidade, optimismo, esperança e perdão em jovens, adultos e idosos. *Psychologica*, 52(1), 123-148. https://doi.org/10.14195/1647-8606_52-1_7
- Batista, E. C., Matos, L. A. L., & Nascimento, A. B. (2017). A entrevista como técnica de investigação na pesquisa qualitativa. *Revista Interdisciplinar Científica Aplicada*, 11(3), 23-38.
- Bierie, D. M., & Mann, R. E. (2017). The history and future of prison psychology. *Psychology, Public Policy and Law*, 23(4), 478-489. <http://dx.doi.org/10.1037/law0000143>

- Bishop, A. J., Randall, K., & Merten, M. J. (2014). Consideration of Forgiveness to Enhance the Health Status of Older Male Prisoners Confronting Spiritual, Social, or Emotional Vulnerability. *Journal of Applied Gerontology*, 33(8), 998-1017. <https://doi.org/10.1177/0733464812456632>
- Blaauw, E. & van Marle, H. J. C. (2007). Mental health in prisons. In L. Moller, H. Stöver, R. Jürgens, A. Gatherer, H. Nikogosian (Eds.), *Health in prisons: A WHO guide to the essentials in prison health* (1.^a ed., pp. 133-145). World Health Organization.
- Boni, V., & Quaresma, S. J. (2005). Aprendendo a entrevistar: como fazer entrevistas em Ciências Sociais. *Em Tese*, 2(1), 68-80.
- Bono, G., McCullough, M. E., & Root, L. M. (2008). Forgiveness, Feeling Connected to Others, and Well-Being: Two Longitudinal Studies. *Personality and Social Psychology*, 34(2), 182-195. <https://doi.org/10.1177/0146167207310025>
- Boonen, P. M. (2016). O Lugar do Perdão na Justiça Restaurativa. *Ciências Sociais Aplicadas: Justiça Restaurativa e Cidadania*, 24(3), 261-270. <https://doi.org/10.5212/PublicatioCi.Soc.v.24i3.0002>
- Braun, V., & Clarke, V. (2019). Reflecting on reflexive thematic analysis. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 11(4), 589-597. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2019.1628806>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <http://dx.doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Braun, V., & Clarke, V. (2014). What can “thematic analysis” offer health and wellbeing researchers? *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 9(1), 1-3. <http://dx.doi.org/10.3402/qhw.v9.26152>

- Brazão, N., da Motta, C., & Rijo, D. (2013). From multimodal programs to a new cognitive–interpersonal approach in the rehabilitation of offenders. *Aggression and Violent Behavior, 18*(6), 636-643. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2013.07.018>
- Brazão, N., Motta, C. D., Rijo, D., & Pinto-Gouveia, J. (2015). The prevalence of personality disorders in Portuguese male prison inmates: Implications for penitentiary treatment. *Análise Psicológica, 33*(3), 279-290. <https://dx.doi.org/10.14417/ap.975>
- Casarjian, R., Jenny Phillips, M. A., & Wolman, R. (2006). An Emotional Literacy Intervention with Incarcerated Individuals. *American Journal of Forensic Psychology, 25*(3).
- Castrillón-Guerrero, L., Fiallo, V., Knudsen, M. L., López, W., Correa-Chica, A., & Polanco, J. G. (2018). Comprensiones de perdón, reconciliación y justicia en víctimas de desplazamiento forzado en Colombia. *Revista de Estudios Sociales, (63)*, 84-98. <http://dx.doi.org/10.7440/res63.2018.07>
- Chalub, M., & Telles, L. E. (2006). Alcohol, drugs and crime. *Brazilian Journal of Psychiatry, 28*, 69-73. <https://doi.org/10.1590/S1516-44462006000600004>
- Chamberlain, A. W. (2012). Offender rehabilitation: Examining changes in inmate treatment characteristics, program participation, and institutional behavior. *Justice Quarterly, 29*(2), 183-228. <http://dx.doi.org/10.1080/07418825.2010.549833>
- Cornish, M. A., & Wade, N. G. (2015). A Therapeutic Model of Self-Forgiveness With Intervention Strategies for Counselors. *Journal of Counseling & Development, 93*, 96-104. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2015.00185.x>
- Costa, V., Monteiro, S., Esgalhado, G., & Pereira, H. (2017). Investigação psicológica em contexto prisional português: uma revisão sistemática da literatura e desafios

- futuros para a investigação. *Revista da Associação Portuguesa de Psicologia*, 31(1), 49-58. <http://dx.doi.org/10.17575/rpsicol.v31i1.1238>
- Crighton, D. A. & Towl, G. J. (2008). *Psychology in Prisons* (2.^a ed.). Blackwell.
- Day, A., Bryan, J., Davey, L., & Casey, S. (2006). The process of change in offender rehabilitation programmes. *Psychology, Crime & Law*, 12(5), 473-487. <http://dx.doi.org/10.1080/10683160500151209>
- Day, A., Gerace, A., Wilson, C., & Howells, K. (2008). Promoting forgiveness in violent offenders: A more positive approach to offender rehabilitation? *Aggression and Violent Behavior*, 13(3), 195-200. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2008.03.004>
- Dentz, R. (2014). Perdão, historicidade e narrativa: discussões a partir de Paul Ricoeur. *Teoliteraria-Revista de Literaturas e Teologias*, 4(7), 38-45. <https://doi.org/10.19143/2236-9937.2016v4n7p38-45>
- DeShea, L. (2003). A scenario-based scale of willingness to forgive. *Individual Differences Research*, 1(3), 201-217.
- DGRSP. (s.d.). *Unidades Livres de Drogas*. <https://dgrsp.justica.gov.pt/Justi%C3%A7a-de-adultos/penas-e-medidas-privativas-de-liberdade/Sa%C3%BAde/Unidades-livres-de-droga>
- Dores, A. P., Loureiro, R., & Pontes, N. (2013). *Prison conditions in Portugal*. European Prison Observatory. <http://hdl.handle.net/10071/8896>
- Enright, R. D., Freedman, S. R., & Rique, J. (1998). The psychology of interpersonal forgiveness. In R. D. Enright, & J. North (Eds.), *Exploring forgiveness*. University of Wisconsin Press.
- Enright, R., Erzar, T., Gambaro, M., Komoski, M. C., O'Boyle, J., Reed, G., Song, J., Teslik, M., Wollner, B., Yao, Z., & Yu, L. (2016). Proposing Forgiveness

Therapy for those in Prison: An Intervention Strategy for Reducing Anger and Promoting Psychological Health. *Journal of Forensic Psychology*, 1(4), 1-3.
<https://doi.org/10.4172/2475-319X.1000116>

Ermida, R. M. C. (2018). *Percurso dos Reclusos em Contexto Prisional: Processos Identitários e Reinserção social: Um Estudo de caso*. [Dissertação de Mestrado, Instituto Superior de Ciências Policiais e Segurança Interna]. Repositório Comum. <http://hdl.handle.net/10400.26/25349>

Exline, J. J., Worthington Jr, E. L., Hill, P., & McCullough, M. E. (2003). Forgiveness and Justice: A Research Agenda for Social and Personality Psychology. *Personality and Social Psychology Review*, 7(4), 337-348.
https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0704_06

FFMS. (2019). *Indicador da lotação prisional oficial*. PORDATA.
[https://www.pordata.pt/Portugal/Pris%
c3%b5es+total+e+lota%
c3%a7%c3%a3o-270](https://www.pordata.pt/Portugal/Pris%c3%b5es+total+e+lota%c3%a7%c3%a3o-270)

Freedman, S., & Zarifkar, T. (2016). The Psychology of Interpersonal Forgiveness and Guidelines for Forgiveness Therapy: What Therapists Need to Know to Help Their Clients Forgive. *Spirituality in Clinical Practice*, 3(1), 45-58.
<https://dx.doi.org/10.1037/scp0000087>

Gismero-González, E., Jódar, R., Martínez, M. P., Carrasco, M. J., Cagigal, V., & Prieto-Ursúa, M. (2019). Interpersonal Offenses and Psychological Well-Being: The Mediating Role of Forgiveness. *Journal of Happiness Studies*, 21, 1-20.
<https://doi.org/10.1007/s10902-018-00070-x>

Gomes, C., Duarte, M., & Almeida, J. (2004). Crimes, penas e reinserção social: Um olhar sobre o caso português. *Actas dos ateliers do Vº Congresso Português de Sociologia Sociedades Contemporâneas: Reflexividade e Ação*, 27-34.

- Gouveia, V. V., Freires, L. A., Gouveia, R. S. V., Souza Filho, J. F., Souza, R. V. L., & Monteiro, R. P. (2015). Escala de Disposição para Perdoar: estrutura, consistência interna e invariância fatorial. *Estudos de Psicologia*, 32(2), 151-161. <http://dx.doi.org/10.1590/0103-166X2015000200001>
- Gouveia, V. V., Gonçalves, M. P., Mesquita Costa, J., Araújo, L. B. U., Gouveia, R. S., & Medeiros, E. D. (2009). Disposição para perdoar, desejabilidade social e religião: um estudo correlacional. *Revista Bioética*, 17(2), 297-308.
- Granja, R. (2016). Beyond prison walls: The experiences of prisoners' relatives and meanings associated with imprisonment. *Probation Journal*, 63(3), 273-292. <http://dx.doi.org/10.1177/0264550516648394>
- Griffin, B. J., Worthington Jr., E. L., Lavelock, C. R., Wade, N. G., & Hoyt, W. T. (2015). Forgiveness and Mental Health. In L. L. Toussaint, E. L. Worthington, Jr. & D. R. Williams (Eds.), *Forgiveness and Health: Scientific Evidence and Theories Relating Forgiveness to Better Health* (1.^a ed., pp. 77-107). Springer.
- Hanke, K., & Vaclair, C. (2016). Investigating the Human Value “Forgiveness” Across 30 Countries: A Cross-Cultural Meta-Analytical Approach. *Cross-Cultural Research*, 50(3), 215-230. <https://doi.org/10.1177/1069397116641085>
- Hook, J. N., Worthington, E. L., Utsey, S. O., Davis, D. E., Gartner, A. L., Jennings, D. J., Van, D. R., & Dueck, A. (2012). Does forgiveness require interpersonal interactions? Individual differences in conceptualization of forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 53(5), 687-692. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.05.026>
- Ikiz, F. E., Mete-Otlu, B., & Asici, E. (2015). Beliefs of Counselor Trainees about Forgiveness. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 15(2), 463-479. <https://doi.org/10.12738/estp.2015.2.2205>

- Jacinto, G. A., & Edwards, B. L. (2011). Therapeutic stages of forgiveness and self-forgiveness. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 21(4), 423-437. <https://dx.doi.org/10.1080/15433714.2011.531215>
- Junqueira, M. H., Lima, V. A., Alencar, F. B., & Tada, I. N. (2016). A inclusão social de encarcerados e ex-apenados. *Estudos Contemporâneos da Subjetividade*, 6(2), 272-282.
- Kaletka, K., & Mróz, J. (2018). Forgiveness and life satisfaction across different age groups in adults. *Personality and Individual Differences*, 120(1), 17–23. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.08.008>
- Kolind, T., Frank, V. A., & Dahl, H. (2010). Drug treatment or alleviating the negative consequences of imprisonment? A critical view of prison-based drug treatment in Denmark. *International Journal of Drug Policy*, 21(1), 43-48. <https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2009.03.002>
- Konstam, V., Chernoff, M., & Deveney, S. (2001). Toward forgiveness: The role of shame, guilt, anger, and empathy. *Counseling and Values*, 46, 26–39. <https://doi.org/10.1002/j.2161-007X.2001.tb00204.x>
- Lei n.º 1-A/2020, de 19 de março da Assembleia da República (2020). Diário da República n.º 56/2020, 3º Suplemento, Série I de 2020-03-19. <https://dre.pt/home/-/dre/130473088/details/maximized>
- Liebmann, M. (2010). Restorative Justice in Prisons: An International Perspective. *In United Nations Crime Congress*.
- Liu, H., & Li, H. (2020). Self-Control Modulates the Behavioral Response of Interpersonal Forgiveness. *Frontiers in Psychology*, 11(472), 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00472>

