

# POTENCIALIDADES DA METODOLOGIA SPIRAL NA INTERVENÇÃO DO ASSISTENTE SOCIAL

## POTENTIALITIES OF THE SPIRAL METHODOLOGY IN SOCIAL WORKER'S INTERVENTION

**Susana Mesquita**

*Mestre em Serviço Social pelo ISSSL, Universidade Lusíada. Assistente Social na Divisão de Habitação e Serviços Comunitários, Câmara Municipal de Sintra*

**Susana Costa Ramalho**

*Doutorada em Psicologia pelas Universidades de Lisboa e Coimbra.  
Professora Auxiliar Convidada na Faculdade de Ciências Humanas da Universidade Católica Portuguesa.  
Coordenadora do Instituto de Ciências da Família e do Mestrado em Estudos da Família.  
Investigadora do CRCW - Catolica Research Centre for Psychological, Family and Social Wellbeing.  
ORCID: 0000-0002-7155-1649*

DOI: <https://doi.org/10.34628/qbyd-0f89>

Data de submissão / Submission date: 16.05.2022

Data de aprovação / Acceptance date: 03.09.2022



**Resumo:** O presente artigo pretende refletir as potencialidades da metodologia SPIRAL no âmbito da intervenção do assistente social, bem como o seu impacto no bem-estar e qualidade de vida dos destinatários. Com esse objetivo foram analisados os resultados dum estudo de caso desenvolvido com grupos homogéneos da população num bairro de habitação de interesse social. Evidencia-se uma correlação positiva entre a satisfação residencial, a disponibilidade para a participação e o reconhecimento da força do seu potencial. A metodologia SPIRAL evidencia-se como uma ferramenta inovadora e eficaz para a intervenção social em diferentes contextos, promotora da coesão social e da responsabilização para a melhoria do bem-estar individual e coletivo, incluindo das gerações futuras.

**Palavras-chave:** SPIRAL; Coesão social; Bem-estar; Qualidade de vida.

**Abstract:** The present study intends to reflect on the potentialities of SPIRAL methodology within the scope of the Social Worker's intervention, as well as its impact on the well-being and quality of life of participants. To this end, the results of a case study developed with homogeneous groups of the population in a social housing neighbourhood were analysed. A positive correlation between residential satisfaction, readiness to participate and recognition of the strength of their potential is evident. SPIRAL proves to be an innovative and effective tool for social intervention in different contexts, promoting social cohesion and co-responsibility for improving individual and collective well-being, including that of future generations.

**Keywords:** SPIRAL; Social cohesion; Well-being; Quality of life.



*“O termo qualitativo implica uma partilha densa com pessoas, factos e locais que constituem objetos de pesquisa, para extrair desse convívio os significados visíveis e latentes que somente são perceptíveis a uma atenção sensível (...)” (Chizzotti, 2003:221)*

A primazia dos sistemas económicos tem desvalorizado o conceito de bem-comum, substituindo-o pelo conceito de bem público, mais centrado na perspetiva individualista e materialista, menos nas pessoas e na relação entre elas (Bruni, 2010). Em consequência, as sociedades de mercado atravessam uma crise que se reflete também nas relações entre os indivíduos, o que dificulta os processos participativos, a promoção do bem-estar individual e coletivo e contribui de forma negativa para a coesão social. Alcançar a coesão social exige o envolvimento efetivo dos diversos atores na construção das políticas públicas (Conseil de L’Europe, 2010), nomeadamente os indivíduos em situação de vulnerabilidade e exclusão social (Littlewood et al., 2017; Madeira, 1996; Prignachi, 2007). Neste contexto e no âmbito da sua intervenção, o assistente social (AS) pode assumir o papel de mediador entre os diversos níveis e atores sociais, já que na intervenção social junto de populações vulneráveis, as dificuldades de participação são agravadas pela falta de treino destes indivíduos e/ou comunidades em serem agentes da sua mudança, sendo fulcral o AS trabalhar competências para o seu empoderamento e exercício da cidadania ativa, contribuindo assim, por esse meio, para uma melhor qualidade de vida e coesão social (Amaro, 2003; Elvas & Moniz, 2010; McMillan & Chavis, 1986).

Neste domínio, as metodologias participativas podem possibilitar intervenções mais eficazes e eficientes, permitindo compreender e interpretar qualitativamente a especificidade do contexto onde são aplicadas, valorizando a perspetiva dos atores sociais (Fitzgerald et al, 2016; Guerra, 2006, Kedogo et al, 2010; Vargas et al

2010), motivando a construção de parcerias na elaboração dos diagnósticos e adequando os planos de intervenção às necessidades dos indivíduos, grupos e/ou comunidades.

A *Societal Progress Indicators and Responsibilities for All* (SPIRAL) é uma ferramenta construída pelo Conseil de L'Europe (2010), cujos princípios orientadores refletem o que se pretende alcançar, ou seja, uma metodologia qualitativa e participativa, que desenvolve a co-responsabilidade pelo bem-estar de todos (Amaro, 2009; Chizzotti, 2003; Fonseca, 2003;). Apresenta-se como uma ferramenta complementar bastante útil nos processos de diagnóstico participado, prevendo a constituição de pequenos grupos da população com características idênticas e desenvolvendo um processo de tomada de decisão democrática através do diálogo social e da participação cívica (Fitzgerald, 2016). Pode ser igualmente uma metodologia de intervenção social que, não pressupondo a representatividade do público-alvo, permite desenvolver uma responsabilidade social partilhada, com o objetivo de assegurar o bem-estar de todos através da coresponsabilização de cada uma das partes (Conseil de L'Europe 2010; Falanga, 2018; Guerra, 2006;).

Neste artigo pretende-se refletir sobre a SPIRAL enquanto ferramenta qualitativa de diagnóstico e intervenção social, promotora do bem-estar e coesão social junto dos indivíduos, grupos e comunidades com que o AS trabalha. Na primeira parte será feita a contextualização da SPIRAL, dos conceitos e processos metodológicos subjacentes, sendo depois analisadas as suas potencialidades no âmbito da intervenção social, através do estudo de caso num bairro de habitação de interesse social.

## Contextualização da metodologia SPIRAL

Em 1997, a segunda Cimeira do Conselho da Europa define como central o objetivo da coesão social, e todas as consequências políticas, económicas e sociais, enfatizam a relevância da coesão social, que se expressa no envolvimento de toda a sociedade, a fim de garantir os direitos humanos e uma vida digna para todos (ONU, 1999).

O Conselho da Europa (2010) definiu coesão social como a “capacidade da sociedade para garantir o bem-estar de todos os seus membros, minimizando as disparidades e evitando a polarização, de gerir as diferenças e divisões e adquirir os meios para garantir o bem-estar social de todos”. Destaca duas ideias-chave: a primeira é a de que o objetivo do bem-estar para todos implica um processo de tomada de decisão democrática e um movimento para o diálogo social e participação cívica. Só assim será possível desenvolver uma visão para o futuro, onde cada pessoa pode encontrar o seu lugar e evoluir ao nível da sua inclusão social (*ibidem*; Jenson, 2010). A segunda ideia aponta para a necessidade dum processo de responsabilidade social partilhada ou coresponsabilidade, envolvendo todas as partes e integrando as políticas nacionais e regionais que oferecem uma estrutura adequada para incentivar esses processos e garantir direitos sociais (Elvas & Moniz, 2010; Ornelas, 2002;).

