



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA – UFPB
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS, LETRAS E ARTES – CCHLA
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
CAMPUS JOÃO PESSOA**

ALDECI EVA DOS SANTOS SANTANA

**EXPLORANDO AS DIMENSÕES DO PERDÃO: CONCEITO,
DESENVOLVIMENTO COGNITIVO E INTERPESSOAL**

**JOÃO PESSOA
2024**

ALDECI EVA DOS SANTOS SANTANA

**EXPLORANDO AS DIMENSÕES DO PERDÃO: CONCEITO,
DESENVOLVIMENTO COGNITIVO E INTERPESSOAL**

Revisão Bibliográfica apresentada ao curso de Graduação em Psicologia da Universidade Federal da Paraíba, em João Pessoa, no Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes, como parte essencial para a elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso.

Orientador: Dr. Júlio Rique Neto

JOÃO PESSOA
2024

ALDECI EVA DOS SANTOS SANTANA

**EXPLORANDO AS DIMENSÕES DO PERDÃO: CONCEITO,
DESENVOLVIMENTO COGNITIVO E INTERPESSOAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação em Psicologia de João Pessoa do Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes da Universidade Federal da Paraíba como requisito parcial da obtenção do grau de Bacharel em Direito.

Orientador: Dr. Júlio Rique Neto

DATA DA APROVAÇÃO: 23 DE ABRIL DE 2024

BANCA EXAMINADORA:

**Prof. Dr. JÚLIO RIQUE NETO
(ORIENTADOR)**

**Prof. Dr.^a LÍVIA BRAGA DE SÁ COSTA
(AVALIADORA)**

**Prof. Dr.^a ELOÁ LOSANO DE ABREU
(AVALIADORA)**

RESUMO

Considerando a relevância do conhecimento e divulgação sobre a temática do perdão, este artigo tem como objetivo geral identificar e compreender como ocorre os processos internos para perdoar e como isso se reflete nas relações interpessoais. São objetivos específicos: a conceituação do perdão, as origens; como os indivíduos desenvolvem a capacidade de perdoar; os impactos nas interações pessoais. O tema aborda sobre explorar as dimensões do perdão: conceito, desenvolvimento cognitivo e interpessoal. A relevância do tema denota a ausência de um consenso definitivo do significado do perdão destacando assim a subjetividade desse tema. A pesquisa é uma revisão bibliográfica, com ênfase na revisão de artigos e fontes relevantes no estudo sobre o perdão, incluindo o renomado autor da psicologia Robert Enright, estruturada em quatro partes: primeiro, a introdução; em seguida, o que seria o perdão, sua definição, origens e significados; na terceira parte, é demonstrado como os indivíduos desenvolvem o processo cognitivo para se perdoar e, por fim, os impactos nas interações pessoais. A conclusão é que o perdão vai além das dimensões internas do indivíduo, sendo um poderoso catalisador de mudança social.

Palavras-chave: perdão; desenvolvimento cognitivo; Enright; processos de perdão.

ABSTRACT

In view of the relevance of knowledge and dissemination on the subject of forgiveness, the general aim of this article is to identify and to comprehend how the internal processes of forgiving occur and how it is reflected in interpersonal relationships. The specific objectives are: the conceptualization of forgiveness; how individuals develop the capacity to forgive; along with the impacts on personal interactions. The theme explores the dimensions of forgiveness: concept, cognitive and interpersonal development. The relevance of the stated topic denotes the absence of a definitive consensus on the meaning of forgiveness, thus highlighting the subjectivity of said theme. This research is a bibliographical review, with an emphasis on reviewing relevant articles and sources in the study of forgiveness, including the renowned psychology author Robert Enright, and is structured in four parts: first, the introduction; then, what forgiveness is, its definition, origins and meanings; in the third part, it is shown how individuals develop the cognitive process to forgive themselves and, finally, the impacts on personal interactions. The conclusion is that forgiveness goes beyond the internal dimensions of the individual, being a powerful catalyst for social change.

.

Keywords: forgiveness; cognitive development; Enright; forgiveness processes.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	6
2 DEFINIÇÕES DE PERDÃO	9
2.1 PERSPECTIVA RELIGIOSA.....	9
2.2 PERSPECTIVA PSICOLÓGICA	10
3 DESENVOLVIMENTO INTERNO DO PERDÃO	14
4 BENEFÍCIOS DO PERDÃO NAS INTERAÇÕES PESSOAIS.....	20
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	26
REFERÊNCIAS	28

1 INTRODUÇÃO

O perdão, um fenômeno profundamente arraigado na experiência humana, tem sido um tema de crescente interesse e investigação na psicologia contemporânea. Sua complexidade e relevância no campo psicológico são evidenciadas pela sua intersecção com diversas teorias e áreas de estudo, abrangendo desde aspectos do desenvolvimento cognitivo até as dinâmicas interpessoais e a saúde mental.

No âmbito da psicologia, o perdão tem sido objeto de estudo de várias abordagens teóricas e disciplinas, incluindo a psicologia do desenvolvimento, psicologia clínica, psicologia social e psicologia positiva. A compreensão do perdão como um processo intrínseco ao funcionamento humano tem motivado pesquisadores a explorar suas nuances e implicações em diferentes contextos psicológicos.

As teorias do desenvolvimento cognitivo, por exemplo, têm investigado os estágios e processos mentais envolvidos na capacidade de perdoar, examinando como a percepção e a compreensão do perdão se desenvolvem ao longo da vida. Esse campo oferece *insights* valiosos sobre como as pessoas aprendem a perdoar, os fatores que influenciam esse processo e as diferenças individuais na expressão e no entendimento do perdão.

Na psicologia clínica, o perdão é considerado um componente significativo dos processos terapêuticos, especialmente em abordagens de psicoterapia centradas na resolução de conflitos, no tratamento de traumas e na promoção do bem-estar emocional. A compreensão dos mecanismos subjacentes ao perdão tornou-se crucial para o desenvolvimento de intervenções terapêuticas eficazes voltadas para a cura emocional e o restabelecimento das relações interpessoais.

Além disso, a psicologia social tem explorado as ramificações do perdão nas dinâmicas grupais e comunitárias, analisando como a prática do perdão afeta a coesão social, a reconciliação em contextos de conflito e a construção de sociedades mais resilientes.

Assim, o perdão se insere em um amplo espectro de estudos psicológicos, desempenhando um papel crucial na compreensão da natureza humana, na promoção da saúde mental e no fomento de relações interpessoais saudáveis.

Nesse sentido, como um fenômeno multifacetado e complexo, ele desempenha um papel fundamental não apenas no desenvolvimento cognitivo interno, mas também nas dinâmicas das relações sociais e na estruturação da sociedade. É uma construção intrincada que transcende o âmbito individual, delineando as interações humanas e influenciando o funcionamento das comunidades. Esta revisão bibliográfica tem como objetivo apresentar uma visão abrangente

do perdão, explorando tanto suas dimensões internas - cognitivas e emocionais - quanto seus impactos nas relações interpessoais e na sociedade como um todo, perpassando pelas áreas da psicologia do desenvolvimento e a social.

Este estudo está organizado em capítulos distintos que visam esclarecer a natureza multifacetada do perdão, oferecendo uma análise sob diferentes perspectivas. Primeiramente, é delineada uma compreensão do perdão em tradições religiosas, principalmente nas perspectivas judaicas e cristãs. Além disso, trata-se dessa visão no âmbito psicológico. Esse exame permite um entendimento mais amplo das origens e significados do perdão, destacando suas raízes históricas e culturais que moldam as percepções modernas.