- Lundholm, L., Haggård, U., Möller, J., Hallqvist, J., & Thiblin, I. (2013). The triggering effect of alcohol and illicit drugs on violent crime in a remand prison population: a case crossover study. *Drug and alcohol dependence*, *129*(1-2), 110-115. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2012.09.019>
- Marinho, M., & Vitoria, P. (2018). Psychoactive substance use and perception of mental health status in inmates of two Portuguese prisons. *Psychology, Community & Health*, (1), 29-43. <https://doi.org/10.5964/pch.v7i1.205>
- McCullough, M. E. (2000). Forgiveness as human strength: Theory, measurement, and links to well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *19*(1), 43-55. <https://doi.org/10.1521/jscp.2000.19.1.43>
- McCusker, K., & Gunaydin, S. (2015). Research using qualitative, quantitative or mixed methods and choice based on the research. *Perfusion*, *30*(7), 537-542. <https://doi.org/10.1177/0267659114559116>
- McIntosh, J., & Saville, E. (2006). The challenges associated with drug treatment in prison. *Probation Journal*, *53*(3), 230-247. <http://doi.org/10.1177/0264550506063570>
- Minoura, S. (2018). Offender rehabilitation reform in Japan: Effective cooperation between professional and volunteer probation officers. *International Journal of Law, Crime and Justice*, *54*, 111-120. <https://doi.org/10.1016/j.ijlcrj.2018.03.004>
- Mjåland, K. (2016). Exploring prison drug use in the context of prison-based drug rehabilitation. *Drugs: education, prevention and policy*, *23*(2), 154-162. <http://dx.doi.org/10.3109/09687637.2015.1136265>
- Morujo, J. S. G. (2017). *O Papel da Formação Profissional na Reinserção Profissional de Ex-Reclusos*. [Dissertação de Mestrado, Instituto Politécnico de Setúbal]. Repositório Comum. <http://hdl.handle.net/10400.26/19757>

- Nunes, V. & Cunha, C. (2018, Junho). *Forgiveness and self-forgiveness in inmate offenders: Controversies, evidences and the lens of the dialogical self-theory*. Paper presented at the 10th International Conference on the Dialogical Self, Braga, Portugal.
- Oliveira, J. H. B. (2002). Perdão: Teoria e Avaliação (Proposta de uma nova escala). *Psicologia, Educação e Cultura*, 6(2), 303-320.
- Orbon, M., Mercado, J., & Balila, J. (2015). Effects of forgiveness therapy on recovery among residents of drug rehabilitation centers. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 165(6), 12-20. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.12.599>
- Ordem dos Psicólogos Portugueses. (2018). A Importância dos Psicólogos nos Estabelecimentos Prisionais: Contributo da OPP. Lisboa
- PGDL. (2018). Código Penal Português: Procuradoria Geral Distrital de Lisboa. <http://www.pgdlisboa.pt/leis>
- Pinho, R. G. (2009). Justiça Restaurativa: um novo conceito. *Revista Eletrônica de Direito Processual*, 3(3), 242-268.
- Pinho, V. D., & Falcone, E. M. O. (2018). Estudo qualitativo sobre fatores facilitadores e dificultadores do perdão interpessoal. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 18(1), 189-208. <https://doi.org/10.12957/epp.2018.38116>
- Pinho, V. D., Falcone, E. M., & Sardinha, A. (2016). O papel preditivo da habilidade empática sobre o perdão interpessoal. *Temas em Psicologia*, 24(4), 1507-1518. <http://dx.doi.org/10.9788/TP2016.4-17>
- Poças, M. E., Rodrigues, M. J., Eliseu, M. J. P., Setil, I., Barros, J. H., Miguel, N. P. S., & Goulão, J. A. (2006). *Plano de Acção Nacional para Combate à Propagação de Doenças Infecciosas em Meio Prisional*. Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências.

- Praptomojati, A., & Subandi, M. A. (2020). Forgiveness therapy for adult inmate in Indonesian correctional facility: a pilot study. *The Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, 31(3), 391-408. <https://doi.org/10.1080/14789949.2020.1751869>
- Prieto, M., Jódar, R., Martínez, M. P., Carrasco, M. J., Gismero, E., & Cagigal, V. (2013). Effects of conceptualizations of forgiveness on specific and dispositional forgiveness. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84(9), 1341-1345. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.753>
- Proeve, M., & Howells, K. (2002). Shame and guilt in child sex offenders. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 46(6), 657-667. <https://doi.org/10.1177/0306624X02238160>
- Rafaiee, R., Olyae, S., & Sargolzaiee, A. (2013). The relationship between the type of crime and drugs in addicted prisoners in Zahedan Central Prison. *International journal of high risk behaviors & addiction*, 2(3), 139-140. <https://doi.org/10.5812/ijhrba.13977>
- RASI (2020). *Relatório Anual de Segurança Interna 2019*. <https://www.portugal.gov.pt>.
- Rausch, J. (2015). Your True Freedom. *Journal of Prison Education and Reentry*, 2(1), 61-63. <http://dx.doi.org/10.15845/jper.v2i1.715>
- Rique, J., & Camino, C. P. S. (2010). O perdão interpessoal em relação a variáveis psicossociais e demográficas. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 23(3), 525-532. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-79722010000300013>
- Rique, J., Camino, C. P. S., Enright, R. D., & Queiroz, P. (2007). Perdão interpessoal e contextos de injustiça no Brasil e Estados Unidos. *Psico*, 38(2), 182-189.
- Rosa, S. C. (2010). *Avaliação do impacto da implementação de um programa de formação para o empreendedorismo em ex-reclusos*. [Dissertação de Mestrado,

Universidade Técnica de Lisboa]. Repositório ULisboa.
<http://hdl.handle.net/10400.5/3049>

Sachitra, V., & Wijewardhana, N. (2020). The road to develop prisoners' skills and attitudes: an analytical study of contemporary prison-based rehabilitation programme in Sri Lanka. *Safer Communities*, 19(1), 15-34.
<https://doi.org/10.1108/SC-01-2019-0002>

Santana, R. G., & Lopes, R. F. F. (2012). Aspetos Conceituais do Perdão no Campo da Psicologia. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 32(3), 618-631.
<https://doi.org/10.1590/S1414-98932012000300008>

Santos, J. R. A., & Gaglietti, M. (2015). Justiça Restaurativa: A cura pelo perdão. *Protestantismo em Revista*, 39, 82-95.
<http://dx.doi.org/10.22351/nepp.v39i0.2552>

Seddon, T. (2000). Explaining the drug-crime link: Theoretical, policy and research issues. *Journal of Social Policy*, 29(1), 95-107.
<https://doi.org/10.1017/S0047279400005833>

Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>

Shapland, J. (2016). Forgiveness and Restorative Justice: Is It Necessary? Is It Helpful? *Oxford Journal of Law and Religion*, 5(1), 94-112.
<https://doi.org/10.1093/ojlr/rwv038>

Silva, C. B. (2012). *A vida de ex-reclusos, por suas palavras. Os liames entre a vida na prisão e a (re)inserção social*. [Dissertação de Mestrado, Universidade do Porto]. Repositório Aberto. <http://hdl.handle.net/10216/66006>

- Strelan, P., & McKee, I. (2014). Inclusive justice beliefs and forgiveness: Commonality through self-transcending values. *Personality and Individual Differences*, 68, 87-92. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.04.001>
- Tavares, J. (2017). *Reportagem no Estabelecimento Prisional do Porto (Custódias)*. Dependências. https://granito.group/ficheiros/conteudos/files/1507797950_dep_s etembro17.pdf
- The Forgiveness Project. (s.d.). *RESTORE Programme*. <https://www.theforgivenessproject.com/restore-programme>
- Tiveron, R. (2009). Promover justiça com perdão e alteridade: a proposta da justiça restaurativa. *Universitas Jus*, 19, 35-61. <https://doi.org/10.5102/unijus.v1i0.865>
- Toussaint, L. L., Worthington Jr., E. L., & Williams, D. R. (2015). Introduction: Context, Overview, and Guiding Questions. In L. L. Toussaint, E. L. Worthington, Jr. & D. R. Williams (Eds.), *Forgiveness and Health: Scientific Evidence and Theories Relating Forgiveness to Better Health* (1.^a ed., pp. 1-9). Springer.
- Tsang, J-A., & Stanford, M. S. (2007). Forgiveness for intimate partner violence: The influence of victim and offender variables. *Personality and Individual Differences*, 42(4), 653-664. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.08.017>
- Tucker, J. R., Bitman, R. L., Wade, N. G., & Cornish, M. A. (2015). Defining Forgiveness: Historical Roots, Contemporary Research, and Key Considerations for Health Outcomes. In L. L. Toussaint, E. L. Worthington, Jr. & D. R. Williams (Eds.), *Forgiveness and Health: Scientific Evidence and Theories Relating Forgiveness to Better Health* (1.^a ed., pp. 13-28). Springer.
- Wade, N. G., Hoyt, W. T., Kidwell, J. E. M., & Worthington, E. L. (2014). Efficacy of Psychotherapeutic Interventions to Promote Forgiveness: A Meta-Analysis.

Journal of Consulting and Clinical Psychology, 82(1), 154-170.

<https://doi.org/10.1037/a0035268>

Worthington, E. L. Jr. (2005). Initial questions about the art and science of forgiving. In E. L. Worthington Jr. (Ed.), *The handbook of forgiveness* (1.^a ed., pp. 1-16). Brunner-Routledge.

Zechmeister, J. S., & Romero, C. (2002). Victim and offender accounts of interpersonal conflict: Autobiographical narratives of forgiveness and unforgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(4), 675–686.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.4.675>

Zuanny, I. P. (2015). *Forgiveness Therapy to Improve The Meaningfulness of Life Inmates in Prisons* [Apresentação de Artigo]. International Conference on Science, Technology and Humanity. Yogyakarta.

Anexo A – Questionário Sociodemográfico

CÓDIGO DO/A PARTICIPANTE: _____

QUESTIONÁRIO DE DADOS SÓCIO-DEMOGRÁFICOS

Este questionário recolhe informações sócio biográficas. Por favor, responda com sinceridade e a todas as questões. Será mantido o anonimato e a confidencialidade dos seus dados. Preencha as questões seguintes colocando a informação correta ou assinalando com uma cruz a resposta adequada.

1. Sexo: _____

2. Idade: _____

3. Estado Civil:

a. Solteiro

b. Casado

c. Viúvo

d. União de Facto

e. Divorciado

f. Outro. Qual: _____

4. Nacionalidade:

a. Portuguesa

b. Outra. Qual: _____

5. Habilitações Literárias:

a. Ensino primário

b. Ensino secundário

c. Ensino superior

6. Tempo de pena atribuída: _____

7. Tempo de pena por cumprir (estimativa): _____

8. Motivo da condenação: _____

9. Reincidente:

a. Sim

b. Não

No caso de reincidência, por favor esclarecer:

a. Mesma condenação

b. Outra

10. Religião:

a. Tenho Qual: _____

b. Não tenho

c. Não sei/Prefiro não responder

MUITO OBRIGADA PELA SUA PARTICIPAÇÃO.

Anexo B – Entrevista Semiestruturada

CÓDIGO DO/A PARTICIPANTE: _____

ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA

Esta entrevista recolhe informações sobre a sua perspetiva acerca da temática em estudo, por isso pedimos que responda com sinceridade. Será mantido o anonimato e a confidencialidade dos seus dados.