A construção da metodologia SPIRAL baseou-se nesses pressupostos e teve, em 2005, várias aplicações em França, quer em áreas geográficas específicas (comunidades, bairros, municípios) quer em instituições (empresas, escolas, etc.) que permitiram a construção de um quadro metodológico inicial e ferramentas para facilitar a sua aplicação (ISS.IP, 2011). Foram assim concebidas e implementadas diversas ações-piloto de coresponsabilidade, estratégias e planos de ação, sendo em outubro de 2010 publicado o documento “Orientações Metodológicas” (Guide Méthodologique, 2010), que se baseou nas aprendizagens de cinco anos de experimentação e de outras iniciativas semelhantes em todo o mundo. O quadro metodológico da SPIRAL continuou a evoluir e foi enriquecido com diferentes contributos dos municípios e atores locais envolvidos, nomeadamente em Portugal, onde se desenvolveram três projetos piloto em Sintra<sup>1</sup>, Cascais<sup>2</sup> e Covilhã<sup>3</sup>, nos anos 2011 e 2012 (Mesquita, 2013).

---

<sup>1</sup> [https://cm-sintra.pt/phocadownload/PDF/acao\\_social/SPIRAL%20\\_GuiadoFacilitador.pdf](https://cm-sintra.pt/phocadownload/PDF/acao_social/SPIRAL%20_GuiadoFacilitador.pdf)

[https://wikispiral.org/tiki-read\\_article.php?articleId=323](https://wikispiral.org/tiki-read_article.php?articleId=323)

<sup>2</sup> <https://wikispiral.org/tiki-index.php?page=Infos+Cascais>

<sup>3</sup> [https://wikispiral.org/tiki-read\\_article.php?articleId=322](https://wikispiral.org/tiki-read_article.php?articleId=322)

A abordagem subjacente a esta ferramenta de recolha qualitativa é de *bottom-up*, i.e., pretende promover o diálogo a fim de construir uma visão de futuro, baseando-se na partilha de responsabilidades dos cidadãos na construção do progresso social (Amaro, 2009; Atouguia, 2010; Conseil de L'Europe, 2010; Ramos 2008).

## Os conceitos de coesão social, participação e bem-estar

### Coesão Social

Coesão é a qualidade de algo em que todas as partes se ligam às outras, permitindo que os indivíduos que participam de um sistema social se identifiquem com o mesmo e se sintam comprometidos a apoiá-lo em relação às normas, valores, crenças e estrutura (Holtug, 2022; Littlewood et al., 2017). Do ponto de vista da sociedade, é o que mantém um grupo social unido e com capacidade de agir/participar de forma perseverante.

No século XIX o sociólogo Émile Durkheim definiu o conceito de coesão social associando-o aos laços sociais e sentimento de pertença a determinada comunidade, ou seja, a noção de que todos fazem parte de uma mesma unidade, têm características, problemas e projetos comuns e relacionam-se de forma interdependente (Durkheim, 1999; Freitas, 2001; Ornelas, 2002). Neste âmbito, a definição do Conselho da Europa (2010) para a coesão social remete para a capacidade que as sociedades devem ter para reduzir as diferenças, gerindo as divisões e investindo nos meios necessários para assegurar o bem-estar social de todos os seus membros, incluindo as gerações futuras (Madeira, 1996; Prignachi, 2007; Ramos, 2008).

### Participação

O conceito de participação pode ser analisado de diferentes perspetivas e contextos, tendo sempre subjacente a necessidade de relação com os outros. Por meio da participação, podem criar-se estratégias para fazer face a diversos desafios, seja pela participação



individual, coletiva ou política (Amaro, 2009; Atouguia, 2010; Ornelas, 2002; Ramos, 2008). Assistimos a esse fenómeno recorrentemente através das associações de solidariedade social, movimentos voluntários e, de modo concreto na atualidade, através de inúmeras iniciativas individuais e grupais para responder ao contexto pandémico.

Do ponto de vista político, é também reconhecida a necessidade de participação dos cidadãos, de tal forma que foi criado ao nível da União Europeia, em 2012 o programa *Progress*, com a finalidade de divulgar conhecimentos e boas práticas em matéria de participação para a inclusão. Em Portugal ainda se observa a política reservada a uma elite, sendo reduzida a participação dos cidadãos e pouco implicada nas decisões que os afetam (Fonseca, 2003; Gomes, 2016; Hickey & Mohan, 2004; Varges, 2019). Tal reflete-se nas elevadas taxas de abstenção nos atos eleitorais, na falta de interesse e acompanhamento das medidas de política desenvolvidas a nível nacional, regional ou local e no decrescente interesse e nível de participação dos jovens.

Estas dificuldades são ainda mais prementes quando estamos perante comunidades socialmente vulneráveis, nomeadamente as que residem em núcleos de habitação de interesse social. A diversidade de problemáticas nestes contextos e o ciclo de exclusão que muitas destas famílias experimentam, influenciam a sua disponibilidade para a participação, focando-se quase exclusivamente em garantir a subsistência ao nível das necessidades mais básicas (Barrett & Zani, 2014; Freitas, 2001; Holtug, 2021; Mesquita, 2012). Porém, a possibilidade de participação destas populações deve ser-lhes reconhecida como uma necessidade básica e um direito (Bliss & Neumann, 2008; Costa, 2019; Freitas, 2001; Guerra, 2006;).

### Bem-estar e qualidade de vida

Nas últimas décadas, o interesse pelo tema do bem-estar - nomeadamente na sua dimensão subjetiva (ou seja, a perceção individual do que é sentir-se bem ou satisfeito com a sua vida) - cresceu particularmente (Diener, Oishi, & Tay, 2018), encontrando-se múltiplos estudos que procuram compreender o que é que as pessoas consideram ser “uma vida boa”. O conceito de bem-estar subjetivo