Em seguida, é dedicada atenção ao desenvolvimento cognitivo do perdão. Exploram-se os estágios conceituais e emocionais envolvidos no processo de perdoar, delineando os seis propostos por Enright ao tratar do desenvolvimento da moral do perdão. Este segmento aborda também os processos psicológicos e emocionais subjacentes que desempenham um papel crucial na jornada individual de perdão, oferecendo uma visão detalhada da complexidade desse fenômeno.

Por fim, esta revisão se volta para os impactos positivos do perdão. Serão examinados os efeitos benéficos do perdão em diversos contextos, incluindo relacionamentos interpessoais, dinâmicas sociais e contribuições para a coesão e resiliência das comunidades. Essa seção fornece uma análise dos benefícios observados quando o perdão é praticado tanto em nível individual quanto coletivo, demonstrando seu potencial transformador na sociedade contemporânea.

Por meio dessa abordagem abrangente, esta revisão bibliográfica busca oferecer uma compreensão acerca do perdão, desde suas definições e desenvolvimento interno até seus impactos significativos nas relações sociais e na estrutura social.

Para que fosse possível a realização destes objetivos, adotou-se uma abordagem metodológica de revisão bibliográfica. Ela foi conduzida com base em uma estratégia de busca que abrangeu diversas bases de dados acadêmicas, incluindo periódicos especializados, livros, teses, dissertações e outras fontes confiáveis de informação. As palavras-chave utilizadas na busca foram cuidadosamente selecionadas para garantir a abrangência e a especificidade necessárias para identificar os estudos mais relevantes sobre o perdão em suas diferentes dimensões, como “desenvolvimento cognitivo”, “relações interpessoais” e “impactos sociais”.

A seleção dos artigos e fontes foi pautada em critérios pré-determinados, incluindo a relevância direta para os temas abordados nesta revisão, estudos clássicos, a reputação dos autores e a contribuição significativa para o entendimento do perdão. Foram privilegiados

trabalhos de renomados autores e pesquisadores reconhecidos por suas contribuições substantivas para o campo do perdão na psicologia e áreas afins, em especial, os de Robert Enright.

Ao longo deste estudo, a análise e síntese dos conteúdos foram realizadas de maneira sistemática, permitindo a identificação de padrões, divergências e convergências nos argumentos e descobertas dos principais autores do ramo. Essa abordagem possibilitou uma compreensão mais aprofundada e crítica das teorias, modelos e evidências empíricas relacionadas ao perdão, delineando suas múltiplas perspectivas e nuances.

É importante ressaltar que, embora tenha sido privilegiada a análise dos principais autores do ramo, foram consideradas outras fontes relevantes que contribuíram significativamente para o entendimento do perdão, garantindo, assim, uma abordagem abrangente e fundamentada.

Em síntese, a jornada pelo perdão leva ao reconhecimento da sua vastidão e profundidade, desde sua definição no ponto de vista religioso até seu impacto nas dinâmicas sociais. Para a compreensão desse fenômeno tem-se uma análise conceitual; ela transcende para a aplicação prática nas interações cotidianas e no tecido que sustenta as comunidades. Ao lançar luz sobre as diferentes perspectivas, estágios de desenvolvimento e efeitos do perdão, esta revisão bibliográfica busca ampliar o conhecimento do leitor acerca do tema. Assim, ao explorar os caminhos do perdão, aspira-se um maior entendimento das nuances desse fenômeno vital que norteiam as vidas individuais e coletivas.

2 DEFINIÇÕES DE PERDÃO

O entendimento e a conceitualização do perdão representam um desafio complexo no âmbito científico, refletindo a diversidade de perspectivas e abordagens presentes nas áreas filosófica, religiosa e psicológica. A ausência de um consenso definido sobre o significado do perdão destaca a natureza multifacetada e, por vezes, subjetiva desse fenômeno.

No cenário científico contemporâneo, diferentes disciplinas apresentam variadas interpretações do perdão, contribuindo para a dificuldade em estabelecer uma definição unificada. Este capítulo visa explorar as nuances e divergências conceituais, delineando os contornos do perdão nos domínios religiosos (com ênfase nas tradições hebraica, judaica e cristã) e psicológicos.

As tradições religiosas hebraica, judaica e cristã desempenham um papel crucial na definição do perdão, destacando suas implicações morais e espirituais. Paralelamente, no campo psicológico, há um aprofundamento nas dimensões emocionais, cognitivas e comportamentais associadas ao perdão. No entanto, mesmo dentro desta disciplina, diferentes teorias e abordagens oferecem uma variedade de definições, acrescentando camadas adicionais de complexidade à compreensão do fenômeno.

Além disso, este capítulo se propõe a delinear o que não constitui perdão, destacando nuances entre o perdão genuíno e fenômenos relacionados, como o "pseudo perdão". Ao examinar as fronteiras conceituais, pretende-se oferecer uma base sólida para a compreensão clara do perdão para, então, analisar como este ocorre na cognição interna do indivíduo e nas relações interpessoais em capítulos posteriores, situando-o dentro de contextos específicos e evitando ambiguidades que podem obscurecer seu verdadeiro significado.

2.1 PERSPECTIVA RELIGIOSA

No contexto hebraico e judaico, a compreensão do perdão é profundamente enraizada na Bíblia hebraica e na tradição judaica, fornecendo uma base essencial para a análise do fenômeno. A riqueza dessas perspectivas, conforme explicita Enright et al.(1994) revela-se nas diferentes palavras hebraicas *sālah*, *kapar* e *nāsā* traduzidas, do original, como "perdão". Cada termo oferece variantes distintas, delineando aspectos específicos do ato de perdoar.

No primeiro caso, *sālah*, a ênfase recai sobre Deus remover o pecado do povo, sugerindo uma ação divina que restaura a pureza espiritual da comunidade. No segundo, *kapar*, o perdão está vinculado à expiação de erros, destacando a necessidade de correção e reconciliação através

de rituais ou ações reparadoras. Por fim, o termo *nãšã*, relacionado a fazer desaparecer o pecado, sugere uma transformação fundamental na relação entre o ofensor e o ofendido.

A conotação hebraica do perdão é essencialmente espiritual e moral, fundamentada na doutrina da imitação de Deus, conhecida como "*imitatio dei*". Neste contexto, o perdão interpessoal é motivado pela busca de imitar a natureza perdoadora de Deus. A concessão do perdão pelo ofendido é condicionada ao arrependimento do ofensor, e esse ato de perdão é limitado a três encontros, salvo recusa justificada. Portanto, o perdão hebraico busca restaurar não apenas a relação interpessoal, mas também a harmonia na comunidade e progressivamente a paz de espírito.

No âmbito cristão, segundo Enright et al.(1994), a compreensão do perdão é encapsulada por termos gregos como *aphiemi*, *charizomai*, *apoluō* e ágape. *Aphiemi*, traduzido como "perdoar", implica no afastamento dos pecados e na remissão do castigo, resultando na restauração da harmonia entre Deus e o pecador. A palavra *charizomai* está associada à concessão de favores de maneira incondicional, enquanto *apoluō* refere-se à renúncia ao julgamento em relação ao infrator. Já ágape expressa o amor incondicional, caridoso e benevolente.

A concepção cristã do perdão incorpora as qualidades duais de Deus rejeitar o pecado, condicionado à aceitação do sacrifício de Cristo, e atrair a pessoa ao amor incondicional. Ao contrário do conceito hebraico, o perdão interpessoal cristão é caracterizado pela concessão de perdão independentemente do arrependimento do ofensor, refletindo o princípio do amor ágape, a imitação de Deus. Ademais, não há limites para a quantidade de vezes em que o perdão deve ser concedido.