1. Já participou em alguma atividade de reinserção social e/ou de reabilitação aqui no Estabelecimento Prisional?

Opções: Se sim, qual? Se não, tinha interesse em participar em alguma?

2. Considera importante trabalhar-se junto dos reclusos aspetos ligados à reinserção social e à reabilitação? Porquê?
3. Quais os aspetos que, na sua experiência pessoal, são os mais importantes para uma reabilitação e reinserção eficazes?
4. Como tem sido o seu comportamento durante o cumprimento da pena?
5. Considera o perdão e o autoperdão aspetos importantes na reabilitação e reinserção dos reclusos? Porquê? Que impacto estes aspetos teriam na sua vida?
6. Quando falamos de autoperdão, quais são os pensamentos que surgem de imediato?
7. O quão importante é para si perdoar-se pelo que fez?
8. Já passou por alguma situação na qual perdoou ou foi perdoado por alguém? Que significado retirou desta(s) situação(ões)?
9. De que forma a participação num programa sobre perdão podia ser relevante no cumprimento da sua pena? E especificamente no crime pelo qual foi condenado?
10. Se voltássemos ao momento em que aconteceu o crime, o seu comportamento seria diferente? Como acha que iria reagir?

11. Que mudanças (positivas e negativas) identifica em si desde que iniciou a sua pena?
- a. Como tem sido o seu comportamento?
 - b. Como se tem sentido?
 - c. Quais os principais pensamentos?
12. Dessas mudanças, quais foram notadas pelos outros (família, amigos, conhecidos, ou seja, pessoas que deixou fora da prisão)?
13. Há alguma coisa que gostaria de mudar e que ainda não mudou? Se sim, como pensa conseguir essa mudança?
14. Em poucas palavras como acha as pessoas que o conhecem e que estão fora da prisão o descrevem? E como se descreve em poucas palavras?

MUITO OBRIGADA PELA SUA PARTICIPAÇÃO.

Anexo C – Consentimento Livre e Esclarecido

CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Eu, Joana da Conceição Costa Moniz, estou a realizar uma investigação intitulada “*O perdão na reabilitação e reinserção de ofensores: Contraste entre perspetivas de reclusos e profissionais*” no âmbito da minha dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica Forense, sob a orientação da Professora Doutora Carla Cunha, investigadora da UNIDEP (Unidade de Investigação em Desenvolvimento Humano e Psicologia) e docente no Departamento de Ciências Sociais e Humanas no ISMAI (Instituto Universitário da Maia). A investigação visa explorar as perspetivas de profissionais ligados à reinserção social e as perspetivas de reclusos quanto ao papel do perdão no processo de reabilitação e reinserção.

Assim, vimos, por este meio, pedir a sua colaboração neste estudo. Para tal será pedido que responda a uma entrevista, que reúne um conjunto de questões acerca da temática em estudo para perceber a sua perspetiva em relação a este tema. Prevê-se que a entrevista tenha uma duração média de 30 a 45 minutos e necessitará de ser gravada em áudio, sem alteração de voz, para permitir análises posteriores.

A sua colaboração é fundamental e única para nós. Asseguramos que os seus dados serão ocultados em qualquer momento de divulgação dos resultados e as conclusões obtidas decorrentes da presente investigação, salvaguardarão o seu anonimato. Realçamos que a sua participação é voluntária e caso recuse participar ou desistir durante o processo não terá qualquer consequência negativa. Após a conclusão do estudo em que participa, se pretender, ser-lhe-á facultado um documento com as principais conclusões mediante contacto para o e-mail indicado abaixo.

Se concordar em colaborar na presente investigação, por favor, assine no espaço abaixo.

Declaro que tomei conhecimento das informações relevantes. Compreendo o que este estudo envolve e aceito participar voluntariamente, salvaguardando-se o meu anonimato. Foi-me entregue uma cópia assinada deste formulário de consentimento.

Data: ___/___/___

O/A Participante: _____

A Investigadora: _____

MUITO OBRIGADA PELA SUA COLABORAÇÃO.

A investigadora responsável: Carla Alexandra de Castro Cunha [ccunha@ismai.pt]

Anexo D – Códigos e Extratos da Análise Temática

Tabela 1

Códigos iniciais criados e extratos correspondentes

Códigos	Extratos
<i>Reconhecer erros/falhas</i>	<p>“Porque uma pessoa tem que saber onde é que falhou (...)” (ULD1)</p> <p>“(...) Ah significou claro...significa a gente saber que está errado” (ULD7)</p> <p>“Só se for no bem-estar, no sentido de eu reconhecer coisas que fiz, que eu tenho bastantes que eu sei e há coisas que eu tenho que eu não quero falar nem mexer.” (ULD7)</p> <p>“Isso o perdão, o perdoar-me a mim mesmo é estar de bem comigo mesmo, é aceitar o meu erro (...)” (ULD12)</p>
<i>Capacidade de perdoar</i>	<p>“(...) saber perdoar, se não tamos num sofrimento sempre” (ULD1)</p>
<i>Crescimento pessoal</i>	<p>“Sim, a crescer como pessoa” (ULD1)</p> <p>“Ahn...vai fazer de mim uma pessoa melhor daqui para a frente.”. (ULD1)</p> <p>“Ia ajudar-me a tornar uma pessoa melhor.” (ULD4)</p> <p>“(...) não lhe sei, não lhe sei explicar, mas já me sentia outra pessoa.” (ULD6)</p> <p>“Primeiro é crescer como pessoa e...ahn...conhecer-me bem e as minhas qualidades e é por isso que estou aqui nesta unidade livre de drogas (...)” (ULD1)</p>
<i>Resolução</i>	<p>“Sim sim...se nós não nos perdoarmos nunca mais vamos andar bem...isso tem que ser resolvido.” (ULD1)</p>
<i>Perdoar-me/perdoar</i>	<p>“É perdoar a mim (...)” (ULD1)</p> <p>“Já passei por várias situações que perdoei e que já fui bastantes vezes também perdoado” (ULD3)</p> <p>“Porque uma pessoa tem de perdoar o próximo.” (ULD9)”</p>

	<p>“Perdoar-me a mim mesmo.” (ULD9)</p> <p>“O autoperdão é a gente saber perdoarmo-nos a nós a nós próprios e também sabermos perdoar os outros de uma forma rápida em situações em que temos que dar valor.” (ULD7)</p> <p>“Perdoar-me a mim próprio por coisas que eu fiz aos outros...ou a mim, até mesmo a mim.”. (ULD10)</p> <p>“O perdoar-me a mim mesmo é autoestima.” (ULD12)</p>
<i>Perdoar o passado</i>	<p>“É perdoar a mim...ahnn...tenho que perdoar um bocado o meu passado e ter-me refugiado nas drogas” (ULD1)</p>
<i>Arrependimento</i>	<p>“Foi um grande erro na minha vida e que estou arrependido (...)” (ULD1)</p> <p>“Sinto-me bem, se a pessoa tiver arrependida do erro e tivermos uma conversa (...)” (ULD1)</p> <p>“Sim...senti-me aliviado e também arrependido do erro. Já com familiares já me aconteceu isso...”. (ULD1)</p> <p>“Arrependo-me de muita coisa e ainda hoje me arrependo” (ULD3)</p> <p>“(...) sinto-me culpado e revoltado e arrependido porque é que eu não fiz mais por ele?” (ULD3)</p> <p>“Claro, porque daquilo que fiz eu consigo ver muitos erros e fiz sofrer outras pessoas.” (ULD4)</p> <p>“É, é bom, é bom. É bom saber que fizemos alguma coisa na qual nos arrependemos, não é? Porque se somos perdoados é porque foi mal feito” (ULD10)</p>
<i>“Letting go”</i>	<p>“(...) e que tenho que dar a volta a isso também...a esse passado um bocadinho duro.”. (ULD1)</p> <p>“Claro que sim para eu avançar e tanto...que eu tenho objetivos de vida e...ahnn...tenho que perdoar-me a mim próprio.” (ULD1)</p> <p>“Sim sim, para avançar na vida senão é impossível.”. (ULD1)</p> <p>“Porque devemos nos perdoar para andar para a frente.” (ULD1)</p> <p>Sim é importante como lhe digo...para...para andar para frente com a vida.”. (ULD1)</p> <p>“Para seguir em frente”. (ULD2)</p> <p>“também me faz sentir bem comigo mesmo e dá-me confiança para poder ultrapassar” (ULD3)</p> <p>“Hum...sinceramente eu esqueço tudo o que ficou para trás, esqueço...é assim não é esquecer, porque não se esquece, ainda agora estou a falar, mas não dou tanta importância a isso, é uma passagem da minha vida.”. (ULD6)</p>

	<p>“Ah significou claro...significa a gente saber que está errado e que a outra pessoa tem a capacidade de dizer que está tudo bem, que aconteceu porque aconteceu ahn...não faz mal, olha eu compreendo” (ULD7)</p> <p>“e depois há o momento que tens que te libertar disso, tens que te libertar...claro que não vais...não vais conseguir apagar o passado, mas é possível aprenderes a viver com ele e não estares a toda a hora ah...” (ULD8)</p> <p>“É sinal que de facto temos pessoas que...importantes e que superamos por algum problema que tenha acontecido.” (ULD8)</p> <p>“Nós quando perdoamos alguém, não vamos estar a falar da situação que estamos a perdoar...ou pelo menos se vamos falar, vamos abordá-la de uma forma calma” (ULD10)</p> <p>“É...é...ajuda-nos a sobreviver. É leve, faz-nos sentir mesmo no topo, é confiança, é vontade de querer seguir em frente” (ULD11)</p> <p>“(...) e isso tem me ajudado a conhecer-me melhor e assim conseguir ultrapassar isso para ser uma pessoa melhor.” (ULD3)</p>
Bem-estar	<p>“Sinto-me bem (...)sinto-me muito...sinto-me bem.” (ULD1)</p> <p>“A sentir-me bem comigo próprio, faz-me sentir bem perdoar”. (ULD1)</p> <p>“Sentia-me bem...(...) Sim, sentia-me bem (...)” (ULD3)</p> <p>“perdoando-me [impercetível] também me faz sentir bem comigo mesmo” (ULD3)</p> <p>“Feliz, bem.” (ULD9)</p> <p>“Pois...ahn...já me ia sentir melhor” (ULD6)</p> <p>“Só se for no bem-estar, no sentido de eu reconhecer coisas que fiz, que eu tenho bastantes que eu sei e há coisas que eu tenho que eu não quero falar nem mexer.” (ULD7)</p> <p>“O perdoar para mim é fácil...ahn...senti-me melhor ser perdoado.” (ULD8)</p> <p>“Sinto-me bem, mas é custoso.” (ULD10)</p> <p>“Isso o perdão, o perdoar-me a mim mesmo é estar de bem comigo mesmo (...)”. (ULD12)</p> <p>“tem muito importância para a minha vida eu estar bem comigo” (ULD12)</p>