respeita e integra aquilo que cada um pensa e sente sobre a sua vida. Estes julgamentos individuais parecem fortemente influenciados por variáveis situacionais (eg. Cooper, Burton, & Cooper, 2014), sendo também claro que - na sua avaliação de bem-estar - determinado tipo de informação é considerado por determinadas pessoas, mas não por outras. Por exemplo, quando questionadas sobre o seu bem-estar ou satisfação com a vida, algumas pessoas poderão ser fortemente influenciadas pelas suas emoções no momento, outras poderão ser mais sensíveis às opiniões dos outros sobre si mesmas; do mesmo modo, alguns centrar-se-ão nos aspetos mais positivos da sua vida, enquanto outros procurarão sobretudo identificar as áreas problemáticas. Numa perspetiva mais ampla, as teorias sobre o bem-estar subjetivo ou felicidade (conceitos que tendem, no domínio da psicologia, a ser usados indiferenciadamente) podem ser categorizadas em três grupos: (1) as teorias mais clássicas de satisfação das necessidades ou objetivos, focando a ideia de que a eliminação do sofrimento e a satisfação das necessidades biológicas ou psicológicas leva à felicidade (eg. Maslow, 1970); (2) as teorias de processo ou atividade, que consideram o envolvimento numa atividade como motivador do bem-estar, nomeadamente a participação social ativa (eg. Ding et al., 2015; Harlow & Cantor, 1996); e, por último, (3) as teorias de predisposição genética e personalidade, que argumentam uma maior estabilidade da apreciação subjetiva do bem-estar, motivada sobretudo por características internas estáveis sob as quais o indivíduo não exerce controlo (eg. Syrén et al., 2020). Os dois primeiros grupos de teorias concordam que o bem-estar subjetivo dos indivíduos muda de acordo com as suas condições de vida, sendo esperado que os que atingem os seus objetivos ou se envolvem em atividades que consideram interessantes, experimentem níveis positivos de bem-estar. Fará sentido considerar que estas diferenças na avaliação subjetiva de bem-estar resultam ainda - para além daquilo que somos e das circunstâncias objetivas que vivemos - do modo como pensamos sobre o mundo e sobre as nossas vidas (eg. Diener et al., 2018). Consistente com a visão clássica de Aristóteles, diversos autores evidenciam hoje que o bem-estar - considerado em oposição ao mal-estar/sofrimento - é afinal aquilo que todos os seres humanos aspiram (eg. Diener et al.,

2018). Consideramos que não pode ser visto apenas na perspetiva individual, mas incluir todos (eg. Erlangsen et al., 2020), inclusive as gerações futuras, não sendo possível assegurar o bem-estar de todos quando uma parte da humanidade vive no mal-estar. Bem-estar individual e coletivo são, assim, indissociáveis (Conseil de L'Europe, 2010).

O conceito de bem-estar liga-se ainda ao conceito de qualidade de vida (QdV), que é também subjetivo e pode ter diferente leituras consoante o contexto em que é utilizado. Quando foi definido nos anos 60 do século XX, relacionou-se com o desenvolvimento económico, tendo mais tarde (década de 90), sido considerado numa perspetiva mais abrangente que inclui a participação cívica, a segurança, as perceções e o bem-estar dos indivíduos e comunidades (Freitas, 2001; Santos, 1991). De acordo com a Organização Mundial de Saúde (1994), a QdV define-se como a perceção do indivíduo sobre a sua posição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. Alguns autores (Elvas & Moniz 2010; Renwick & Brown, 1996) tentam analisar a QdV de forma mais ampla, considerando-a “como uma representação social criada a partir de parâmetros subjetivos (bem-estar, felicidade, amor, prazer, realização pessoal) e também objetivos, cujas referências são a satisfação das necessidades básicas e das necessidades criadas pelo grau de desenvolvimento económico e social de determinada sociedade” (Renwick & Brown, 1996). Outros autores distinguem ainda a definição por componentes (Pereira *et al*, 2012), o que permite uma melhor operacionalização ao dividir o conceito em dimensões que contribuem para a qualidade de vida global e que tanto podem abranger questões objetivas (saúde, nível socioeconómico, etc.), como subjetivas (autoestima, valores, entre outros).

## A aplicação da Metodologia

Segundo o Programa da Rede Social (2001), a metodologia SPIRAL pode ser entendida enquanto medida de política que visa con-

tribuir de forma efetiva para um planeamento estratégico criativo e participativo que contribua para “a erradicação ou atenuação da pobreza e exclusão social e a promoção do desenvolvimento social”.

Na gestão social de casos, que se pretende participativa e facilitadora do empoderamento individual e coletivo (Elvas & Moniz, 2010; Faleiros, 1999; Madeira, 1996; Payne, 2004), a SPIRAL tem mostrado potencialidades enquanto ferramenta de intervenção social. Enquanto metodologia qualitativa, destina-se a qualquer grupo de indivíduos ou territórios e, graças à sua grande flexibilidade, integra-se e complementa as intervenções já existentes, reforçando e multiplicando a participação dos cidadãos. Assenta na realização de reuniões com pequenos grupos homogéneos, organizados segundo o que se pretende conhecer (território, instituição, grupo-alvo, etc.), procurando assegurar a representatividade social (Falanga, 2018; Guerra, 2006). De facto, os grupos homogéneos *per si* não são representativos cientificamente, pelo que, caso seja necessário assegurar essa representatividade, será preciso conjugar a metodologia SPIRAL com outras fontes de recolha de informação, através da triangulação de dados (Quivy, 1995).

A seleção dos indivíduos para os grupos pode ser aleatória ou intencional e podem constituir-se tantos quanto os considerados necessários. Integram pessoas com características semelhantes, seja ao nível etário, socioeconómico, profissional, cultural (imigrantes, minorias), ou até condição física (pessoas incapacitadas ou com doenças). Verificou-se que a homogeneidade dos grupos cria condições para que os intervenientes se sintam à vontade para dialogar, bem como permite efetuar uma primeira síntese, mesmo quando existe uma heterogeneidade de raciocínios dentro do grupo (Conseil de L’Europe, 2010).

O tamanho indicado para cada grupo homogéneo varia entre 7 e 12 pessoas. Abaixo deste número a interação torna-se menor e menos rica, acima o “espaço” para cada um expor a sua opinião é bastante limitado (Fitzgerald, 2016). Se se tratar duma instituição, deve pensar-se nas várias categorias de atores em presença e, a partir daí, definir os grupos homogéneos. Se a intenção for estudar um território, deverão ser identificados grupos homogéneos represen-

tativos da malha social em questão, assegurando que os resultados sejam variados e demonstrativos (Falanga, 2018; Guerra, 2006). A legitimidade do processo depende igualmente da capacidade de dar a palavra aos que não têm outra forma de partilhar o seu ponto de vista, sobre as instituições ou sobre determinado assunto, dependendo dos grupos visados (Costa, 2019; Fonseca, 2003; Gomes, 2016).

Conforme sugerido pelo Conselho da Europa (2010), os elementos convidados a participar nesta metodologia devem ser informados das razões do exercício, nomeadamente a relevância de definir apropriadamente o bem-estar de todos, inclusive das gerações futuras; refletir sobre a capacidade de a sociedade assegurar o progresso social como objetivo principal; aprofundar o conceito de coresponsabilidade e as suas implicações e, ainda, informar sobre o conteúdo e a forma de implementação do exercício.

O processo de discussão destes pontos deve ser organizado de forma lúdica e participativa, fazendo-se um convite ao diálogo aberto, que pretende a construção duma visão comum do bem-estar coletivo. De salientar, ainda, a necessidade de os facilitadores das reuniões dominarem técnicas de dinamização de grupos, uma vez que se trata de um processo assente no diálogo a partir de questões abertas, recorrendo-se ao conhecimento e vivência dos participantes para construção duma visão partilhada e validada por todos. Sem este pressuposto assegurado, pode enviesar-se o resultado pretendido (Costa, 2019; Falanga, 2018; Fonseca, 2003; Guerra 2006).

A metodologia prevê a realização de duas reuniões com os grupos homogéneos, que poderão ocorrer no mesmo dia ou num intervalo não superior a uma semana, a fim de não se perderem as reflexões conseguidas na primeira sessão. Cada grupo homogéneo deve juntar-se num espaço adequado ao trabalho em grupo sendo materiais necessários 3 folhas grandes (papel de cenário, por exemplo), canetas e maços de *post-it*.