Em síntese, as distintas perspectivas hebraicas, judaicas e cristãs sobre o perdão destacam a complexidade desse fenômeno, enraizado em fundamentos teológicos, morais e espirituais que moldam a compreensão e a prática do perdão em diferentes tradições. Esse entendimento aprofundado lança luz sobre a diversidade conceitual e prática do perdão, essencial para uma apreciação abrangente desse fenômeno multifacetado.

2.2 PERSPECTIVA PSICOLÓGICA

Nesse mesmo sentido, a abordagem psicológica também oferece *insights* fundamentais sobre o perdão interpessoal, revelando suas características intrínsecas e as complexidades envolvidas nesse ato.

O perdão é definido por Enright et al. (1998) como a

disposição para abandonar o direito ao ressentimento, ao julgamento negativo e ao comportamento indiferente em relação a alguém que nos feriu injustamente, ao mesmo tempo que promove as qualidades imerecidas de compaixão, generosidade e até mesmo amor por ele ou por ela. (pp. 46 – 47)

North (1987) o delinea na mesma perspectiva, o compreendendo como a superação do afeto negativo e do julgamento em relação ao ofensor. Não há, no entanto, negação do direito a esses sentimentos, mas sim um esforço consciente para enxergar o ofensor com compaixão, benevolência e amor, ao mesmo tempo que reconhece ter renunciado ao direito a sentimentos negativos. A complexidade do perdão reside na interconexão entre os sistemas afetivo, cognitivo e comportamental, envolvendo a subtração de elementos negativos e a inserção de elementos positivos.

Quanto as subtrações, no âmbito afetivo, o perdão implica na gradual retirada de sentimentos como raiva, ódio, ressentimento, tristeza e/ou desprezo nutridos contra o ofensor. Do ponto de vista cognitivo, não há julgamentos nem planejamentos de vingança. No aspecto comportamental, a vingança, mesmo que sutil, é suspendida.

As inserções positivas, por sua vez, ocorrem nos mesmos domínios. No campo afetivo, há a substituição dos sentimentos negativos por outros neutros ou, ocasionalmente, por emoções positivas, como a ágape, manifestada por atos de amor e compaixão em relação ao próximo. Na perspectiva cognitiva, a decisão de renunciar ao direito aos sentimentos negativos implica no respeito ao ofensor, considerando-o moralmente igual. No contexto comportamental, busca-se integrar-se em uma "comunidade amorosa" com o outro, sujeito à mudança por parte do ofensor, potencialmente resultando em um relacionamento reestabelecido ou em uma libertação interna para quem concede o perdão.

A definição do perdão, sob a ótica psicológica, aqui exposta evidencia sua natureza interpessoal, apesar de também haver processos intrapsíquicos, como o auto perdão. É um fenômeno que se desdobra entre indivíduos, viabilizando-se somente quando a pessoa obtém um senso de justiça. Outrossim, o perdão não está limitado a relações interpessoais entre iguais, revelando sua aplicabilidade mais ampla.

Além disso, o perdão surge como resposta a uma mágoa profunda, pessoal e duradoura, abarcando áreas psicológicas, emocionais, físicas e morais. A complexidade do perdão é enfatizada pela ausência de exigência de intenção errada por parte do infrator, reconhecendo que muitos agressores podem não perceber o dano causado por seus atos.

A reação inicial da parte lesada envolve profunda dor, choque ou descrença, e culmina em sentimentos negativos. Contudo, ao longo do tempo, a busca por retaliação desvanece,

caracterizando o perdão como um processo interno e incondicional. As dificuldades para alcançar o perdão estão sujeitas a variáveis externas, como a gravidade da ofensa e a qualidade do relacionamento prévio, bem como a variáveis psicológicas internas, incluindo a capacidade de compreender e escolher o perdão em contraste com estratégias de justiça e resolução de problemas.

Na ocorrência recíproca do perdão, onde ambas as partes podem ser as ofensoras e ofendidas, destaca-se a natureza dinâmica e relacional desse fenômeno complexo. Essa perspectiva multiforme do perdão, entre suas características e desafios, oferece uma compreensão mais profunda do seu papel nas interações humanas e na busca pela reconciliação.

A multiplicidade de campos de discussões sobre perdão, compreende dificuldades em consenso entre seus estudiosos, porém uma postura alteada entre eles é sobre o que não é perdoar. Algumas concepções equivocadas sobre o perdão devem ser esclarecidas. Nesse sentido, de acordo com McCullough et al. (2001), o verdadeiro perdão não deve ser confundido com reconciliação, doação, desculpa, justificação ou autocentramento.

Reconciliação está ligada a interação novamente, em um contexto de hábitos comuns, enquanto a desculpa sugere recusa de ressentimentos a um episódio muito prejudicial, deixando banalizado o reconhecimento da injustiça. O perdão, por outro lado, pode ser indispensável para a reconciliação, pressupondo confiança, desbloqueio das barreiras comportamentais para um melhor relacionamento, não apenas, ocorre pelo reconhecimento da mágoa, abstinência de retaliação e busca liberar o ofensor, mesmo que tenha causado danos.

Na justificação, ao invés de reconhecer o dano, vê-se algo como justificável diante da necessidade do comportamento infringente. O autocentramento é sustentado por recursos próprios para livrar-se de sentimentos negativos, ao contrário do perdão, que tem um olhar empático em busca de reunir-se em comunidade, esforçando-se para melhorar o julgamento do ofensor, mesmo após a sua morte.

Um equívoco sobre o perdão é a ideia de diminuição passiva dos sentimentos por parte do perdoador; na verdade, o perdão é efetivado por um esforço ativo. Portanto, o perdão, conforme defendido por Enright (1994), é um processo complexo que vai além de simples atitudes superficiais como reconciliação, desculpa, justificação e autocentramento.

Na temática sobre perdão, autor introduz o conceito crucial de "pseudo perdão", ressaltando a importância de discernir entre o verdadeiro perdão e atitudes superficiais que podem se assemelhar a ele. O pseudo perdão representa uma manifestação ilusória de perdão que, apesar de ser verbalizado como tal, revela-se enganoso e permeado por complexidades

psicológicas. Este fenômeno é descrito como uma conjuntura de defesas psicológicas, particularmente envolvendo mecanismos como formação de reação, negação e projeção.

Cunningham (1985) destaca o pseudo perdão como uma resposta enganosa que ocorre quando um indivíduo afirma ter concedido perdão, expressando verbalmente sua liberação, mas existe uma defesa psicológica que mostra um cenário contrário. A formação de reação, identificada por Hunter (1978), é um mecanismo que distorce a verdade subjacente ao perdão, onde o sujeito internamente retém a falta de perdão, apesar de externar uma aparente liberação.

Na negação, outro mecanismo do pseudo perdão segundo Cunningham (1985), o sujeito recusa-se a reconhecer a dor emocional associada ao evento passado. Essa recusa pode ser atribuída a uma natureza narcisista, onde admitir que os outros têm o poder de causar profundo sofrimento é considerado uma ameaça à autoimagem. A projeção, também descrita por Cunningham (1985), envolve a transferência dos sentimentos de imperfeição do perdoador para um sujeito inocente, resultando em um processo onde o indivíduo que afirma perdoar gasta tempo condenando e depois perdoando os inocentes.

Hunter (1978) sugere que as pessoas que praticam o pseudo perdão podem exibir uma qualidade presunçosa, perceptível mesmo por aqueles sem treinamento clínico, podendo ser evidente essa natureza enganosa nas interações cotidianas.