	“Do perdoar outra pessoa e de ser perdoado? É o bem-estar. É o bem-estar que se sente a seguir.” (ULD12)
<i>Alívio/tranquilidade</i>	<p>“Sim...senti-me aliviado e também arrependido do erro. Já com familiares já me aconteceu isso...”. (ULD1)</p> <p>“Oh um pouco aliviado também.... aliviado...não menos arrependido, mas de uma certa forma aliviado.” (ULD8)</p> <p>“Claro que se ajudar à pessoa a estar um pouco mais em paz ahn....claro que é muito favorável ao nosso dia-a-dia. Tudo o que nos permite estar um pouco mais em paz acaba por ter um dia-a-dia mais tranquilo (...)” (ULD8)</p> <p>“Na paz...pelo menos. Traria mais paz à minha vida pelo menos.” (ULD10)</p> <p>“É...é reconfortante. É um alívio na consciência (...)” (ULD10)</p> <p>“tirava-me um peso” (...) Sim, o peso. Exatamente, este peso na consciência já estive em algumas das minhas recaídas...não estava leve, não havia aquela tranquilidade e isto ajudava bastante. Claro.” (ULD11)</p> <p>“É leve, faz-nos sentir mesmo no topo” (ULD11)</p>
<i>Erros passados</i>	<p>“Só se for as coisas que fiz, os meus comportamentos, as pessoas que perdi também.” (ULD2)</p> <p>“É importante para a gente não chegar lá fora e....eu pelo menos já estive preso mais vezes..., mas pelo menos para não cometer os erros que já cometeu antes...é uma das coisas principais.”. (ULD10)</p>
<i>Reclusão</i>	“Para mim a pena em si já é o perdão. (...) com o tempo que vou passar aqui já...já me fez ver as coisas e em certo sentido já estou a pedir perdão em muita coisa” (ULD2)
<i>Incapacidade de perdoar</i>	“Sim acho interessante, porque há coisas de mim que eu não consigo perdoar e...e também tem coisas que não.... como é que eu hei de explicar? Que não consigo perdoar em mim e que não consigo que as outras pessoas também não façam o mesmo.”. (ULD3)
<i>Aprendizagem</i>	<p>“Sim para ter mais conhecimento e assim poder ajudar-me a mim e aos outros (...)” (ULD3)</p> <p>“Hum...melhorias de conhecimento e para saber lidar com as coisas também.” (ULD3)</p> <p>“É uma mais valia é daqui para a frente, não é o tempo é que isto dura. É o que ele me vai ensinar a mim a viver daqui para a frente”. (ULD4)</p> <p>“É bom falar, mas...eu acho ele deveria era ser mais posto em prática. Ensinado a ser posto em prático.” (...) “Saber como o fazê-lo, estratégias para o fazê-lo, ahn...e saber fazer de boa forma.” (ULD10)</p>

	<p>“(…) porque o processo que eu passei para perdoar-me está cá vincado, está cá na minha memória, não é? Por isso vai ajudar claro que sim.” (ULD12)</p> <p>“(…) sempre fugi disso e é como eu lhe digo, vim para aqui para ter mais conhecimento, porque assim somos tipo uma família e a gente apoiamo-nos uns aos outros, desabafamos, partilhamos (…)” (ULD3)</p> <p>“(…) nós vamos adquirindo coisas que lá fora vamos perdendo em termos de competências sociais, lá está dos comportamentos e é um bocado por aí...vamos aprender outra vez a aprender a viver em sociedade.”. (ULD6)</p> <p>“(…) desde que vim aqui para a ULD e que temos partilhas e conhecimentos, partilhas também do próximo e...ahn...fiquei a conhecer melhor como é que as coisas são feitas e consegui chegar lá (…)” (ULD6)</p>
<i>Autoconhecimento</i>	<p>“Sim para ter mais conhecimento e assim poder ajudar-me a mim e aos outros e compreender-me melhor.”. (ULD3)</p> <p>“(…) arranjar ferramentas para poder me compreender melhor e saber o quando devo fazer e ouvir” (ULD3)</p> <p>“Claro que é. É importante para que as pessoas se percebam a elas próprias (…)” (ULD7)</p> <p>“Perdoar-me a mim próprio, o autoperdão é mesmo a compreensão, o respeito, a honestidade...e depois é...é autoconhecimento. É um bocado conhecer-me, porque por vezes nós fugimos” (ULD12)</p> <p>“O perdão ajuda ao autoconhecimento (…)” (ULD12)</p> <p>“(…) acho que é importante, porque uma pessoa para...para bater assim no fundo é porque não se conhece mesmo como se devia conhecer e devia fazer tratamento cá dentro (…)” (ULD1)</p> <p>“Sim, é bom porque a gente aqui acaba por se conhecer melhor e saber como lidar com as adversidades que nos aparecem.”. (ULD3)</p> <p>“(…) vim para aqui para ter mais conhecimento, porque assim somos tipo uma família e a gente apoiamo-nos uns aos outros, desabafamos, partilhamos e isso tem me ajudado a conhecer-me melhor e assim conseguir ultrapassar isso para ser uma pessoa melhor.”. (ULD3)</p> <p>“(…) ajudar na minha reinserção social para que não volte a recair às drogas, para aprender a viver com alguns sentimentos, para me conhecer melhor, autoconhecimento, desenvolvimento pessoal e...e esse tipo de coisas.”. (ULD12)</p>
<i>Coping</i>	<p>“Hum...melhorias de conhecimento e para saber lidar com as coisas também.”. (ULD3)</p>

<i>Culpa</i>	<p>Há tanta coisa de mal que eu fiz e que nunca pedi desculpa e isso faz-me sentir mal comigo mesmo e gostava de o saber dizer (...)” (ULD3)</p> <p>“sinto-me culpado e revoltado e arrependido porque é que eu não fiz mais por ele?” (ULD3)</p> <p>“Claro que isto é bastante importante senão uma pessoa vai criar mágoas, revoltas, vai andar com um turbilhão de sentimentos, culpar-se de alguma coisa (...)” (ULD4)</p>
<i>Necessidade de mudança</i>	<p>“(…) quero mudar, não quero voltar ser a mesma pessoa que era e sou...bem custa-me e espero que com a vossa ajuda [refere-se ao Programa ES.PE.RE.#IN] que eu consiga mudar (...)” (ULD3)</p>
<i>Ferramentas</i>	<p>“(…) e ainda bem que à pessoas assim como vós que nos ajudam e que arranjam estas ferramentas para nos poder ajudar.”. (ULD3)</p> <p>“(…) arranjar ferramentas para poder me compreender melhor e saber o quando devo fazer e ouvir” (ULD3)</p> <p>“Claro, mas eu não consigo. Gostava de obter ferramentas para poder fazer, para poder me compreender melhor.”. (ULD3)</p> <p>“É, eu tenho de levar todo o tipo de ferramentas e mais algumas que eu consiga arranjar para um dia vingar lá fora (...)” (ULD4)</p> <p>“(…) se tu adquirires mais uma ferramenta que te permite acordar e sabes que tens um dia...acordar e encarar de outra maneira e deitares-te à noite e também estares em paz”. (ULD8)</p> <p>“(…) todos estes trabalhos e terapias que fazemos são sempre com vista ao futuro e à reinserção...ahn..., portanto...com o intuito de adquirirmos ferramentas e estratégias para podermos lidar com os problemas da vida lá fora, da reinserção e das adversidades que nos vão surgir...certamente.”. (ULD8)</p>
<i>Revolta</i>	<p>“Dava-me revolta, ficava revoltado e sentia que a pessoa era mais fraca do que eu e isso não [impercetível] e isso fazia com que depois eu me vingasse em mim e era isso que me levava a estes caminhos...da droga.”. (ULD3)</p> <p>“sinto-me culpado e revoltado e arrependido porque é que eu não fiz mais por ele? “ (ULD3)</p> <p>“Claro que isto é bastante importante senão uma pessoa vai criar mágoas, revoltas, vai andar com um turbilhão de sentimentos, culpar-se de alguma coisa (...)” (ULD4)</p> <p>“Revolta, remorsos e vergonha.” (ULD4)</p>

	“Saia daqui revoltado, com uma revolta e o que fiz ia estar sempre aqui remoendo (...)” (ULD2)
Frustração	“Sim, sentia-me bem e ao mesmo tempo sentia-me frustrado.” (ULD3)
Imperdoabilidade	<p>“Porque por exemplo, se eu fizesse mal àquela pessoa e se ela me perdoasse eu sentia-me mal, porque acho que não o devia ter feito...”. (ULD3)</p> <p>“Sim, porque já fiz coisas más e se fosse eu a perdoar acho que não conseguia.” (ULD3)</p> <p>“Sim, porque...porque não há razão por andar na droga de fazer mal àquela pessoa por exemplo, isso para mim [impercetível]...e custa-me isso.” (ULD3)</p> <p>“Já não estão em forma de resolver e sei que foram mal feitas da minha parte não...e é...não consigo perdoar uma coisa que eu sei que está mal feita e que eu não consigo remediar (...)” (ULD10)</p> <p>“Porque não é correto! Que tipo de perdão merece uma pessoa que faz isso? Como é que se pode perdoar uma coisa [silêncio] que toda a gente sabe, que toda a gente vê que está errado e que não se faz? Como é que se pode perdoar uma coisa que não tem perdão?” (ULD10)</p> <p>“eu vou sentir isso o resto da minha vida, porque o que eu fiz é imperdoável.” (ULD11)</p>
Falta de conhecimento	“É a minha maneira de pensar, é mesmo a falta de conhecimento e é mais por aí.” (ULD3)
Proximidade	<p>“conquistar a minha família de novo, que eles me perdoem” (ULD3)</p> <p>“A família é mais...o impacto é melhor” (ULD3)</p> <p>“Se bem que é completamente diferente....ser perdoado por um familiar direto ou eu perdoar algum bom amigo ou uma boa amiga não é? Traz um bem-estar, traz mais conforto, é mais saudável.” (ULD12)</p> <p>“Exatamente, exatamente, muito diferente. É diferente eu ser perdoado por um familiar diferente do que ser por um amigo ou conhecido que eu tenha provocado alguma coisa que ele não tenha gostado.” (ULD12)</p>
Confiança	<p>“também me faz sentir bem comigo mesmo e dá-me confiança” (ULD3)</p> <p>“para conseguirmos o perdão nós também temos que fazer algo quanto a isso. Não é? Nós temos que mostrar confiança, transmitir confiança para que eles possam ahn...perdoar.” (ULD11)</p> <p>“É...é...ajuda-nos a sobreviver. É leve, faz-nos sentir mesmo no topo, é confiança” (ULD11)</p>

<i>Não recair</i>	<p>“perdoando-me [impercetível] também me faz sentir bem comigo mesmo e dá-me confiança para poder ultrapassar e não recair outra vez.” (ULD3)</p> <p>“(…) é por isso que estou aqui nesta unidade livre de drogas e espero sair bem para não recair mais nesta situação.” (ULD1)</p> <p>“Ahn...conseguir ser o que sou agora, conseguir andar abstinente das drogas (…)” (ULD3)</p> <p>“(…) ajudar na minha reinserção social para que não volte a recair às drogas. (ULD12)</p>
<i>Empatia</i>	<p>“(…) eu para perdoar alguém tinha que me meter no lugar dele e pensar em porquês” (ULD3)</p> <p>“Claro que é. É importante para que as pessoas se percebam a elas próprias e vejam as coisas sob o ponto de vista das outras pessoas e que cheguem a uma conclusão. (…)” (ULD7)</p> <p>“aprender a gostar do próximo, colocar-me no lugar dele e aprender a compreendê-los também. Usar a empatia (…)” (ULD11)</p>
<i>Reconquista</i>	<p>“Conquistava o que perdi, só isso...se me perdoasse...(…) se ela me perdoar mesmo só por amizade eu já fico contente e feliz.” (ULD3)</p> <p>“(…) recuperares aquilo que perdeste e é isso que a ULD me tem dado.” (ULD8)</p>
<i>Reflexão</i>	<p>“Ahn...é interessante e como lhe disse isso é bom, faz-nos transportar para coisas que a gente já fez e que pode...e que a mim pode-me ajudar e sei que vai-me ajudar e é bom” (ULD3)</p> <p>“O conseguir autoperdoar-me claro que há a fase da.....da reflexão, da fase em que tu percebes os erros que cometeste e nós aqui trabalhamos muito isso que é também a partilha de situações, de vivências, do passado precisamente para mexer nessas feridas ahn...” (ULD8)</p>
<i>Mágoa</i>	<p>“Claro que isto é bastante importante senão uma pessoa vai criar mágoas, revoltas, vai andar com um turbilhão de sentimentos, culpar-se de alguma coisa (…)” (ULD4)</p> <p>“Sim eu consigo explicar...é um bocado...um bocado difícil, porque temos que mexer sempre em mágoas que nos afetam e prontos” (ULD6)</p>
<i>Turbilhão de sentimentos</i>	<p>“Claro que isto é bastante importante senão uma pessoa vai criar mágoas, revoltas, vai andar com um turbilhão de</p>