Devem estar presentes, preferencialmente, dois facilitadores, pois estão em análise questões subjetivas que podem ter várias leituras ou interpretações. O mesmo deve suceder na fase de atribuição de critérios e indicadores, diminuindo o risco de enviesamento

do que foi dito pelos participantes. Os resultados das sínteses devem ser validados quando se faz a devolução ao grupo homogéneo na sessão seguinte. Os facilitadores não podem influenciar as respostas dos participantes.

Conforme descrito no Guide Méthodologique SPIRAL (2010), a reunião estrutura-se em torno de três questões simples que orientam o debate, durando o exercício cerca de uma hora para cada pergunta. Através da interação entre os participantes, será possível classificar as perceções do grupo sobre o bem-estar, considerando as 9 dimensões e os 68 componentes predefinidos, que se especificam na Figura 1.

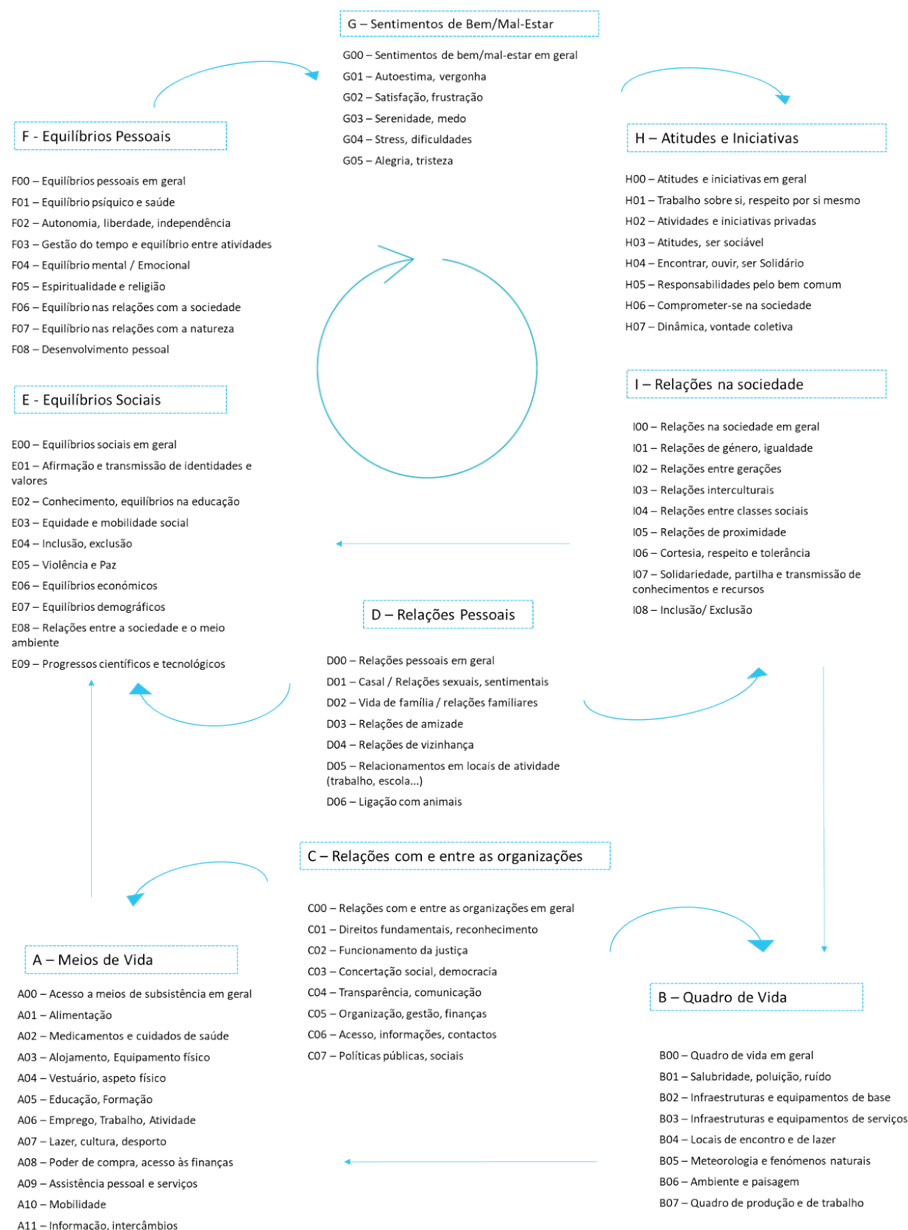


Figura 1 – Dimensões e Componentes do Bem-Estar  
(Fonte: Adaptado de Wikispiral.org)



Descrevemos, de modo simplificado, o processo que se repete em cada uma das questões.

Os participantes respondem a cada questão individualmente e em silêncio, escrevendo cada ideia num *post-it*. Poderá ser uma pequena frase, uma palavra ou expressão. Posteriormente, os *post-it* são recolhidos e misturados, garantindo o anonimato das respostas. De seguida, o facilitador lê cada *post-it* e afixa-o na folha respetiva de modo visível a todos. Cada um é discutido pelo grupo com o objetivo de clarificar o seu conteúdo e não de buscar consensos. Importa recolher as várias sensibilidades presentes, devendo ser arumados pelas nove áreas temáticas/dimensões do bem-estar anteriormente explicitadas. Este trabalho é feito pelo grupo, que decide o lugar de cada *post-it* na folha, sendo cada um convidado a corrigir, alterar ou acrescentar outros indicadores. Durante esta fase do exercício, cada participante pode acrescentar outros *post-it*. Cada folha deve trazer em cabeçalho a respetiva pergunta e, no verso, a data da reunião e identificação do grupo homogéneo. Nos casos em que os participantes não saibam/possam escrever, deverão ser encontradas formas de ultrapassar a situação, procurando minimizar ao máximo as perdas/adulteração da informação. O mesmo se aplica na situação de grupos homogéneos de minorias não falantes de português. No final relê-se a síntese, assegurando que o resultado corresponde à visão do grupo, passando-se às questões seguintes sobre as quais se repete exatamente o mesmo processo. As questões são, por esta ordem: 1) *O que é para si o bem-estar?* 2) *O que é para si o mal-estar?* e, 3) *O que é que você faz ou pode fazer para assegurar o seu bem-estar e o bem-estar de todos?* Esta terceira questão é fundamental e será complementada na questão seguinte colocada na segunda sessão. Através delas é possível aferir a perceção dos participantes relativamente à responsabilidade social partilhada, à sua capacidade de participação, de reconhecimento do outro e de perspetivar um futuro viável para as novas gerações.

Por se tratar de uma metodologia qualitativa, foram definidos alguns princípios para a atribuição de componentes (Guide Méthodologique, 2010), de modo a diminuir a subjetividade na interpretação do que é expresso pelos participantes, a saber: a) identificar o sentido



explícito do critério, associando à sua descrição, sem fazer referência a elementos exteriores, interpretações subjetivas ou recorrendo às próprias referências culturais; b) identificar os atores, ou seja, quem efetua a ação e quem ou o quê é objeto dessa ação (locutor do critério, outras pessoas, instituições, sociedade em geral); c) a função da questão (sobretudo da terceira pergunta), ou seja, tendo em conta a questão à qual o critério responde, para compreender o seu sentido; d) atribuição de uma dimensão em função dos quatro elementos do quadro da Figura 2, procurando prioritariamente a dimensão que mais corresponde ao critério; e) atribuição a um indicador mais geral quando existam dúvidas acerca do sentido explícito.