Desse modo, por meio da exposição do presente capítulo pode-se perceber como o perdão possui diversas interpretações, refletindo sua complexidade e natureza multifacetada dentro das perspectivas religiosas e psicológicas. Enquanto as tradições hebraicas e cristãs destacam a dimensão espiritual e moral do perdão, as abordagens psicológicas revelam suas características intrínsecas e complexidades emocionais e cognitivas, bem como apresentam o que seria o pseudo perdão.

A compreensão dessas nuances conceituais oferece uma base sólida para explorar como o perdão se desenvolve internamente no indivíduo. Assim sendo, o próximo capítulo examinará esse processo, mergulhando na cognição interna e nos processos necessários para o desenvolvimento do perdão dentro do indivíduo.

3 DESENVOLVIMENTO INTERNO DO PERDÃO

O perdão é um processo complexo que não apenas influencia as dinâmicas interpessoais, mas também está profundamente enraizado nos processos cognitivos do indivíduo. Neste capítulo, explorar-se-á os mecanismos internos que sustentam o perdão, focalizando o desenvolvimento cognitivo e os processos psicológicos que possibilitam a disposição para perdoar.

Com o transcorrer do tempo, a compreensão e a prática do perdão sofrem mudanças substanciais à medida que os indivíduos passam por estágios específicos de desenvolvimento cognitivo. Piaget (1994), em sua teoria do desenvolvimento, delineia a evolução do pensamento moral e ético, fornecendo um arcabouço valioso para compreender como a capacidade de perdoar se manifesta e se transforma ao longo da vida.

Neste contexto, aspectos como a teoria da mente, a capacidade de simbolização e a maturação emocional emergem como componentes cruciais para a construção do entendimento e da prática do perdão. A forma como os indivíduos interpretam e atribuem significados às transgressões, internalizam a empatia e lidam com as próprias emoções são elementos-chave que delineiam o processo cognitivo do perdão.

Investigar os processos internos que possibilitam o perdão é adentrar nos meandros do pensamento humano, onde se entrelaçam a cognição, a emoção e a moralidade. Esta análise não apenas permite compreender como os indivíduos desenvolvem a capacidade de perdoar, mas também lança luz sobre as complexidades psicológicas subjacentes a esse ato intrínseco à experiência humana.

Piaget (1994) é o precursor do perdão em uma perspectiva moral e o relaciona a um pensamento por equidade. Ele considera o perdão como uma escolha que o indivíduo realizou após ter-se utilizado da justiça por equidade, onde passa-se a ponderar as situações de maneira particular e a aplicar a caridade e o perdão das injúrias após o restabelecimento da justiça que havia sido violada.

Enright et al. (1994) apresenta um modelo de desenvolvimento cognitivo do perdão, onde também relaciona justiça e perdão, mas de maneira distinta da ideia de Piaget, ele utiliza-se da comparação entre os estágios de justiça kohlbergiana e os estágios do perdão, a fim de compreender as divergências e os entrelaces envolvidos nos conceitos de ambos. Sob esse olhar, quando se está diante de um dilema em que se avalia a adequação moral das possíveis atitudes a serem tomadas para decidir a favor de uma atuação mais justificável, encontra-se diante de

uma estratégia de justiça, isto é, quando a cognição desenvolvida para decidir qual atitude tomar está relacionada àquela mais justificável, ao que seria considerado mais justo.

Assim sendo, ao buscar uma solução justa para um problema, pode-se utilizar da justiça distributiva, justiça punitiva, raciocínio do cuidado, entre outras formas, mas não se pensa no perdão, tendo vista este ser uma solução mais compassiva, benéfica para a saúde mental ou para o relacionamento interpessoal e não o moralmente justo.

Segundo North (1987, p. 4), para perdoar, precisa-se superar o ressentimento, sem desmerecer os próprios sentimentos ou direitos, mas por meio de um esforço e do uso da compaixão, benevolência e amor, uma vez que se reconhece o abandono de forma deliberada desse seu direito ao ressentimento quando se resolve perdoar. Nesse sentido, nota-se que, em verdade, o perdão seria uma renúncia a justiça por parte do ofendido em relação ao ofensor.

Quanto ao entrelace desses dois conceitos, poder-se-ia dizer, conforme Enright et al. (1994) considera, que o perdão pode ser uma das opções de estratégia de perdão, por exemplo, diante de uma falta de um indivíduo para com outrem, o sujeito ofendido pode decidir se vinga por conta própria, processar nos tribunais ou perdoar. De fato, nesse caso, há uma estratégia de justiça, pois a cognição está voltada para qual seria a ação considerada mais justa a fim de corrigir o erro.

O autor seguiu o perdão em seis estágios. O estágio 1 é o perdão vingativo, onde apenas pode-se perdoar caso o ofensor seja punido em grau semelhante à dor do ofendido. O estágio 2 é o perdão compensacional em que ocorre quando aquilo que foi tirado é recuperado ou para aliviar a culpa de haver recusado o perdão anteriormente. Nestes dois primeiros ele considera haver uma distorção, pois haveria um engano entre o perdão e as estratégias de justiça.

O estágio 3 é perdão expectativo, o qual ocorre por meio de pressão externa, por meio de outros indivíduos, já o 4 é o expectativo legal, em que há perdão quando a religião assim o impõe. Nestes casos, não acontece a confusão supracitada, entretanto o perdão só ocorre mediante pressão social considerável, é uma consequência desta e apenas se ela estiver presente é que ele se realiza, havendo uma relutância por parte dos sujeitos.

O estágio 5 é o perdão como harmonia social, ocorre com o fito de diminuir o conflito na sociedade e manter as relações pacíficas. Nesse sentido, nota-se que não existe exigência prévia de cumprimento de condição para o perdão ocorrer, como acontece nos estágios anteriores, mas sim uma posterior, que é a da harmonia ser restaurada em razão da generosidade.

Por fim, o estágio 6 é o perdão como amor, acontece incondicionalmente e promove o verdadeiro sentido do amor, por meio dele há a possibilidade da reconciliação sem haver espaço

para a vingança. Ademais, ele não depende de um contexto social, como no estágio 5, não havendo controle sobre o outro, mas sim uma liberação. Esse é o único estágio que capta a amplitude e sutileza do conceito de perdão, não exigindo condição alguma, antes ou depois.

Diante desses estágios de desenvolvimento cognitivo do perdão, Enright et al. (1994) compreendeu que os sujeitos evidenciam dois ou mais estágios em seu pensamento, entretanto, em sua maioria, isso se efetuou em estágios adjacentes, sendo os padrões bimodais, isto é, quando o sujeito apresenta características de estágios muito distintos, raros.

Outrossim, verificou-se entrelaces entre justiça e perdão, em razão das habilidades comuns e de percepção social exigidas em cada estágio, sendo que quanto mais elevada a etapa do perdão, maior é a necessidade de desenvolvimento, quando comparado aos precedentes, posto que, na medida em que cresce a complexidade, a perspectiva social necessita também ser mais elevada.

Diante das explicitações dos estágios supracitados, é perceptível a divergência entre cada um e, nesse sentido, os processos necessários para que o perdão ocorra também são distintos. Por esse viés, Enright et al. (1994) desenvolve como eles ocorrem, com enfoque naquele que está no estágio 6, uma vez que todos os indivíduos são aptos a utilizar de conceitos superiores aos estágios em que estão consolidados e o escopo não é alterar o estágio do sujeito, mas aumentar a sua percepção sobre essa fase mais elevada.