	sentimentos, culpar-se de alguma coisa (...)” (ULD4)
<i>Sufrimento</i>	“Acho certo, acho que ia ajudar no nosso sofrimento (...)” (ULD4)
<i>Pedir ajuda</i>	“Acho certo, acho que ia ajudar no nosso sofrimento e a pedir ajuda a alguém que nos que nos possa ajudar.” (ULD4)
<i>Flexibilidade</i>	“Acho que ia ser mais flexível, mais compreensivo ahn...tudo.” (ULD4)
<i>Compreensão</i>	“Acho que ia ser mais flexível, mais compreensivo ahn...tudo.” (ULD4) “Isto é muito difícil, mas sei que ajuda-me a viver melhor. Ajuda-me a compreender, de certeza que no futuro vai me ajudar a compreender que o que eu vou fazer está errado” (ULD12)
<i>Acreditar em si</i>	“Eu acho que vou conseguir, se é fácil ou não, não sei porque eu ainda não fiz.” (ULD4)
<i>Mal causado</i>	“Perdoar o mal que eu fiz a mim mesmo, perdoar-me” (ULD4) “Claro que sim, eu tenho de me perdoar por aquilo que fiz e tenho de me perdoar por aquilo que eu não fiz.” (ULD4) “Claro, porque daquilo que fiz eu consigo ver muitos erros e fiz sofrer outras pessoas.” (ULD4) “É olhar para mim, ver os pontos em que eu falhei e que...causei transtorno ou à sociedade, ou a alguém mais próximo, ou à família... é mais direcionado para mim e para o que fiz de mal.”. (ULD6) “Claro que sim, claro. Ninguém é merecedor do que eu fiz.” (ULD11)
<i>Remorsos</i>	“Revolta, remorsos e vergonha.” (ULD4)
<i>Vergonha</i>	“Revolta, remorsos e vergonha.” (ULD4)
<i>Carta do perdão</i>	“(...) disse-me vais escrever uma carta do perdão ao teu pai. E foi positivo confesso. Na altura foi bastante positivo,” (ULD4)
<i>Pôr em prática</i>	“Exatamente, estou a pôr em prática tudo aquilo que eles me ensinaram ali e isto faz-me sentir muitíssimo bem.” (ULD4) “É bom falar, mas...eu acho ele deveria era ser mais posto em prática. Ensinado a ser posto em prático.”. (ULD10) “Tanta coisa que...que será importante, mas que na realidade ao contrário do que a lei diz, na realidade não se põe em prática. Ahn...por exemplo as precárias...as visitas...ahn as saídas precárias...ahn...para mim é uma das coisas mais importantes para uma reinserção do recluso na sociedade” (ULD8)
<i>Estigma social</i>	“Não nos podemos esquecer que a nossa sociedade mete-nos um rótulo de ex-presidiários, presos, não é? Já roubou, já

	<p>consumiu, já esteve preso. Afasta para o lado, a sociedade é um bocadinho assim, é um bocadinho...ahn...e nós temos de saber lidar com isto (...)" (ULD4)</p> <p>"Sim, sim, porque nós...nós somos vistos de outra forma. Nós é que somos...os bandidos. Nós é que somos os drogados...nós é que somos tudo...pronto tudo de mal e a sociedade vê-nos com outros olhos (...)" (ULD6)</p> <p>"(...) temos é que nos preparar e enfrentar esta vida, esta realidade lá fora, saímos já rotulados" (ULD11)</p> <p>"É assim, o estigma que nós vamos passar lá para fora nós não vamos conseguir mudar na cabeça das outras pessoas. O que nós vamos conseguir mudar somos nós mesmos e ultrapassar algumas barreiras" (ULD12)</p>
<i>Aceitação</i>	<p>"(...) da mesma maneira que eu queria ser perdoado eu tenho de me perdoar a mim e aceitar as coisas como elas são." (ULD4)</p>
<i>Reciprocidade</i>	<p>"Se eu preciso perdoar outra pessoa também preciso me perdoar a mim mesmo." (ULD9)</p> <p>"(...) e da mesma maneira que eu queria ser perdoado eu tenho de me perdoar a mim" (ULD4)</p> <p>"O autoperdão é a gente saber perdoarmo-nos a nós a nós próprios e também sabermos perdoar os outros de uma forma rápida em situações em que temos que dar valor." (ULD7)</p> <p>"(...) lá está se eu não me perdoar eu não serei perdoado." (ULD11)</p> <p>faz mais sentido quando nós perdoamos alguém e quando somos perdoados, quando tempo a capacidade de perdoar e ser perdoados." (ULD12)</p>
<i>Pensar sobre (autoperdão)</i>	<p>"É olhar para mim, ver os pontos em que eu falhei e que...causei transtorno ou à sociedade, ou a alguém mais próximo, ou à família... é mais direcionado para mim e para o que fiz de mal." (ULD6)</p>
<i>Autoconfiança</i>	<p>"É. É importante e é bom ter a confiança de mim, porque se...se desvalorizarmo-nos nunca vamos conseguir perdoar, se não há confiança, digo eu." (ULD6)</p>
<i>Valorização pessoal</i>	<p>"É. É importante e é bom ter a confiança de mim, porque se...se desvalorizarmo-nos nunca vamos conseguir perdoar, se não há confiança, digo eu." (ULD6)</p> <p>"É importantíssimo. O perdão ajuda ao autoconhecimento, ajuda à valorização pessoal (...)" (ULD12)</p>

<i>Ultrapassar medos</i>	“Certamente o que...mudando para sentimentos se calhar ia ser uma pessoa mais desinibida, sem medo de contactar com o próximo.”. (ULD6)
<i>Apoio</i>	“Já não sentia tanta culpa e...e o desprezo. Sentia o apoio deles.”. (ULD6) “(...) pronto não tenho escolaridade lá para fora, ahn...depois por não ter casa, não tenho...não tenho pais. Não me sinto apoiado no exterior (...)” (ULD6)
<i>Falar</i>	“Ah, ajuda sempre, há sempre coisas que...nunca é demais falarmos nas mesmas e quanto mais falarmos nas mesmas, mais...digamos que descuramos as feridas, que são feridas que temos, são mágoas e quanto mais vezes falarmos nelas...não custa tanto, não dói tanto.”. (ULD6) “Importante eu acho e não me canso de falar, porque ao falar eu estou a me ouvir a mim e isso tem me sido muito gratificante que é para futuramente não errar. Eu gostei, gostei, eu gosto dessas...custa, custa...e faz-me de certa forma faz-me doer um bocado, mas tem que ser.” (ULD6) “É sempre bom falar, porquê? Porque vai mexer com sentimentos, vai mexer com coisas que aconteceram no passado, até com coisas que estão mal resolvidas...que eu tenho bastantes...e talvez até me possa ajudar a resolver...resolver...resolver melhor. (...)” (ULD10) “Importante eu acho e não me canso de falar, porque ao falar eu estou a me ouvir a mim e isso tem me sido muito gratificante que é para futuramente não errar.” (ULD6)
<i>Ajudar o próximo</i>	“Sim, sim, porque depois de falar para mim...de mim...eu acho que já conseguia ajudar o próximo de maneira diferente, já, já podia dar também os meus exemplos e ahn...e dizer o que eu passei, o que eu fiz e onde eu mudei.”. (ULD6)
<i>Mexer em feridas/sentimentos</i>	“(...) mas é um tema que é um bocado delicado. É um tema delicado, em que se mexe em feridas [imperceptível] tentar arranjar outros métodos, facilitar e tudo.” (ULD7)
<i>Doloroso/difícil</i>	“(...) porque vai me fazer mal, vai me fazer mal. Vou andar aqui a pensar em pessoas” (ULD7) “é a primeira vez que falo disto e isso é um tema delicado e eu concordo convosco ahn...mas o autoperdão é muito difícil...é muito complicado....No meu caso vai ser muito difícil. (...)” (ULD8) “O autoperdão tem uma forma negativa, porque...(...) ...eu não consigo lidar com isso.”. (ULD10)

	<p>“Sinto-me bem, mas é custoso.”. (ULD10)</p> <p>“Quanto mais mexo nelas, mas as consigo perceber, mas isso custa claro.”. (ULD10)</p> <p>“Eu acho que perdoarmo-nos a nós mesmos [silêncio longo e suspiro] é tanta coisa que não é fácil arranjar palavras, por isto não é fácil.” (ULD11)</p>
<i>Amor</i>	“Claro que as pessoas que me amam perdoam(…)” (ULD8)
<i>Reconhecimento dos outros</i>	“Sim claro, também existe um reconhecimento da parte das pessoas (…)” (ULD8)
<i>Processo individual</i>	“Eu acho que isso é um processo que varia de pessoa para pessoa e que...que cada qual tem o seu timing.” (ULD8)
<i>Punição</i>	“(…) depois há a fase da punição que automaticamente nos vamos punido...eu...por aquilo que fizemos de mal que nos trouxe cá ahn...” (ULD8)
<i>Não condenação dos outros</i>	“Se as pessoas não me condenam e estão comigo condicionalmente ahn...fica tudo mais fácil. (...) É. Acho que esse processo fica muito mais fácil. Se não tiveres quem te aponte o dedo, sim.” (ULD8)
<i>Lidar com</i>	<p>“É aprender a lidar de facto com o que fiz de mal. Eu posso nunca vir a perdoar-me, porque diariamente já me arrependo todos os dias de aqui estar ahn...mas...se não conseguir chegar ao ponto de me perdoar totalmente tenho que saber...tenho que aprender a lidar com isso” (ULD8)</p> <p>“O quanto é importante é importante. É importante porquê? Então se eu não conseguir viver com aquilo que eu fiz, vou continuar no futuro a não saber lidar com sentimentos que isto me vai trazer. Eu perdoar-me a mim mesmo é aprender a viver com sentimentos negativos que no passado me levavam a usar drogas, não é?” (ULD12)</p> <p>“Sim, é bom porque a gente aqui acaba por se conhecer melhor e saber como lidar com as adversidades que nos aparecem.”. (ULD3)</p> <p>“(…) todos estes trabalhos e terapias que fazemos são sempre com vista ao futuro e à reinserção...ahn..., portanto...com o intuito de adquirirmos ferramentas e estratégias para podermos lidar com os problemas da vida lá fora, da reinserção e das adversidades que nos vão surgir...certamente.”. (ULD8)</p>
<i>Não rancor/não sofrimento</i>	“É pensar por algum momento que as pessoas não te guardam rancor, que as pessoas não sofrem com o passado (…)” (ULD8)