		Critérios individuais dos participantes		Critérios coletivos, relação com a sociedade	
Critérios materiais	Do que está à volta do indivíduo para o indivíduo	<b>A</b>	<b>Acesso a meios de subsistência</b>	<b>B</b>	<b>Quadro de vida</b>
			Critérios de bem-estar/mal-estar próprios ao indivíduo e relativos ao elementos materiais essenciais para a sua vida		Critérios de bem-estar/mal-estar relativos ao quadro físico e com influência sobre o bem-estar/mal-estar de todos
		<b>D</b>	<b>Relações pessoais</b>	<b>C</b>	<b>Relações com e entre as organizações</b>
			Critérios de bem-estar/mal-estar correspondentes às relações que o indivíduo tem (amigos, família, vizinhos, etc.)		Critérios de bem-estar/mal-estar relativos ao enquadramento organizacional e político (instituições públicas e privadas)
		<b>F</b>	<b>Equilíbrios pessoais</b>	<b>E</b>	<b>Equilíbrios sociais</b>
			Critérios de bem-estar/mal-estar relativos aos equilíbrios internos (físicos, psicológicos, organizacionais) próprios do indivíduo		Critérios de bem-estar/mal-estar relativos aos equilíbrios e desequilíbrios caracterizando a sociedade na qual o indivíduo vive (bairro, região, país, mundo, espaços culturais, etc.)
Critérios imateriais	Do indivíduo para o que está à sua volta	<b>G</b>	<b>Sentimentos de mal-estar / bem-estar</b>		
			Critérios de bem-estar/mal-estar pessoais do indivíduo, exprimidos de uma forma geral e não específico a uma dimensão já descrita		
		<b>H</b>	<b>Atitudes e Iniciativas</b>		
			Critérios de bem-estar/mal-estar relativos a atitudes, iniciativas e compromissos assumidos individualmente ou com outras pessoas		

Figura 2 – Atribuição de dimensões  
(Fonte: Adaptado de Wikispiral.org)

Finalizada a reunião, o facilitador recolhe as folhas onde foram agrupados os *post-it* para cada questão, descarregando depois esses dados para o Programa ESPOIR (Élaborer le Progrès Sociétal par l'Organisation d'Indicateurs Raisonnés). Para a introdução dos dados, começa por registar-se a informação relativa a cada grupo homogéneo na folha “Contextos e Grupos”, sendo que a lógica ESPOIR facilita a classificação sistemática, evitando omissões e a dupla atribuição de critérios. Para além de oferecer uma certa automatiza-

ção, também permite obter uma síntese, na qual surgem a totalidade de critérios abarcados pelos diferentes grupos. Através da síntese é possível visualizar a reflexão expressa e validada por cada elemento, ficando assim preparado o *feedback* a partilhar na segunda reunião, na qual se validará a síntese e se convidará cada grupo a sugerir as modificações que entender e adicionar critérios que considerem faltar. As eventuais correções serão sintetizadas e devolvidas ao grupo nessa mesma sessão. Por fim, o facilitador coloca aos grupos uma quarta e última questão sobre o bem-estar: *definiu o bem-estar no seu território tal como aparece na síntese. Considera que devem ser adicionados outros critérios para que as gerações futuras possam ter acesso ao bem-estar?* A resposta deve ser elaborada nos mesmos moldes das anteriores e os procedimentos são idênticos. Se forem acrescentados novos critérios, deverão ser registados na base de dados e impressa nova síntese, que no final é devolvida e validada pelo grupo.

## **Resultados de um estudo de caso desenvolvido num bairro de habitação de interesse social**

Para que a intervenção social possa realizar-se de forma eficaz e eficiente, é imprescindível a realização do diagnóstico social (Idañez & Ander-Egg, 2007), quer se trabalhe ao nível da intervenção com indivíduos, grupos ou comunidades. Através do levantamento e compreensão das necessidades e problemas num determinado contexto, envolvendo os atores sociais em presença, o AS pode definir a estratégia de intervenção mais adaptada. Como refere Guerra (2002:129), “o que está em causa quando falamos de diagnóstico é o conhecimento científico de fenómenos e a capacidade de definir intervenções que atingem as causas dos fenómenos e não as suas manifestações”.

Tendo por base estes pressupostos, foi desenvolvido um estudo num bairro de habitação de interesse social do concelho de Sintra (Mesquita, 2012), cujo objetivo era sistematizar as perceções de satisfação residencial dos moradores do bairro Fundação D. Pedro IV (Mira-Sintra) e identificar as dimensões da gestão social que

pudessem contribuir para a consolidação duma estratégia participativa. Tratou-se duma pesquisa de cariz misto, com incidência nas questões qualitativas, assente no método de estudo de caso, utilizando diversas fontes de evidência e a triangulação de dados durante a sua análise. Um dos instrumentos de recolha qualitativa foi a metodologia SPIRAL, através da qual se pretendeu captar outras dimensões da satisfação residencial, da qualidade de vida e do bem-estar, incluindo as questões da participação e sua promoção junto dos participantes.

Com base nos resultados do estudo quantitativo prévio sobre a satisfação residencial, definiram-se os três grupos homogêneos a quem foi aplicado a SPIRAL, nomeadamente: a) grupo das “Mulheres Realojadas” representantes de todos os edifícios do núcleo de realojamento habitacional com participação mais ativa na vida do bairro; grupo das “Mulheres Ciganas” residentes em barracas nos fundos vazados dos prédios e apontadas pela restante população como parte do problema; c) grupo de “Jovens” (18 aos 22 anos) filhos de arrendatários e parte de um grupo problemático identificado pela restante população do bairro.

Os grupos tinham entre 7 e 11 elementos, num total de 28 participantes, a quem foram explicitados os objetivos das reuniões e do estudo. Verificou-se que cada um dos três grupos homogêneos apresentou características muito específicas, centrando as questões relacionadas com o bem-estar e com a participação em dimensões muito diferentes. As palavras e/ou expressões utilizadas pelos “Jovens” colocaram o enfoque do bem-estar mais dependente dos outros do que de si próprios, isto é, não se reconhecendo como parte da solução e apontando os outros como a causa para os problemas de integração naquela comunidade, revelando indisponibilidade e desresponsabilização na procura de soluções para o mal-estar sentido. Quando foi lançada a terceira questão: “O que faz ou pode fazer para melhorar o seu bem-estar e o bem-estar dos outros”, a sua perspetiva alterou-se e as expressões utilizadas deixaram antever alguma predisposição à participação naquela comunidade, reconhecendo em si a possibilidade de contribuir para a melhoria de alguns dos problemas identificados. Quando questionados sobre o

seu contributo para assegurar o bem-estar das gerações futuras, as expressões utilizadas revelaram o imediatismo e a autocentração do seu estilo de vida, a falta de projetos e ideais a longo prazo.