Nessa perspectiva, o processo de perdão engloba várias etapas que integram componentes cognitivos, emocionais e comportamentais. Essas fases se interligam em uma sequência lógica, embora não sejam psicologicamente invariáveis. Inicialmente, uma injúria é provocada contra aquele que busca perdoar, desencadeando reações emocionais negativas. Essas reações, como raiva e mágoa, são subsequentemente acompanhadas pela consciência da dor emocional, atuando como motivador para a resolução do conflito.

A percepção da lesão e a reflexão sobre a dor geram a necessidade de resolver o conflito, levando o ofendido a escolher entre estratégias de justiça ou misericórdia. Há estratégias diferentes a serem decididas, incluindo estratégias interpessoais (envolvendo o agressor) e intrapessoais (centradas na expansão dos afetos e diminuição dos sentimentos negativos), as quais a utilização irá variar de acordo com as preferências do indivíduo. As estratégias interpessoais e intrapessoais abrangem a justiça e a misericórdia, oferecendo opções como punição legal ou pessoal e abdicar da punição em favor da compaixão.

É nesse momento em que a Teoria da Mente se encaixa, uma vez que, conforme Premack e Woodruff (1978), o indivíduo possui a teoria da mente quando consegue imputar estados mentais e si mesmo e a outros, ou seja, é a capacidade de compreender as intenções, emoções

e perspectivas dos outros — nem todos os indivíduos dispõem dessa habilidade, como estuda Baron-Cohen (1991) em sua pesquisa em crianças autistas.

Nesse sentido, é por meio dela que os indivíduos podem atribuir estados mentais, como crenças, desejos e até mesmo supor intenções e emoções de outrem, compreendendo ainda que esses estados podem ser diferentes dos próprios. Isso permite interpretar e prever comportamentos com base nas crenças e os intentos dos outros.

Desse modo, uma boa habilidade de teoria da mente permite ao indivíduo reconhecer o ponto de vista do transgressor, compreender suas motivações e avaliar se o comportamento foi intencional ou acidental. Isso pode influenciar a disposição para perdoar, pois a compreensão das intenções pode ser um elemento-chave na decisão de perdoar ou não.

O perdão é escolhido como estratégia quando há um motivo suficientemente forte para perdoar. Esta decisão é um compromisso cognitivo que orienta o comportamento de perdoar, mesmo na presença persistente de emoções negativas não resolvidas, como a raiva.

A execução de estratégias internas de perdão envolve tentativas de mudar a perspectiva sobre a lesão, exercitando a compaixão e a empatia pelo agressor. Esta fase visa alterar a visão do evento, buscando compreender a perspectiva do outro. Em seguida, ocorre a consciência da necessidade de ação, que pressupõe uma resposta comportamental em relação ao outro antes do perdão ser efetivado.

As estratégias de reconciliação comportamental, distintas das estratégias internas de perdão, representam padrões de interação direta com o agressor, visando à resolução de conflitos de forma externa, o qual será tratado de forma mais aprofundada no próximo capítulo da presente pesquisa. A liberação, última fase, é caracterizada pelo aumento do afeto positivo e pela diminuição do afeto negativo, podendo ocorrer após a reconciliação ou independentemente dela, caso esta seja impraticável ou inapropriada.

Paralelamente ao processo de perdão, os indivíduos podem recorrer a mecanismos de defesa psicológica após uma lesão, como a negação, repressão e a projeção, como forma de lidar com a dor emocional. Estes mecanismos podem ter impacto na capacidade de confrontar a dor e influenciar a percepção de justiça no mundo.

Ademais, como o processo de perdão é influenciado por diversos fatores, a exemplo do desenvolvimento cognitivo social em relação ao perdão, elementos culturais, influências sociais (amigos, familiares), ensinamentos religiosos, o transcurso do tempo desde a lesão, nível de aflição — que pode envolver uma mudança radical no modo de pensar—, entre outros. Por exemplo, a cultura pode influir na viabilidade consciente do perdão em certos contextos, como em situações de grande magnitude, a exemplo do Holocausto.

Desse modo, compreende-se as complexidades e variações nos processos de perdão em relação ao indivíduo e a série de fatores psicológicos, sociais, culturais e emocionais envolvidos. Depreende-se ainda que para perdoar genuinamente, é necessário um compromisso real com as estratégias de perdão, incluindo a visualização do agressor, entender como ele se sente, praticar a compaixão, absorver a dor e reconhecer o autoperdão.

A capacidade de simbolização do indivíduo irá auxiliar nesse processo de perdoar outra pessoa, posto que, conforme a professora Macêdo (2021), ela “se refletirá na futura capacidade de elaborar conflitos por meio de processos psíquicos, resultante do processo de desenvolvimento e estruturação emocional que a pessoa teve” (seção Capacidade de simbolização e construção de sintomas somáticos).

Assim sendo, ela envolve a representação mental de conceitos e situações, permite ao indivíduo processar a transgressão de forma mais abstrata. Isso pode auxiliar na compreensão dos significados mais profundos por trás da transgressão e na elaboração de estratégias para o perdão. A habilidade de simbolização pode, então, ajudar na reflexão sobre a transgressão e na busca por significados mais amplos, facilitando o processo de perdão.

Há ainda mais um fator importante nesse processo de perdoar, que é a maturação emocional. Segundo Rique et al.(2010), a tomada de perspectiva do outro, por meio da diferenciação de ponto de vista entre o eu e o outro, é uma condição necessária para a resolução de conflitos sociomoraes, possibilitando uma melhoria do convívio social levando em conta os sentimentos e necessidades do outro.

Ademais, ainda conforme explicita Rique et al. (2010), no processo do perdão é imprescindível entender as motivações e razões que levaram o ofensor a cometer aquela determinada injustiça, gerando uma nova perspectiva sobre o ofensor e, nesse sentido, a tomada de perspectiva e a consideração empática colaboram no processo de perdão, pois, por um lado a primeira reorganiza os pensamentos acerca da mágoa experimentada, já a consideração empática atua na intensidade da mágoa.

Por conseguinte, a maturação emocional desempenha um papel crucial na gestão das próprias emoções e na compreensão das emoções dos outros, uma vez que uma maior capacidade de compreender e responder às emoções dos outros pode facilitar a empatia e compaixão, elementos importantes no processo de perdoar.

Por fim, vale destacar que esses elementos não são determinantes na capacidade de perdoar, mas influenciam a compreensão e a resposta do indivíduo diante da transgressão, colaborando na sua disposição e processo de perdão. Eles podem influir nas interpretações cognitivas e emocionais que levam à decisão de perdoar ou não.

Dessarte, percebe-se como perdão é um processo complexo, revelando-se intrinsecamente ligado aos mecanismos cognitivos individuais. Ao longo do presente capítulo foi explorado acerca o desenvolvimento cognitivo do perdão, destacando a interação entre aspectos como os diferentes estágios existentes do perdão e seus entrelaces com os processos internos para se perdoar alguém, sendo demonstrada a individualidade e complexidade do processo, inclusive quantos aos diversos fatores que o podem influenciar bem como à possibilidade indivíduos consolidados em estágios inferiores, obterem a compreensão do estágio 6, podendo até aplica-lo dentro dos limites do seu entendimento.

4 BENEFÍCIOS DO PERDÃO NAS INTERAÇÕES PESSOAIS

Após imergirmos nos complexos processos cognitivos que fundamentam o perdão no capítulo anterior, esta seção alça um olhar para além do indivíduo, explorando as ramificações do perdão nas esferas comportamentais e sociais, demonstrando seus benefícios nesses aspectos. A transição desta análise dos mecanismos internos para uma avaliação das mudanças comportamentais e seus reflexos na sociedade permite um entendimento mais abrangente do perdão.