	“Porque se...iríamos saber perdoarmo-nos a nós, não ter rancor aos outros, porque também...a situação...há situações...eu por exemplo com o meu pai também foi muito rancor que eu tive, muitos remorosos que eu tive com isso. O remorso vai levar à frustração, à raiva...e vai nos levar a fazer coisas que não queremos fazer” (ULD10)
Importância da pessoa	“existiu ali um perdão mútuo ahn...e acho muito interessante isso acontecer, porque ahn...porque se existiu isso é porque de facto a pessoa é importante e vice-versa também e é bom quando isso acontece. É sinal que de facto temos pessoas que...importantes (...)” (ULD8)
Sofrer pelo outro	“(...) no meu caso estar disposto a sofrer ou a...ou a sentir essa dor no lugar das outras pessoas.” (ULD8)
Nova perspetiva	“Tudo o que nos permite estar um pouco mais em paz acaba por ter um dia-a-dia mais tranquilo, a ver as coisas de uma outra perspetiva (...)” (ULD8)
Pena soft	“(...) e o cumprimento da pena claro que será....ahn....mais soft”
Coisas mal resolvidas	“É...é porque...se não vamos estar com coisas mal resolvidas...e as coisas mal resolvidas elas vão acabar por si e às vezes não da melhor forma.” (ULD10)
Falsidade	“Eu acho que se eu conseguisse o fazer estaria a ser falso comigo próprio.”. (ULD10)
Motivo	“eu errei sim senhor, mas eu errei por isto e por aquilo” Tem que se ver os motivos, do porquê de se fazer aquilo, não é?” (ULD10)
Perda	“O meu pai não me conheceu depois de eu largar as drogas, não me conheceu...e ele próprio disse à minha mãe “eu morro com o desgosto de o meu próprio filho...o meu único filho ter a injetar droga à minha frente”. É impossível eu me perdoar por isso!” (ULD10)
Reconforto	“É, é bom, é bom. É bom saber que fizemos alguma coisa na qual nos arrependemos, não é? Porque se somos perdoados é porque foi mal feito e saber que a outra pessoa não...não... “esquece não foi tão negativo assim e esquece isso e bola pra frente” é muito bom...é muito bom e...e... (...) É...é reconfortante.” (ULD10)
Motivação	“É...é reconfortante. É um alívio na consciência, é...é uma motivação. Não é? É bom!”. (ULD10)
Ser magoado	“Ahn...mais difícil...mais difícil porque fomos nós que fomos magoados, mas ao mesmo tempo é...como se tivéssemos a dar oportunidade àquela pessoa “olha fizeste, esquece” ...”. (ULD10)

<i>Dar oportunidade</i>	“Ahn...mais difícil...mais difícil porque fomos nós que fomos magoados, mas ao mesmo tempo é...como se tivéssemos a dar oportunidade àquela pessoa “olha fizeste, esquece” ... (ULD10)
<i>Perdão sempre presente</i>	“É, isso é. E estamos sempre a aprender e...e o perdão é uma coisa que vai tar sempre presente em nós. Nós vamos errar, há pessoas que vão errar connosco...vamos ter que saber...” (ULD10)
<i>Trabalhar o perdão</i>	“quanto mais trabalharmos com o perdão e o autoperdão, mais vamos saber lidar com as situações e aprender a fazê-lo.” (ULD10) “Para o fazer. Não vale a pena falar de uma coisa que eu não sei como se faz.”. (ULD10)
<i>Merecer</i>	“eu acho que só devemos perdoar se nós sentirmos...primeiro que a pessoa merece ser perdoada e que a pessoa se arrepende. Não vamos perdoar uma pessoa, se essa pessoa nos vai voltar a fazer o mesmo ahn...e depois o autoperdão se vale a pena nos perdoar e em que é que isso nos vai ajudar.”. (ULD10)
<i>Falar de sentimentos/emoções</i>	“É do mais complicado e pessoal aqui dentro que é falar dos nossos sentimentos, das nossas emoções e coisas do nosso mundo (...)” (ULD11)
<i>Ajustar contas</i>	“Eu...eu chego a pensar...eu também não vou ficar aqui toda a vida e um dia vou ter que ajustar contas e isto é que é o perdoar” (ULD11)
<i>Importante</i>	“O que eu fiz é inadmissível, inadmissível. Mas eu acredito que isto é muito importante, vai ser muito importante perdoar-me a mim próprio” (ULD11)
<i>Pedir perdão</i>	“principalmente as pessoas que eu mais magoei...que magoei e a pedir perdão na cara deles. Acho que sim é importante.” (ULD11)
<i>Criar objetivos futuros</i>	“Ah sei...ahn...criar objetivos de novo, para o futuro e integrar-me (...)”
<i>Mudança</i>	“para conseguirmos o perdão nós também temos que fazer algo quanto a isso. Não é? Nós temos que mostrar confiança, transmitir confiança para que eles possam ahn...perdoar.” (ULD11)
<i>Sobreviver</i>	“É...é...ajuda-nos a sobreviver.” (ULD11)
<i>Situação/contexto</i>	Acho que não, acho que nunca vou perdoar. Perdoaria mais rápido uma traição.” (...) “Do que um abandono, doi demais ser abandonado” (ULD11)

<i>Processo lento</i>	“Oh claro, até porque estamos a falar de coisas que não rápidas. É um processo lento (...)” (ULD11)
<i>Aprender a viver com</i>	<p>“Resolvidas não vão ficar, mas pelo menos ter mais...saber o como, como lidar com elas, principalmente isso.” (ULD10)</p> <p>“Sim, aprender a viver com isso.” (ULD11)</p> <p>“(...) diminuir essa ansiedade....ou....ou aprender a viver com este tipo de situações” (ULD11)</p> <p>É fundamental nós aprendermos a viver com o nosso erro, não é?” (ULD12)</p> <p>“o erro nunca vai sair daqui o erro vai cá estar, mas vamos aprender...ahn...eu acho que consigo. Acho que com isto vou conseguir aprender a viver com.” (ULD12)</p> <p>“A importância de eu perdoar-me a mim mesmo é eu não voltar atrás, é aprender a viver com.” (ULD12)</p> <p>“ajudar na minha reinserção social para que não volte a recair às drogas, para aprender a viver com alguns sentimentos (...)” (ULD12)</p>
<i>Treino constante</i>	<p>“(...) e se calhar quanto mais tempo estiver a treinar, porque isto não deixa de ser um treino não é?”</p> <p>“Este tipo de trabalhos lá fora nos iria ajudar....ahn...quanto mais tempo nos aplicarmos e formos falando sobre essas coisas que (...)” (ULD11)</p>
<i>Dar voz ao erro</i>	“Primeiro dar voz a ele que não é fácil, certo? Sim. Primeiro é conseguir dar voz a ele, conseguir entender o porquê do mesmo ahn” (ULD12)
<i>Centralidade do autoperdão</i>	“é mais importante nós aprendermos a nos perdoar a nós próprios que os outros nos perdoarem a nós. Sabe bem nós sermos perdoados por alguém, mas ahn...mas não tem valor quando a gente não se perdoa a nós mesmos. O que me interessa a mim ser perdoado por aquilo que eu fiz se eu não me perdoar? Um sem o outro não se ajudam, mas o perdoar a nós mesmos tem mais significado do que o outro nos perdoar.” (ULD12)
<i>Sarar feridas</i>	“Isso o perdão, o perdoar-me a mim mesmo é estar de bem comigo mesmo, é aceitar o meu erro e de alguma maneira conseguir sarar ali uma ferida que possa estar aberta.” (ULD12)
<i>Respeito/honestidade</i>	“Penso em...em ajuda, penso em compreensão e ahn...honestidade. Eu acho que tem que haver muita honestidade de mim para comigo, com aquilo que eu sinto, aquilo que eu penso e aquilo que eu acho para depois conseguir chegar a algum porto” (...) (ULD12)

<i>Estar bem com</i>	“Eu a partir do momento que estou bem comigo, consigo estar bem com qualquer pessoa que me rodeia. (...)” (ULD12)
<i>Autoestima</i>	“A partir do momento que estou em paz comigo, que me sinto bem comigo mesmo, que começo a gostar mais de mim, a ter mais autoestima...porque isto é autoestima. O perdoar-me a mim mesmo é autoestima. (...) O aprender a perdoar-me a mim é autoestima (ULD12)”
<i>Segurança</i>	“(...) e a partir daí de certeza que vou ser uma pessoa mais segura e mais firme nas minhas decisões, nas minhas tomadas de decisões, em responsabilidades, decisões e...é uma mais valia.” (ULD12)
<i>Valorização do outro</i>	“É importantíssimo. O perdão ajuda ao autoconhecimento, ajuda à valorização pessoal, a valorizar o próximo, a respeitar o próximo conforme ele é, o que pensa, o que sente e o que acha.” (ULD12)
<i>Causa do consumo</i>	“(...) acho que é importante, porque uma pessoa para...para bater assim no fundo é porque não se conhece mesmo como se devia conhecer e devia fazer tratamento cá dentro da...para saber identificar o porquê dos consumos de drogas.”. (ULD1)
<i>Privilegio</i>	“(...) sou um privilegiado cá dentro, por ter uma oportunidade de fazer tratamento, desintoxicação e depois vir para aqui para a comunidade terapêutica a ULD e estou a me encontrar aos poucos tou a me reencontrar e a sentir uma pessoa totalmente diferente.”. (ULD1) “E eu mais uma vez vou dizer que cá sou um privilegiado, porque estou inserido num programa terapêutico dentro de um EP” (ULD12)
<i>Novos comportamentos e valores</i>	“Ajudam sempre, em encontrarmos novos comportamentos, valores que nos são inculcados desde a infância e pelos meus pais principalmente.” (ULD2) “(...) nós vamos adquirindo coisas que lá fora vamos perdendo em termos de competências sociais, lá está dos comportamentos e é um bocado por aí...” (ULD6)
<i>Sentir a vida</i>	“(...) sinto mais a vida do que antes... (...) Agora sinto mais... mais valor às coisas, dou mais ouvidos, sinto mais, sonho mais e vivo mais.”. (ULD3)
<i>Escola do crime</i>	“Porque senão aqui dentro transformamos isso numa escola do crime...se não aproveitarmos o tempo que estamos aqui ahn...vamos ficar à margem de nós mesmos, à margem daquilo que era até quando entramos e continuaremos iguais

	quando sairmos ou até ahn...vamos sair ou piores” (ULD4)
Rumo	“(…) se eu não tivesse vindo para aqui nesta altura eu ainda estava perdido e certamente influenciava como sou.” (ULD6) “(…) aqui as pessoas ajudam a seguir um caminho melhor” (ULD10)
Quebrar regras	“Também e para conseguir...ou seja não quebrar as regras da sociedade, porque foi isso que eu fiz no exterior.” (ULD6)
Exercitar a mente	“(…) eu consigo exercitar a mente, consigo ouvir, falar e aprender e isso...e eu acho que isso é uma evolução para mim” (ULD6)
Desligar da realidade	“Tem, nos distrai [imperceptível] uma pessoa sente que desliga um bocado da realidade da cadeia e naquele momento parece que não está preso”. (ULD7)
Maior oferta	“(…) mas acho que devia ter maior adesão e também maior oferta que era as práticas desportivas (...)” (ULD7)
Reeducação	“(…) era incentivar também as pessoas, era tentar reeducá-las, não é. Tentar mostrar-lhes os valores que elas têm, porque há muita gente aqui que são pessoas problemáticas e que só querem é andar à porrada por qualquer coisa, mas têm valores e às vezes ninguém consegue ver estes valores” (ULD7)
Casos extremos	“Hum...há psicólogos, sim há, mas os psicólogos é para casos extremos (...)” (ULD7)
Acompanhamento	“Não há aquela coisa de...havia de haver um maior acompanhamento neste sentido para ajudar as pessoas, porque ahn...podem ser criminosos como eu que sou um criminoso, mas sou uma pessoa e tenho...ainda tenho sonhos, ainda há coisas que eu quero fazer, não é?” (ULD7)
Sanidade mental	“(…) é importante nós mantermos a nossa sanidade mental ahn...e...ahn...e portanto, e aproveitarmos o tempo de reclusão da melhor forma possível.” (ULD8)
Preparação para o futuro	“(…) portanto seguir o programa da ULD que é um programa único na cadeia onde trabalhamos muitas coisas boas que no fundo acabam....acabam por nos beneficiar, quer no presente porque temos muitas coisas boas ahn...e portanto estamos a trabalhar a preparação para o futuro também.” (ULD8)
Circunstâncias	“o pavilhão de uma cadeia também faz com que...devido às circunstâncias tens de ser...tens que estar sempre à defesa e acabas por não aprender nada do ponto positivo ali....aqui na ULD acaba por ser o oposto onde trabalhas todos os comportamento e atitudes (...)” (ULD8)