As dimensões de bem-estar priorizadas pelo grupo homogéneo das “Mulheres Ciganas” foi significativamente diferente das respostas dos “Jovens”, centradas na dimensão do acesso aos meios de subsistência, o que se pode justificar-se por viverem sem condições de habitabilidade e salubridade nas barracas que construíram nos fundos dos prédios. A segunda dimensão mais referida centrou-se nas relações pessoais e familiares, aspeto extremamente importante na cultura cigana que dá primazia ao sistema familiar. Apresentaram dificuldades no reconhecimento de soluções para os problemas que dependem de si e uma fraca disponibilidade para a participação.

No grupo das “Mulheres Realojadas” o enfoque das questões do bem-estar foi dado às relações familiares e de vizinhança próxima e alargada. Este grupo apresentou maior disponibilidade para a participação comunitária e para intervir ao nível do bem-estar coletivo e das gerações futuras, conseguindo apresentar propostas concretas que dependiam do seu comportamento e atitude. Em comparação com os restantes grupos, provavelmente por já terem asseguradas os patamares mais básicos das necessidades de existência (Maslow, 1970), as suas respostas evidenciaram maior consciência cívica, reconhecimento dos seus deveres de cidadania e do seu contributo efetivo para a melhoria do bem-estar coletivo.

Denotou-se em todos os grupos algum desconforto na gestão de uma relação de proximidade com o outro que é considerado “diferente” (Bruni, 2010), sendo o grupo das “Mulheres Realojadas” o único capaz de identificar dimensões menos dependentes dos outros e mais de si para concretizar a participação e contribuir de forma concreta para o bem-estar da comunidade onde se integra. Para os outros dois grupos, as condições para a participação ou prossecução dos seus objetivos foram entendidos como possíveis através da mudança dos “outros”. Mais fechados sobre si próprios e percecionando o mundo externo como “cruel”, consideraram não ter qualquer capacidade ou responsabilidade de contribuir para a sua melhoria. Apresentaram-se com um *locus* de controlo muito externo, sendo o

próprio bairro visto como algo externo. Pelo contrário, para o grupo das “Mulheres Realojadas”, o enfoque foi colocado no coletivo, as dependências eram dirigidas para o bairro, demonstrando uma maior disponibilidade para saírem da sua zona de conforto e fazerem algo para o bem-estar de todos. Foram capazes de identificar ações concretas que dependiam de si e da sua iniciativa individual e comunitária, bem como aquilo de que precisam dos outros para conseguirem melhorar o local onde viviam. A insatisfação manifestada devia-se ao facto de não encontrarem um *feedback* nos outros dois grupos ao nível da focalização no bairro, na constatação da falta da partilha de um espaço e de valores comuns para todos, e por não se mostrarem tão conscientes e envolvidos num projeto comum.

Diferentemente de alguns estudos (Amaro, 2009; Elvas & Moniz, 2010; Ornelas, 2002) que referiram ser muito importante a participação dos indivíduos na procura e concretização de soluções para os seus problemas afim de aumentarem a qualidade de vida e o bem-estar, no presente estudo evidenciou-se que quanto menos estão satisfeitas as necessidades básicas de existência, menor é o bem-estar e a qualidade de vida percebida pelos indivíduos e/ou comunidades, e menor é a disponibilidade para a participação e coresponsabilização. Parece assim haver uma correlação positiva entre satisfação residencial e participação, verificando-se que quanto maior é aquela, maior é a disponibilidade para a participação e o reconhecimento da força do seu potencial.

Neste contexto, quando se pretende diagnosticar as necessidades e/ou problemas numa comunidade em que existem grupos distintos de população, a metodologia SPIRAL permite evidenciar as diferenças, não só da percepção de cada grupo sobre as questões do bem-estar, mas também das suas necessidades diferenciadas, que condicionam o bem-estar pessoal e coletivo.

## **Potencialidades da Metodologia SPIRAL para Intervenção Social**

Após aplicação desta metodologia consideramos estar perante uma ferramenta inovadora e eficaz no âmbito da intervenção social em contextos territoriais, a qual por si só tem repercussões imedia-

tas nos participantes. Ao colocar o foco nos potenciais contributos de cada indivíduo para melhorar o seu bem-estar e o de todos, estimula a participação e potencia a interiorização do conceito de cidadania. Por outro lado, pelo facto dos participantes se organizarem em grupos homogéneos, as relações interpessoais e a coesão social são favorecidas, na medida em que as questões de fundo relacionadas com a perspetiva sobre a realidade social e os valores defendidos acabam por ter pontos de convergência.

Do ponto de vista da intervenção social, são relevantes as ferramentas que facilitem a criação de “pontes” e o debate organizado de ideias, com liberdade de expressão e uma abertura que permita aprofundar a reflexão. O facto de os resultados de cada grupo homogéneo serem partilhados com os outros grupos, também permite alargar as perspetivas individuais e facilita uma melhor compreensão do sentir “do outro” que, sendo diferente, tem igualmente uma perspetiva que pode ser válida e deve ser tida em conta (Bruni, 2010).

Esta metodologia parece também potenciar um aumento da autoestima, do empoderamento individual e coletivo e da cidadania, bem como o desenvolvimento da consciência do coletivo (Guerra, 2006; Ornelas, 2002). Exemplo disso no nosso estudo foi a atividade realizada na sequência da aplicação da SPIRAL naquele território, em que foi organizada uma refeição comunitária com a participação dos três grupos, sendo o grupo dos “Jovens” convidado pelo grupo das “Mulheres Realojadas” a ficar responsável pelos assadores de carne e distribuição da comida a todos os participantes.

Trata-se de uma ferramenta original e inovadora, com grande versatilidade e flexibilidade de aplicação, com baixos custos no que respeita aos materiais utilizados e que pode estimular a participação e responsabilização de cada participante, com repercussões positivas ao nível do empoderamento e da coresponsabilização na resolução de problemas (Elvas & Moniz, 2010; Mesquita, 2012). Do ponto de vista técnico possibilita aprofundar a análise dos dados e interpretá-los com base na partilha de ideias. Também o programa ESPOIR contribui para a eficiência da técnica, permitindo comparar dados entre os grupos e territórios com base nos mesmos critérios, dimensões e componentes.

Em termos das suas limitações, esta ferramenta qualitativa não permite uma representatividade estatística com a possibilidade de generalização dos resultados, privilegiando a representatividade social. Num contexto de investigação científica deverá ser sempre complementada através da triangulação de dados, conciliando outros instrumentos de carácter quantitativo (Falanga, 2018; Mesquita, 2012).

As sínteses decorrentes do programa ESPOIR podem exigir um trabalho prévio dos dinamizadores, para que a devolução aos grupos nas sessões subsequentes seja profícua e perceptível. Não obstante, a informação disponibilizada pelas sínteses aponta para a realização de ações concretas e concertadas (Guide Méthodologique, 2010).