O perdão, um processo complexo e multifacetado, não se restringe apenas à esfera individual, mas também possui um impacto substancial nas relações interpessoais. De acordo com Enright e suas pesquisas sobre o perdão, assim como demonstrado no capítulo anterior, as dinâmicas entre indivíduos são profundamente influenciadas pela disposição para perdoar e pelas ações resultantes desse processo.

A influência do perdão transcende o indivíduo que perdoa, moldando diretamente a dinâmica e a qualidade dos relacionamentos. Quando alguém opta por perdoar, isso cria um terreno propício para a reconciliação, tanto que nos processos para perdoar alguém, discutidos na seção precedente, há espaço para a execução de estratégias de reconciliação, após as estratégias de perdão interno serem bem-sucedidas.

O perdão oferece uma oportunidade de redução do ressentimento e da raiva, que são frequentemente os elementos tóxicos que minam a relação entre as partes. Essa liberação emocional proporciona um espaço para a comunicação aberta e honesta, permitindo que ambas as partes expressem seus sentimentos e perspectivas.

Além disso, o ato de perdoar tem o potencial de fortalecer os laços afetivos entre os envolvidos. Ao passo que o perdão é concedido, ele não apenas absolve o ofensor, mas também oferece uma plataforma para uma compreensão mais profunda e empática do ponto de vista do ofensor. Esse entendimento mútuo pode servir como um catalisador para uma maior empatia e compreensão entre as partes, fortalecendo assim os laços emocionais.

Essa transformação nos relacionamentos, possibilitada pelo perdão, é crucial para a construção de laços mais saudáveis e resilientes. Ao superar conflitos e transgressões por meio do perdão, os relacionamentos são renovados, muitas vezes fortalecidos por uma maior capacidade de lidar com desafios futuros. Esse processo promove a construção de relacionamentos baseados na confiança, respeito mútuo e aceitação.

Assim, enquanto a dinâmica do perdão nas relações interpessoais é complexa e multifacetada, sua capacidade de promover a reconciliação, fortalecer laços afetivos e

contribuir para a construção de relacionamentos saudáveis é evidente. O perdão é um ato que vai além do indivíduo, servindo como um elo vital na teia complexa das interações humanas, fornecendo um caminho para a cura e o crescimento dos relacionamentos.

Nesse sentido, a sua importância também pode ser percebida por meio do seu processo, o qual desencadeia mudanças comportamentais significativas, não apenas no ofendido, mas também no ofensor. É uma jornada complexa que pode conduzir a mudanças positivas e substanciais na dinâmica entre indivíduos.

Numa perspectiva, o ofendido experimenta uma mudança comportamental notável após perdoar. Worthington Jr. (2006, p. 147-148) explicita que a personalidade pode ser mudada, mas é difícil, considerando ainda que, de modo geral, é preciso alterar as situações as quais se expõe e o fio narrativo que une as experiências, entretanto, como geralmente um acompanha o outro — ambos estáveis ou ambos instáveis — seria complicado realizar grandes progressos na transformação da personalidade. Diante dessa noção, para ele, a chave da transformação da personalidade é a generalização (após haver perdões sequenciais de incidentes cruciais uma pessoa, pode-se chegar à conclusão de que ela foi perdoada, não limitando quais incidentes foram redimidos ou não) e a emoção (quando se perdoa algumas transgressões emocionalmente importantes a generalização pode ocorrer mais rápido do que o perdão em relação a diversas transgressões pelas quais sente pouca emoção).

O ato de perdoar pode resultar na redução do conflito interno, levando à diminuição de emoções negativas como raiva, ressentimento e hostilidade. Enright (2008) explicita, por meio de sua experiência, que os indivíduos relatavam um sentimento de aprisionamento em razão do ódio que possuíam por não haver perdoado e isso os afetava emocionalmente muito mais do que aquele que o feriu. É nesse sentido que Enright (2008) afirma que o perdão é uma das chaves que pode libertar a pessoa de uma prisão emocional.

Essa redução do sofrimento emocional muitas vezes se reflete em um comportamento mais calmo, empático e menos reativo por parte do ofendido. Ao abandonar o peso emocional do evento transgressor, o ofendido pode se sentir mais livre para se engajar em interações positivas e construtivas.

Por outro lado, o comportamento do ofensor também pode ser influenciado pelo perdão. Aqueles que são perdoados podem experimentar uma mudança interna em sua percepção de si mesmos e em sua responsabilidade sobre suas ações. A consciência do impacto de suas transgressões no outro pode levar a um comportamento mais cuidadoso e empático. O reconhecimento do perdão recebido pode motivar o ofensor a se esforçar mais para não repetir comportamentos prejudiciais.

Em termos de interação, o ato de perdoar pode estimular mudanças substanciais na dinâmica entre as partes envolvidas. A redução do conflito emocional abre espaço para uma comunicação mais aberta e empática. A vulnerabilidade compartilhada durante o processo de perdão pode fortalecer a conexão entre ofensor e ofendido, promovendo um ambiente propício para a expressão de emoções, preocupações e expectativas de maneira mais honesta e genuína.

O perdão também pode estabelecer novos padrões de interação. À medida que a confiança é reconstruída e o relacionamento se renova, ambos os lados podem se comprometer a adotar comportamentos mais saudáveis e construtivos. Essa mudança nos padrões de interação pode incluir uma resolução mais pacífica de conflitos, um aumento na compreensão mútua e uma colaboração mais significativa em situações difíceis.

Em consonância ao exposto, Enright (2008) considera ainda que “talvez o perdão seja a nossa melhor esperança para uma paz genuína entre os indivíduos, nas famílias e entre os povos” (para. 3, seção *are you seeking liberation from the emotional prison*), demonstrando, então, que a libertação em relação a raiva que aprisionava e aos sentimentos negativos somados às mudanças comportamentais decorrentes dela desempenha um papel crucial na promoção da paz e na construção de boas relações interpessoais em diferentes níveis da sociedade.

Desse modo, o perdão desencadeia mudanças comportamentais substanciais tanto no ofendido quanto no ofensor, influenciando a dinâmica entre eles. A redução do conflito interno, a melhoria na comunicação e o estabelecimento de novos padrões de interação são resultados positivos que emergem desse processo complexo e transformador. Essas mudanças comportamentais são fundamentais para a construção e a manutenção dos relacionamentos.

Em vista disso, esse impacto social e cultural do perdão é um campo vasto e complexo que influencia não apenas as interações interpessoais, mas também molda os valores e normas dentro de uma sociedade. O perdão transcende o âmbito individual e pode exercer um efeito significativo nos contextos sociais e culturais mais amplos.

Conforme McCullough (2008), o desejo de vingança é inerente à natureza humana e não há como livrá-lo da humanidade, entretanto, a ciência demonstra que o perdão também possui essa característica, sendo que todo indivíduo neurologicamente saudável nasce equipado com a capacidade de perdoar em certas circunstâncias. Ademais, o autor explicita duas funções do perdão que foram essenciais para a sua perpetuação na seleção natural, qual seja a aptidão de fazer com que os humanos ancestrais conseguissem lidar bem com seus parentes genéticos bem como a de estabelecer e manter relacionamentos cooperativos com não-parentes.