<i>Exterior</i>	<p>“(…) porque tamos a lidar com alguém do exterior e que nos trata com respeito...que nos trata pelo nome, porque nós cá dentro...aqui não na ULD, mas os outros mil e tal são tratados pelo número e só isso é uma despersonalização da pessoa.” (ULD8)</p> <p>“(…) acho que devíamos ter alguma atividade no exterior, porque para mim sempre disse e volto dizer que estar aqui na ULD não há nada melhor, não haja dúvida...mas isto é um peso estar na cadeia.” (ULD11)</p>
<i>ULD vs. Pavilhão</i>	<p>“Na ULD nós fazemos coisas que eles...lá em baixo [referindo-se ao pavilhão] não fazem, as regras, se não fosse isso nós no pavilhão eramos uns desgraçados...” (...) “Sim, a maior parte sim. E aqui estamos protegidos e há aquelas regras e aqueles programas ah...para fazer algumas coisa, mudança voluntária” (ULD11)</p>
<i>Reclusos</i>	<p>“Claro, claro. Também uma cadeia muito grande, depois não consegue dar resposta...estão acima do número de pessoas, não? (...) “É complicado, assim não consegue dar resposta.” (ULD11)</p>
<i>Reinserção</i>	<p>“(…) tenho vindo a sentir que reinserção social dentro de um EP é quase inexistente e eu como membro da ULD, não é? Como um utente da ULD se calhar sou o privilegiado” (ULD12)</p>
<i>Técnicos disponíveis</i>	<p>“Chegar a 1200 reclusos? Não sei se consegue. Acho que não há técnicos suficientes que os alertem para isso (...). É difícil trabalhar estes aspetos. Esqueça, esqueça. Não se consegue lá chegar.” (ULD12)</p>
<i>Membro ativo</i>	<p>“E eu acho que a coisa também importante é nos valorizarmos a nós mesmos como seres humanos, com as possibilidades que a gente tem, com as competências que a gente tem para sermos um membro mais ativo e mais útil na sociedade lá fora quando sairmos daqui desses muros do que aquilo que fomos lá fora antes de aqui chegarmos.” (ULD12)</p>
<i>Dar voz aos sentimentos</i>	<p>“ULD é ULD o resto do EP esqueça, não há programas, não há. (...) Eles não sabem o que é...eles podem saber, mas não trabalham atitudes e comportamentos como nós trabalhamos aqui dentro eles não...trabalham...ahn...eles não dão voz a sentimentos. Eles não sabem porque é que se sentem assim, eles não sabem porque é que sentiram aquilo, eles não falam porque é que sentem aquilo.” (ULD12)</p>

Nota. ULD= Unidade Livre de Drogas (código correspondente ao número do participante).

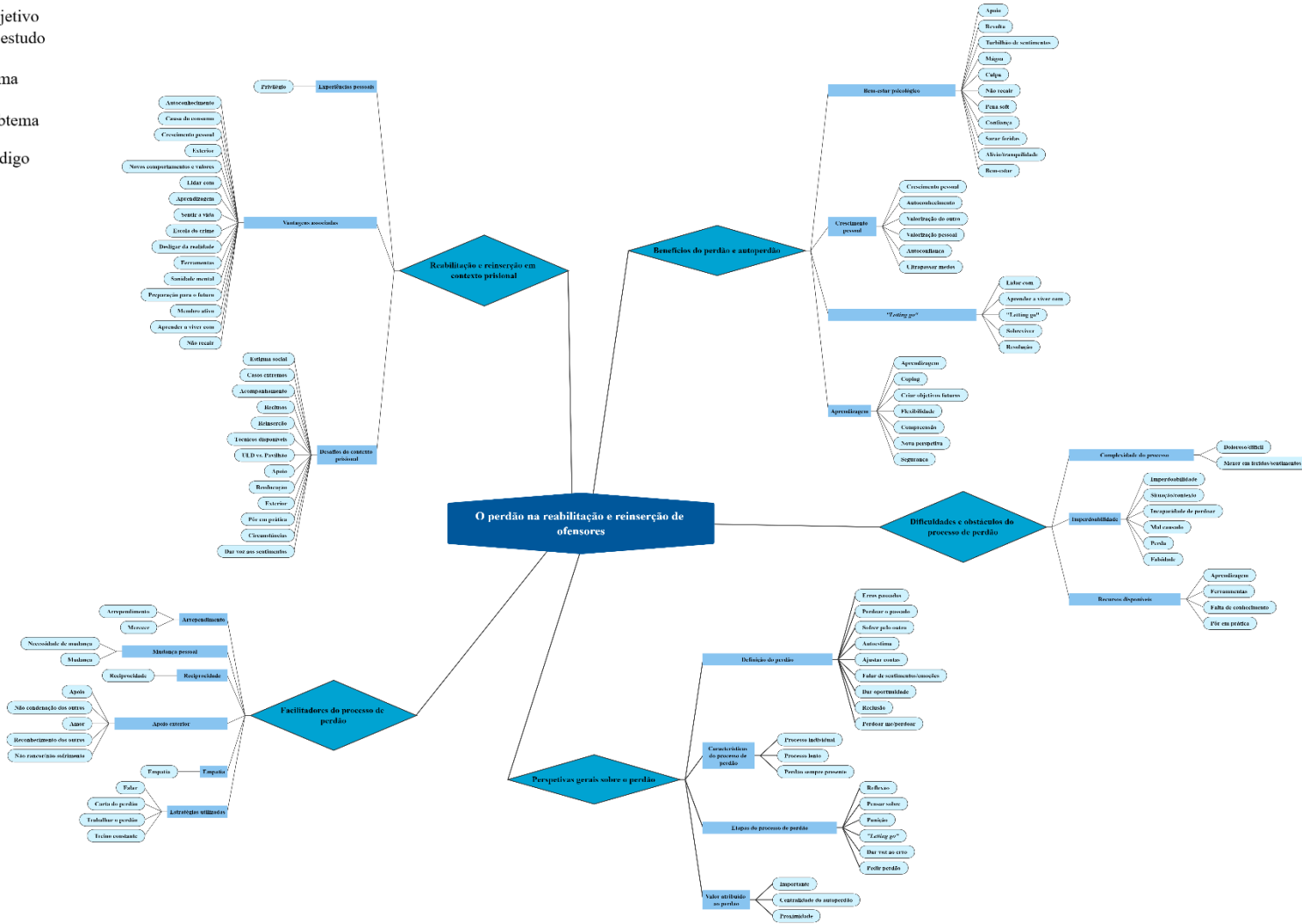
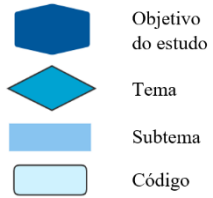
Anexo E – Temas e Subtemas da Análise Temática

Tabela 2

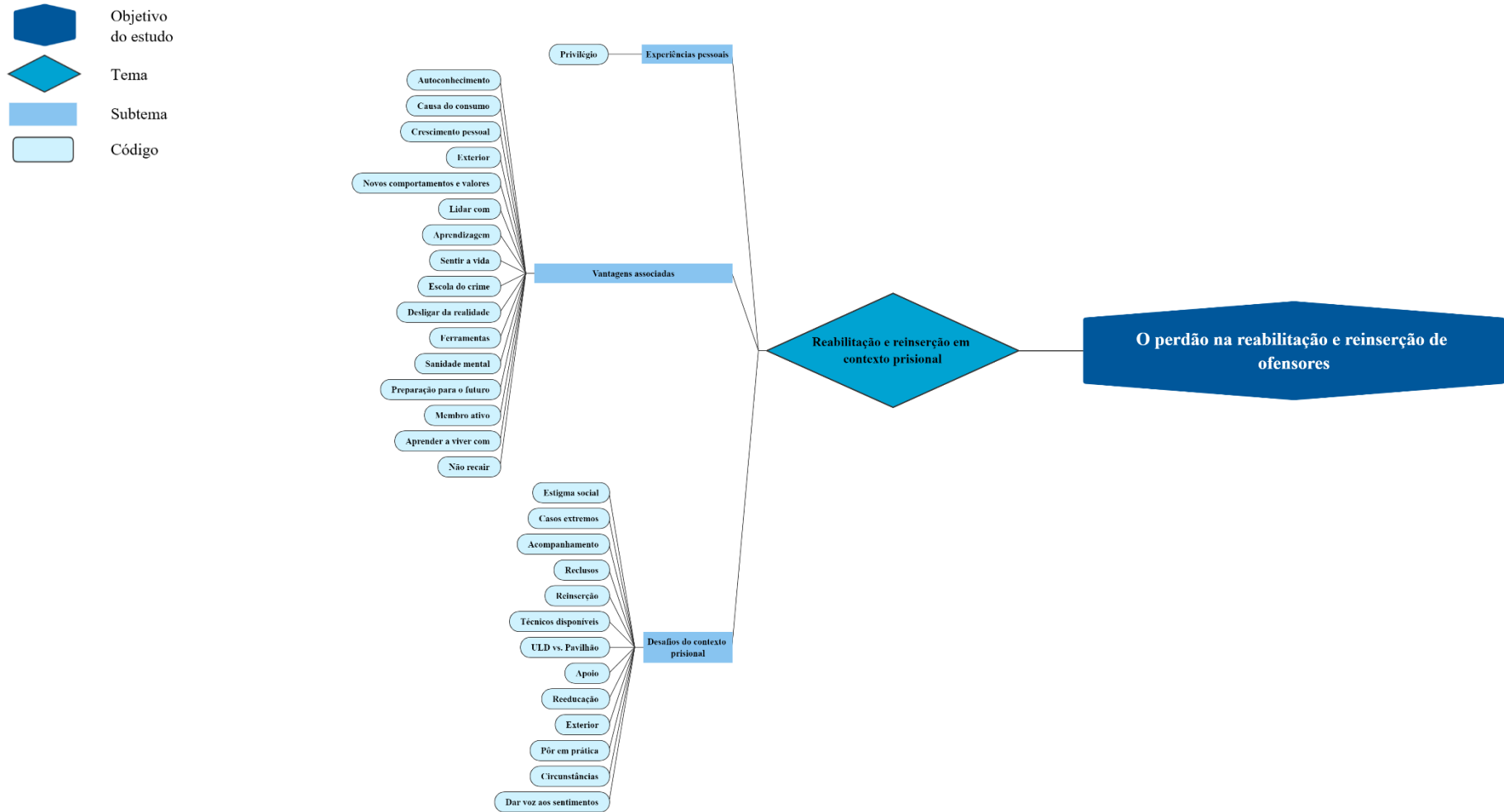
O perdão na reabilitação e reinserção de ofensores: Temas e subtemas

Temas	Subtemas
1. Reabilitação e reinserção em contexto prisional	Experiências pessoais; Vantagens associadas; Desafios do contexto prisional.
2. Perspetivas gerais sobre o perdão	Definição do perdão; Características do processo de perdão; Etapas do processo de perdão; Valor atribuído ao perdão.
3. Benefícios do perdão e autoperdão	Bem-estar psicológico; Crescimento pessoal; “ <i>Letting go</i> ”; Aprendizagem.
4. Facilitadores do processo de perdão	Arrependimento; Mudança pessoal; Empatia; Apoio exterior; Reciprocidade; Estratégias utilizadas.
5. Dificuldades e obstáculos do processo de perdão	Complexidade do processo; Imperdoabilidade; Recursos disponíveis.