Outro constrangimento prende-se com as competências necessárias por parte dos facilitadores na área da dinâmica de grupos, quer em termos da gestão da participação como da gestão do tempo. Por outro lado, importa considerar a subjetividade e potenciais enviesamentos na classificação dos critérios nas diferentes dimensões e componentes, sendo por isso importante que esta seja feita pelos próprios dinamizadores dos grupos e pouco tempo depois da recolha dos dados (Mesquita, 2013).

Por último, a metodologia SPIRAL prevê várias etapas seguintes à recolha de dados, que passam pelo desenho, implementação e avaliação de medidas de política diretamente influenciadas pelas sessões. Porém, nesta e noutras experiências de utilização da ferramenta (Costa, 2019) verificaram-se dificuldades na implementação dessas etapas, acabando por se centrar exclusivamente na recolha de informação para construção do diagnóstico social.

## Conclusão

No âmbito da intervenção social com grupos e comunidades, o AS assume-se mediador dos processos participativos, favorecendo o bem-estar individual e coletivo e contribuindo de forma efetiva para a coesão social (Guerra, 2002; Holtug, 2022; Littlewood,



2017; Madeira, 1996; Prignachi, 2007, Ramos, 2008). Ao trabalhar competências como o empoderamento e a participação, promove uma cidadania ativa, a qual tem repercussões positivas na melhoria da qualidade de vida e da coesão social. A experiência na utilização de metodologias participativas qualitativas no âmbito da intervenção social, evidencia vantagens na elaboração do diagnóstico social, maior adequação dos planos de intervenção às reais necessidades e anseios dos destinatários (Amaro, 2009; Barrett, 2014; Chiazzotti, 2003; Fonseca, 2003; Kedogo et al, 2010), bem como maior conhecimento das medidas de política necessárias para resolução dos problemas identificados. Porém, é a este nível que se encontram maiores dificuldades na influência e implementação das mesmas (Costa, 2019; Gomes, 2016; Varges, 2019).

A metodologia SPIRAL revelou-se um instrumento eficaz para a construção do diagnóstico social participado na comunidade onde foi implementada, promovendo o diálogo, a tolerância, o encontro com o(s) outro(s) (Bruni, 2010), bem como maior participação cívica. Não obstante, constatou-se que os processos participativos são condicionados pela necessidade de os indivíduos terem garantida a subsistência ao nível das necessidades básicas, sem o que a disponibilidade para a participação fica condicionada (Freitas, 2001; Mesquita, 2012). No que respeita ao caso em estudo, tratando-se de uma população residente num bairro de habitação social e, por isso, alvo de algum estigma social e de processos de exclusão - dos próprios e da comunidade envolvente - verificou-se que a aplicação da ferramenta SPIRAL trouxe benefícios aos participantes, dando-lhes a oportunidade de expressarem necessidades, dificuldades e anseios (Bliss & Neumamn, 2008; Calheiros, 2012; Ornelas, 2002). Permitiu igualmente reconhecer as singularidades e necessidades dos diferentes grupos homogéneos, destacando-se diferenças entre eles. Sem esse reconhecimento, qualquer projeto ou medida de política posterior que viesse a ser proposta, teria seguramente um carácter mais generalizado. A SPIRAL não parte dos problemas e necessidades imediatos, mas antes aprofunda de forma aberta as perceções sobre o bem-estar coletivo, procurando valorizar os contributos individuais (Conseil de L'Europe, 2010).



A utilização desta ferramenta permitiu uma aproximação do AS às circunstâncias de vida dos participantes, a fim de conhecer o que é importante para os mesmos e quais as respostas mais adequadas a essas necessidades. Destaca-se a importância da postura e proximidade do AS na relação com os participantes, já que a alteração do contexto habitual da relação de ajuda durante a aplicação da SPIRAL permite um aprofundamento das relações interpessoais.

Considera-se que se trata duma metodologia inovadora e eficaz para a intervenção social, que promove a responsabilização para a melhoria do bem-estar individual e coletivo, incluindo das gerações futuras, constituindo uma boa prática ao nível do trabalho em parceria/colaboração em diferentes contextos (cidade, bairro, aldeia, escola, hospital, etc.).

Cada vez mais é importante o AS investir em metodologias e projetos que estimulem o espaço de reflexão junto das comunidades e dos cidadãos, que favoreçam o diálogo entre os diferentes atores sociais, valorizando a coresponsabilização na procura de soluções das quais todos fazem parte. Desta forma será possível criar comunidades mais competentes e saudáveis, nas quais é possível ocorrer mudança social, o que contribuirá de forma efetiva para melhorar o bem-estar, a qualidade de vida e a participação destes grupos através da sua ação participativa (Calheiros, 2012; Elvas & Moniz, 2010; Guerra, 2006; Mesquita, 2012; Ornelas, 2002; Santos, 1991).

### Referências Bibliográficas

- Amaro, Rogério Roque (2003), “Desenvolvimento - um conceito ultrapassado ou em renovação? Da teoria à prática e da prática à teoria”. *Cadernos de Estudos Africanos*, 4, 35-70. [Em linha]. Disponível em: <https://repositorio.iscte-iul.pt/handle/10071/3186>
- Amaro, Rogério Roque (2009), *Desenvolvimento Local*, em Pedro Hespanha *et al* (orgs.) *Dicionário Internacional da Outra Economia*. Edições Almedina.

- Atouguia, Paula (2010), *Políticas Sociais Territoriais e Sistemas de Informação para produção de Diagnósticos Sociais. O caso do Programa Rede Social em Portugal*, Dissertação de Mestrado em Economia e Política Social, Lisboa, ISEG – Universidade Técnica de Lisboa.
- Barrett, Martin, & Zani, Bruna (Eds.). (2014). *Political and civic engagement: Multidisciplinary perspectives*. Routledge.
- Bliss, Frank; Neumann, Stefan (2008), “Participation in International Development Discourse and Practice: State of the Art and Challenges”, Institute for Development and Peace, University of Duisburg-Essen, [Em linha]. Disponível em: <https://core.ac.uk/download/pdf/71735047.pdf>
- Bruni, Luigino (2010), *A ferida do outro: economia e relações humanas*. Cidade Nova.
- Calheiros, Manuela (2012), “O direito de participação das famílias de risco na avaliação dos serviços de intervenção psicossocial”, In *1º Encontro Nacional sobre Criança e Jovens em Perigo*, Lisboa: ISCTE-IUL.
- Câmara Municipal de Sintra (2011), *SPIRAL\_Guia do Facilitador*, [Em linha]. Disponível em [https://cm-sintra.pt/phocadownload/PDF/acao\\_social/SPIRAL%20GuiadoFacilitador.pdf](https://cm-sintra.pt/phocadownload/PDF/acao_social/SPIRAL%20GuiadoFacilitador.pdf)
- Chizzotti, António (2003), A pesquisa qualitativa em ciências humanas e sociais: evolução e desafios. *Revista Portuguesa de Educação*, 16, 2, 221-236.
- Cooper, Rachel, Burton, Elisabeth, & Cooper, Cary L. (Eds.). (2014). *Well-being: A complete reference guide, wellbeing, and the environment* (Vol. 2). John Wiley & Sons.
- Costa, Mariana Afonso (2019), *A participação de cidadãos em instrumentos de Políticas Públicas: Avaliação da Aplicação da Metodologia SPIRAL no âmbito do Diagnóstico Social de Cascais*, Dissertação de Mestrado, Lisboa, ISCTE – Instituto Universitário de Lisboa.
- Diener, Edward, Oishi, Shigehiro, & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253-260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Ding, Ning, Berry, Helen L., O'Brien, Léan V. (2015). One-year reciprocal relationship between community participation and mental wellbeing in Australia: A panel analysis, *Social Science & Medicine*, 128, 246-254. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.01.022>