Dessa maneira, no contexto social, a prática do perdão pode ser um agente de mudança nas relações entre grupos e comunidades. Quando o perdão é cultivado e praticado, pode

promover a reconciliação entre grupos em conflito, diminuir tensões e contribuir para a construção de sociedades mais coesas e harmoniosas. O perdão pode ter um papel crucial na resolução de conflitos étnicos, religiosos e políticos, facilitando a superação de traumas coletivos e ajudando na cura de feridas históricas.

Além disso, o perdão pode influenciar as normas sociais e os valores culturais de uma comunidade. À medida que o perdão é valorizado e promovido, pode criar uma cultura que incentiva a empatia, a compaixão e a resolução pacífica de conflitos. Isso pode se refletir em mudanças nos sistemas jurídicos, onde práticas restaurativas e alternativas de resolução de conflitos ganham espaço, buscando a reparação e a reconciliação, como os métodos de mediação extrajudicial cada vez mais crescente na sociedade, em vez de apenas a punição.

No entanto, é importante reconhecer que o perdão também pode encontrar resistência em certos contextos culturais ou sociais. Em algumas culturas ou sistemas, a ideia de perdoar pode ser vista como um sinal de fraqueza ou falta de justiça. Normas arraigadas de vingança ou retaliação podem dificultar a aceitação e a prática do perdão, tornando seu impacto social e cultural mais desafiador.

Desse modo, em decorrência dos efeitos supracitados do perdão nos níveis sociais e culturais, enfatiza-se a importância de sua prática na construção de sociedades mais coesas e na promoção da justiça restaurativa. A pesquisa nesse campo continua a explorar os caminhos pelos quais o perdão pode transformar dinâmicas sociais e culturais, destacando sua relevância não apenas nas relações individuais, mas também na esfera mais ampla da sociedade.

Outrossim, o perdão é ainda um componente crucial em relação a reconstrução e restauração social após conflitos ou eventos traumáticos. Ele é um processo complexo que pode desempenhar um papel significativo na cura de comunidades afetadas por traumas coletivos, guerras, genocídios ou outras formas de violência.

Nos contextos pós-conflito, o perdão pode ser fundamental uma vez que, em muitos casos, comunidades divididas por divisões étnicas, religiosas ou políticas enfrentam um profundo trauma coletivo, muitas vezes acompanhado por ressentimentos profundos e desconfiança mútua. Nesses cenários, ele pode oferecer um caminho para a cura, permitindo que indivíduos e grupos superem o passado doloroso e busquem uma coexistência pacífica.

Estudos em psicologia social e da paz destacam que o perdão pode contribuir para interromper ciclos de violência e vingança. Staub (2007) apresenta que, nesses casos de massacres e traumas coletivos, o perdão contribui para a reconciliação no sentido de auxiliar na diminuição da atitude defensiva dos perpetradores, fazendo com que seja menos provável o envolvimento em violência motivada pelo medo de vingança e aumente a possibilidade de

reconhecerem o dano que causaram. Pequenas mudanças nos sobreviventes podem iniciar mudanças nos perpetradores, conduzindo a esse ciclo positivo.

Como exemplo tem-se o deslocamento forçado ocorrido na Colômbia em que, conforme Castrillón-Guerrero (2017):

O perdão e a reconciliação também foram considerados centrais para as ideias, emoções e práticas das pessoas sobre a paz, pois esses mecanismos não são apenas benéficos para a relação vítima-perpetrador, mas também para reconstruir a confiança, os tecidos quebrados e melhorar a convivência na comunidade e na sociedade. (p. 4)

Ao perdoar, as vítimas e agressores podem iniciar um processo de reconciliação, promovendo a compreensão mútua, o diálogo e a reconstrução de laços sociais. Esse processo pode ser crucial para restaurar a coesão social e promover uma paz duradoura.

Entretanto, o perdão não é um processo simples, especialmente em contextos coletivos. Requer tempo, esforço e, em muitos casos, a criação de espaços seguros para discussões e expressão de emoções. Além disso, há situações em que a reconciliação total pode não ser possível, e o perdão individual pode ser diferente do perdão coletivo.

A compreensão e a prática do perdão em contextos pós-conflito são influenciadas por fatores culturais, políticos e sociais. É fundamental considerar as dinâmicas específicas de cada comunidade e os desafios únicos que enfrentam para facilitar processos eficazes de perdão e reconciliação.

Portanto, explorar o perdão como um elemento crucial na reconstrução social revela a importância de compreender como essa prática pode ser promovida em diversos contextos. Nesse sentido, a pesquisa e a prática contínuas se mostram vitais para o desenvolvimento de estratégias eficazes capazes de contribuir na reconstrução de comunidades pós-conflitos e traumas coletivos.

Além disso, o perdão desempenha um papel fundamental na promoção da empatia e compreensão entre indivíduos e grupos sociais, permitindo um processo de humanização que transcende as fronteiras das dores individuais e estimula uma compreensão mais profunda das motivações alheias.

Ao praticar o perdão, indivíduos podem desenvolver uma maior capacidade de se colocar no lugar do outro, compreendendo suas perspectivas e motivações. Isso fortalece a empatia, permitindo uma conexão mais profunda e uma apreciação pelas experiências alheias.

McCullough et al. (1997) evidencia que a medida que as pessoas adquirem uma quantidade de empatia passa a preocupar-se mais com o bem-estar do outro, sendo ainda mais provável que ajude esse outro quando ele estiver necessitando, além disso, a empatia incentiva

no ofendido um cuidado com o ofensor, assim, ela é um dos principais facilitadores da motivação do perdão.

Este também pode contribuir para uma sociedade mais compassiva e resiliente. Quando as pessoas perdoam, demonstram uma disposição para superar conflitos e desentendimentos, buscando um caminho para a cura e a restauração. Essa disposição para perdoar pode criar um ambiente social mais acolhedor, onde a compaixão e o entendimento são cultivados.

Em níveis mais amplos, comunidades que valorizam e praticam o perdão tendem a ser mais resilientes diante de adversidades e essa capacidade promove a construção de laços sociais mais fortes, facilitando a resolução de conflitos e promovendo uma cultura de apoio mútuo.

Ao promover a empatia e a compreensão mútua, o perdão contribui para uma sociedade coesa e harmoniosa. Isso não apenas fortalece as relações interpessoais, mas também estabelece bases para a construção de um tecido social mais resiliente, capaz de enfrentar desafios e crises com compaixão, compreensão e solidariedade.

Desse modo, pode-se perceber a complexidade do perdão, o qual transcende o indivíduo e os desenvolvimentos cognitivos necessários que ocorrem dentro dele e sua mudança comportamental, moldando também dinâmicas interpessoais e impactando a sociedade e a cultura de modo positivo através da empatia e resiliência. Sua relevância é evidente ainda na reconstrução pós-trauma de uma comunidade, auxiliando no reestabelecimento da convivência entre os grupos sociais.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Compreender o perdão em suas diversas dimensões revelou-se uma jornada enriquecedora e multifacetada ao longo desta revisão. Foram exploradas as raízes filosóficas e religiosas do perdão no judaísmo e no cristianismo, desvendando suas implicações éticas e transformadoras. A incursão pela psicologia permitiu uma análise dos estágios e processos cognitivos do perdão, evidenciando sua relevância na saúde mental e emocional. A abordagem dos impactos do perdão nas relações interpessoais e na sociedade revelou seu papel fundamental na reconciliação, na promoção de relacionamentos saudáveis e na construção de comunidades coesas. Desse modo, o objetivo da revisão bibliográfica foi cumprido, explorando-se seus variados aspectos.