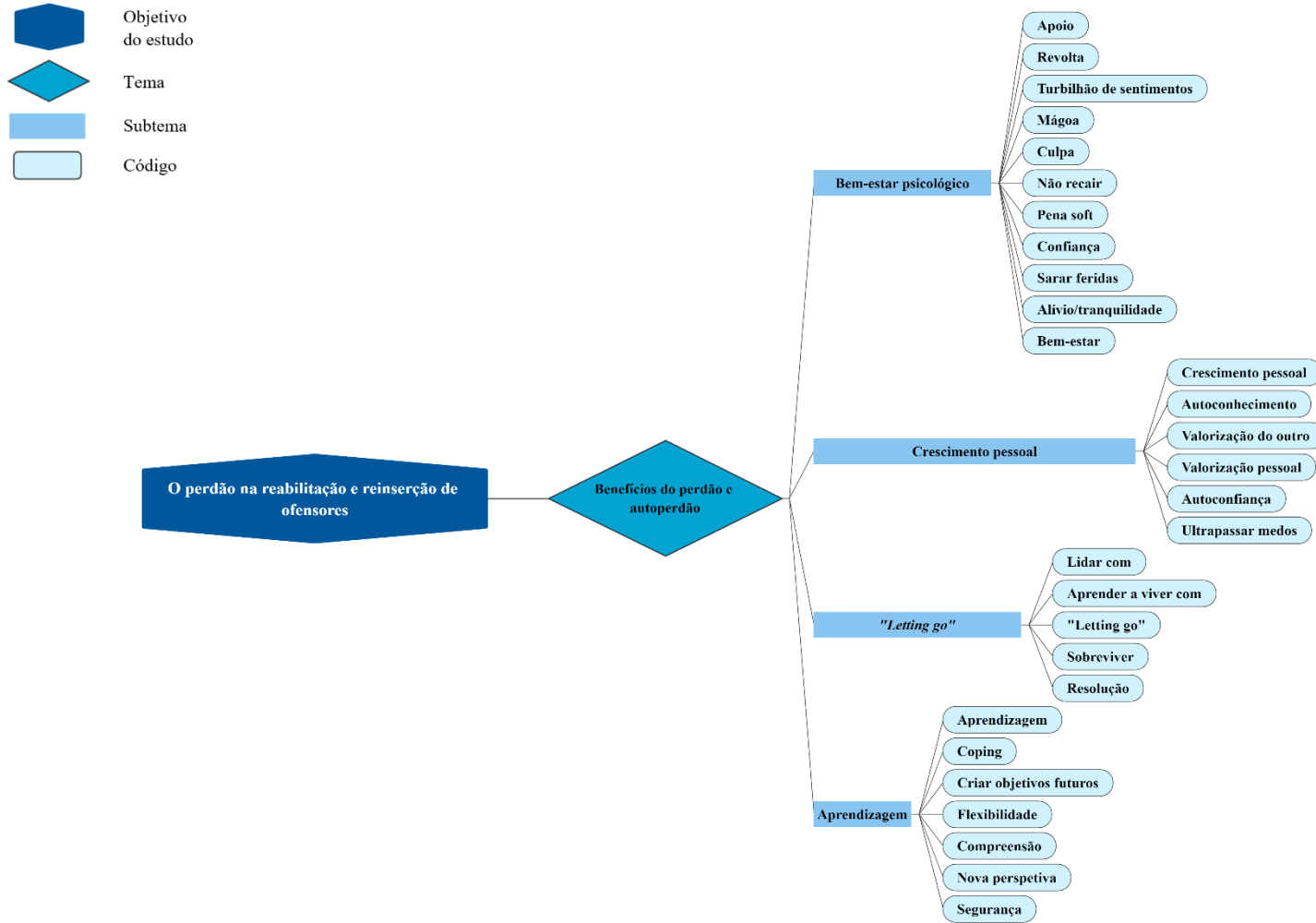
Anexo F – Mapa Temático Geral



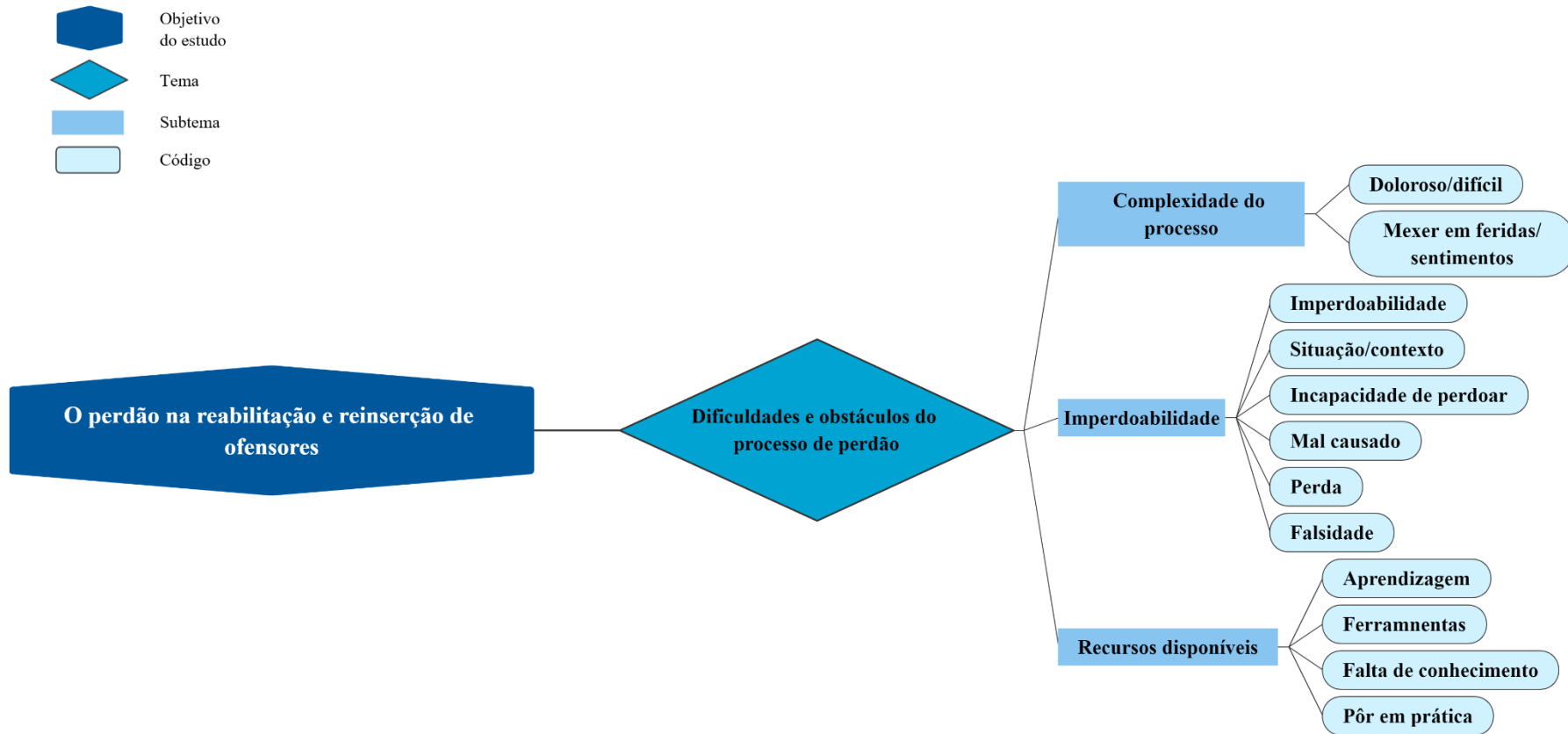
Anexo F1 – Ilustração do Tema Reabilitação e reinserção em contexto prisional



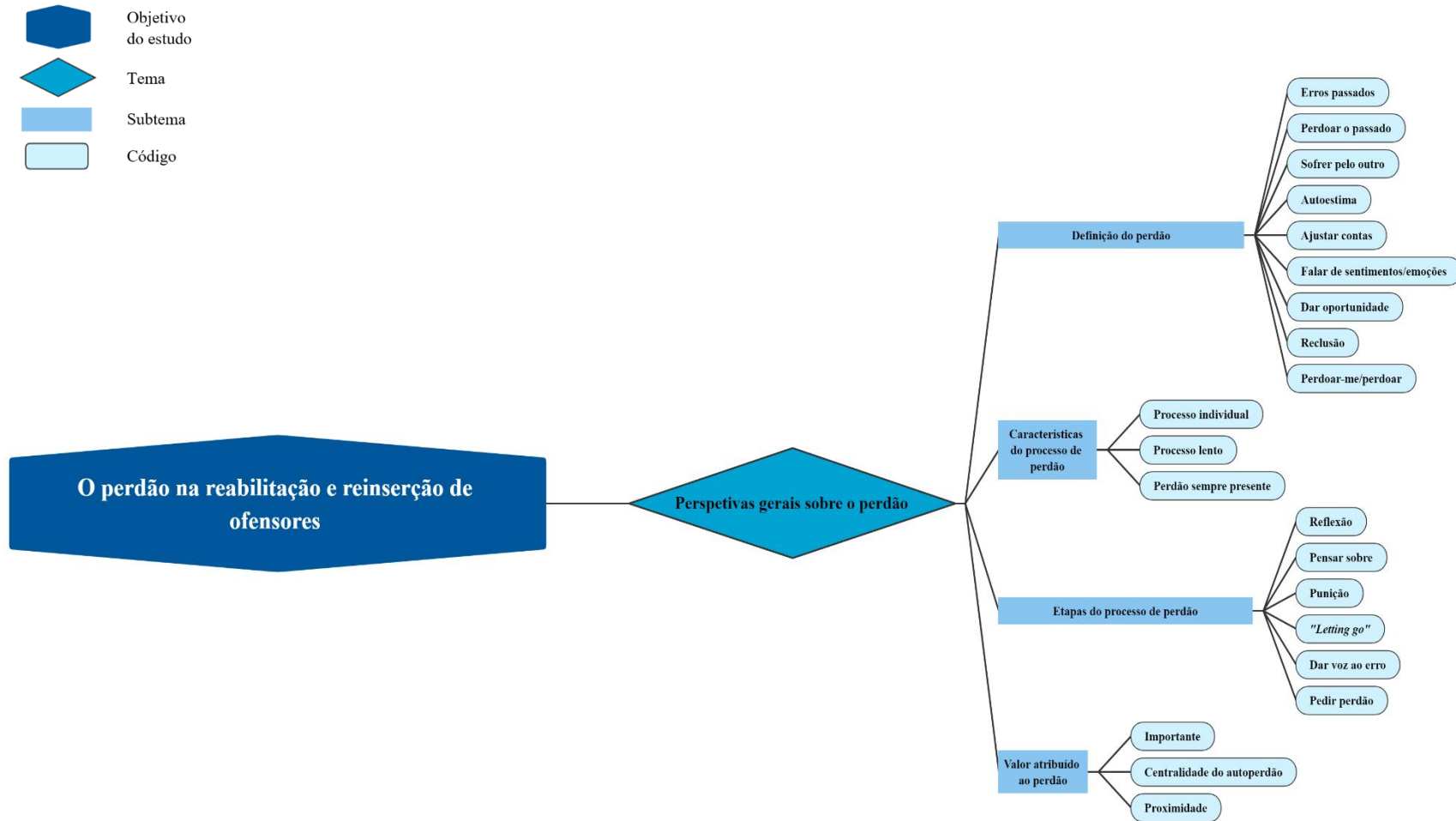
Anexo F2 – Ilustração do Tema Benefícios do perdão e autoperdão



Anexo F3 – Ilustração do Tema Dificuldades e obstáculos do processo de perdão



Anexo F4 – Ilustração do Tema Perspetivas gerais sobre o perdão



Anexo F5 – Ilustração do Tema Facilitadores do processo de perdão