Os principais resultados desta revisão revelaram que o perdão vai além de um ato individual, sendo um catalisador poderoso de mudança social e interpessoal. Contribui significativamente para a melhoria dos relacionamentos, fortalecendo a empatia, a compreensão mútua e a construção de uma sociedade mais resiliente. Esses achados têm implicações práticas profundas, sugerindo a promoção de estratégias de perdão em contextos terapêuticos, educacionais e sociais para melhorar a qualidade das interações humanas.

Em um contexto terapêutico, o perdão pode ser utilizado como parte do processo de cura emocional e psicológica. Empregando estratégias terapêuticas baseadas no perdão para ajudar indivíduos a superar traumas, ressentimentos profundos e até mesmo problemas de saúde mental, como depressão e ansiedade. As terapias focadas no perdão ajudam os pacientes a explorar e compreender suas emoções, a encontrar significado nos eventos passados e a liberar o peso emocional das transgressões, promovendo assim um processo de cura interior.

A aplicação do perdão no contexto educacional é direcionada ao desenvolvimento de habilidades socioemocionais e éticas em crianças e jovens. Programas educacionais que incorporam o perdão visam ensinar a empatia, a compreensão, o pensamento crítico e a resolução pacífica de conflitos. Essas iniciativas têm como objetivo criar ambientes escolares mais inclusivos, promover relacionamentos saudáveis entre os alunos e, ao mesmo tempo, desenvolver a capacidade de lidar com situações desafiadoras de maneira construtiva.

Quanto ao âmbito social, o perdão é uma ferramenta crucial para a reconciliação e a construção de comunidades coesas. Em contextos de conflito, o perdão é frequentemente empregado como um componente-chave na construção da paz e na reconciliação entre grupos em disputa. Além disso, programas sociais baseados no perdão são implementados para auxiliar na reintegração de indivíduos após períodos de embates, em comunidades afetadas por

violência ou traumas coletivos. Essas intervenções buscam estabelecer um diálogo aberto, promover a compreensão mútua e reconstruir laços sociais fragmentados.

Embora esta revisão tenha avançado na compreensão do perdão, suas limitações residem na complexidade do tema, sugerindo a necessidade de estudos mais aprofundados e diversificados. Sugere-se pesquisas futuras que explorem a implementação de intervenções práticas para promover o perdão em diferentes contextos sociais e culturais, assim como investigações sobre a eficácia dessas estratégias ao longo do tempo.

Em suma, esta revisão bibliográfica destaca a importância do perdão como um fator chave na construção de relações interpessoais saudáveis e na formação de sociedades mais solidárias e compassivas. Seu impacto transcende fronteiras disciplinares, oferecendo insights valiosos para aprimorar a compreensão humana e fortalecer os laços sociais, contribuindo assim para a construção de um mundo mais empático e reconciliador.

REFERÊNCIAS

- Baron-Cohen, S. (1991). *Precursors to a theory of mind: Understanding attention in others. In A. Whiten (Ed.), Natural theories of mind: Evolution, development and simulation of everyday mindreading* (pp. 233-251). Disponível em:
<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwiMtdidqN6CAxU4mZUCHey-BQUQFnoECBIQAQ&url=https%3A%2F%2Fweb.media.mit.edu%2F~cynthiab%2FReadings%2Fbaron-cohen-91.pdf&usg=AOvVaw3B-d2G3SdifCrdCEb3tA6c&opi=89978449>. Acesso em: 25 nov 2023.
- Castrillón-Guerrero, L.; Fiallo, V. R.; Knudsen, M. L.; et al. (2017). *Comprensiones de perdón, reconciliación y justicia en víctimas de desplazamiento forzado en Colombia. Universidad de Los Andes*. Disponível em:
<https://www.redalyc.org/journal/815/81554612007/>. Acesso em: 04 dez 2023.
- Cunningham, B. B. (1985). *The will to forgive: A pastoral theological view of forgiving*. The Journal of Pastoral Care, 141-149.
- Enright, R. D, Al-Mabuk, R., Conroy, P., Eastin, D., Freedman, S., Golden, S., Hebl, J., Huang, T., Park, Y. O., Pierce, K., & Sarinopoulos, I. (1994). *The moral developmental of forgiveness*. Michigan Public Health Institute.
- Enright, R. D.; Freedman, S.; Rique, J. (1998). *Exploring Forgiveness*. The University of Wisconsin Press. The Psychology of Interpersonal Forgiveness, 46-63.
- Enright, R.D. (2008). *Forgiveness is a choice: A step-by-step process for resolving anger and restoring hope*. American Psychological Association. Disponível em:
https://www.google.com.br/books/edition/_/iiCbEAAAQBAJ?hl=pt-BR&gbpv=1. Acesso em: 03 dez 2023
- Hunter, R. C. A. (1978). *Forgiveness, retaliation, and paranoid reactions*. Canadian Psychiatric Association Journal, 167-173.
- Macêdo, K.B. (2021, agosto). *Corpo e sintoma do paciente somatizador: uma visão psicodinâmica*. Scielo Brasil.
<https://www.scielo.br/j/agora/a/QFfMmgxVS4xKHRbvLtFxQLH/#>. Acesso em: 25 nov 2023.
- McCullough, M. E., Pargament, K. I., & Thoresen, C. E. (2001). *The psychology of forgiveness: History, conceptual issues and overview*. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice* (pp. 1–14). New York: Guilford Press
- McCullough, M. E., Worthington, E. L., & Rachal, K. (1997). *Interpersonal forgiving in close relationships*. Journal of Personality and Social Psychology, 73, 321–332.

- Mccullough, M.E. (2008). *Beyond revenge: The Evolution of the forgiveness instinct*. Jossey-Bass. Disponível em:
https://www.google.com.br/books/edition/Beyond_Revenge/daomTGYZuW4C?hl=pt-BR&gbpv=1&dq=%22Beyond+Revenge:+The+Evolution+of+the+Forgiveness+Instinct&printsec=frontcover. Acesso em: 02 dez 2023.
- North, J. (1987). *Wrongdoing and forgiveness*. Philosophy. Cambridge. Disponível em:
<https://www.cambridge.org/core/journals/philosophy/article/wrongdoing-and-forgiveness/65006CDD9F7D5AE32D787FB572341254>. Acesso em: 17 nov 2023.
- Piaget, J. *O juízo moral na criança/ Jean Piaget* [tradução: Elzon Lenardon]. São Paulo: Summus, 1994.
- Premack, D. G.; Woodruff, G. (1978). "*Does the chimpanzee have a theory of mind?*". Behavioral and Brain Sciences: 515–526. Disponível em:
<https://www.cambridge.org/core/journals/behavioral-and-brain-sciences/article/does-the-chimpanzee-have-a-theory-of-mind/1E96B02CD9850016B7C93BC6D2FEF1D0>. Acesso em: 25 nov 2023.
- Rique, J.; Camino, C.; Formiga, N.; Medeiros, F.; Luna, V. (2010). *Consideração Empática e Tomada de Perspectiva para o Perdão Interpessoal*. Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology: 515-522. Disponível em:
<https://www.redalyc.org/pdf/284/28420658014.pdf>. Acesso em: 16 mai 2024.
- Staub, E. 2007. *Perdão construtivo em vez de perdão prejudicial, reconciliação e maneiras de promovê-los após genocídio e assassinato em massa*. In Handbook of Forgiveness, editado por Everett L. Jr. Worthington, 443-461. Nova Iorque: Routledge.
- Worthington, E. L. (2006). *Forgiveness and Reconciliation: Theory and Application*. Routledge Taylor & Francis Group. Disponível em:
<https://books.google.co.ls/books?id=sLwxSI9FrbsC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>. Acesso em: 01 dez 2023.