- Durkheim, E. (1999) – *Da divisão do trabalho social*, S. Paulo, Brasil, Livraria Martins Fontes Editora, Lda.
- Elvas, Susana e Moniz, Maria João (2010). Sentimento de comunidade, qualidade e satisfação de vida”, *Análise Psicológica*, 28, 3, 451-464. ISSN 0870-8231.
- Erlangsen, Annette, Banks, Emily, Joshy, Grace., Cleave, Alison. L., Welsh, Jeniffer, Batterham, Philip J., & Salvador-Carulla, Luis (2021). Physical, mental, and social wellbeing and their association with death by suicide and self-harm in older adults: a community-based cohort study. *International journal of geriatric psychiatry*, 36(5), 647-656. <https://doi.org/10.1002/gps.5463>
- Falanga, Roberto (2018), “Avaliação de Processos Participativos com a Sociedade Civil”, em João Ferrão e José Manuel Pinto Paixão (org.), *Metodologias de Avaliação de Políticas Públicas*. Universidade de Lisboa.
- Faleiros, Vicente Paula (1999), *Estratégias em Serviço Social*. Cortez Editora.
- Fonseca, Fátima (2003). “Envolvimento dos Cidadãos nas Políticas da Administração Local” em Mozzicafreddo, Juan; Gomes, João Salis.; Baptista, João (Orgs.). *Ética e Administração. Como Modernizar os Serviços Públicos?* Celta Editora.
- Fitzgerald, Ciara et al (2016), “Citizen participation in decision-making: can one make a difference?”, *Journal of Decision Systems*, 25, 248-260, [Em linha]. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/12460125.2016.1187395>
- Freitas, Maria João (2001), *Habitação e cidadania: No trilho da complexidade de processos relacionais generativos*. Tese de Doutoramento, ISCTE. – Instituto Universitário de Lisboa.
- Gomes, Maria (2016), *Relação entre a desconfiança nas instituições políticas e a crise da representação política*, Dissertação de Mestrado, Instituto de Estudos Políticos, Universidade Católica Portuguesa, Lisboa.
- Guerra, Isabel (2002). *Fundamentos e processos de uma sociologia da acção: o planeamento em Ciências Sociais*. 2.ª ed. Príncipe.
- Guerra, Isabel (2006), *Participação e acção coletiva: interesses, conflitos e consensos*, Príncipe.
- Conseil de L’Europe (2010) *Construir le progrès sociétal pour le bien-être de tous avec les citoyens et les communautés*, Guide Méthodologique, Strasbourg Cedex, France, Publishing Editions.

- Harlow, Robert E., & Cantor, Nancy (1996), Still participating after all these years: A study of life task participation in later life, *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 1235 -1249.
- Hickey, Samuel; Mohan, Giles (2004). "Towards participation as transformation: critical themes and challenges", em Hickey, Samuel e Mohan, Giles (Eds.) *Participation: from Tyranny to Transformation? Exploring new approaches to participation in development*. Reino Unido, Zed Books.
- Holtug, Nils (2022). *The Politics of Social Cohesion: Immigration, Community, and Justice*. Oxford University Press.
- Idañez, Maria José e Ander-Egg, Ezequiel, (2007) *Diagnóstico Social: Conceitos e Metodologias*, REAPN.
- ISS.IP (2011), "A metodologia SPIRAL - Metodologia de construção da coresponsabilidade para o bem-estar de todos a nível local", *Formação para Dinamizadores, Divisão I&A Coesão Social do Conselho da Europa*, Instituto da Segurança Social Lisboa, Novembro.
- Jenson, Jane (2010), *Defining and Measuring Social Cohesion*, Hampshire, Commonwealth Secretariat [Em linha]. Disponível em: <https://www.files.ethz.ch/isn/151856/Jenson%20ebook.pdf>
- Kedogo, Joseph; Sandholz, Simone; Hamhaber, Johannes (2010), "Good urban governance actors' relations and paradigms: lessons from Nairobi", Kenya, and Recife, Brazil. In Good urban governance in Nairobi and Recife, 46th ISOCARP Congress 2010 [Em linha]. Disponível em: [http://www.isocarp.net/Data/case\\_studies/1748.pdf](http://www.isocarp.net/Data/case_studies/1748.pdf)
- Littlewood, Paul, Glorieux, Ignace, & Jönsson, Ingrid (2017). *Social exclusion in Europe: problems and paradigms*. Taylor & Francis
- Madeira, Joaquina (1996), Coesão social e acção social, *Repensar a acção social* n.º 1, Direcção-Geral de Acção Social, Núcleo de Documentação Técnica e Divulgação, Lisboa, Oficina Gráfica.
- Maslow, Abraham (1970). *Motivation and personality*, New York: Harper and Row.
- McMillan, David.W.; CHAVIS, David M. (1986) - Sense of community: definition & theory, *Journal of Community Psychology*, 14, 6-23.
- Mesquita, Susana (2012), *Partilhando a comunidade: satisfação residencial e participação comunitária nos bairros de habitação social*, Dissertação de Mestrado, Instituto Superior de Serviço Social de Lisboa da Faculdade de Ciências Humanas e Sociais da Universidade Lusíada de Lisboa.

- Mesquita, Susana (2013), *Relatório sobre Metodologia Spiral 2011-2013*, Câmara Municipal de Sintra.
- Moniz, Maria João Vargas; Morgado, José (2010), “Parcerias e coligações comunitárias: potencialidades e desafios na criação de respostas articuladas”, *Análise Psicológica*, 28, 3, 395-409.
- Ornelas, José (2002), “Participação, empowerment e liderança comunitária”, *III Conferência Desenvolvimento Comunitário e Saúde Mental*, Lisboa: ISPA, p. 5-13.
- Payne, Malcolm (2004), *Teoria do Trabalho Social Moderno*, Coimbra, Quarteto.
- Pereira, Érico F., Teixeira, Clarissa S. &, Santos, Anderlei (2012), “Qualidade de Vida: abordagens, conceitos e avaliação”, *Revista brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, Vol. 26, n.2 abr./jun, 241-250.
- Prignachi, Valerio, relator (2007) – “Progetto di risoluzione sull’elaborazione di indicatori della coesione sociale: l’approccio territoriale concertato”, Commissione Permanente, Commissione della Coesione Sociale – *The Congress of Local and Regional Authorities : the voice of cities regions* [Em linha]. Strasbourg : Council of Europe. [Consult. 2 Fev. 2012]. Disponível em <https://wcd.coe.int/ViewDoc.jsp?id=1105963>
- Quivy, Raymond; Campenhoudt, L. (1995), *Manual de investigação em ciências sociais*, Gradiva.
- Renwick, Raphael; Brown, I. (1996), “The center for health promotion’s conceptual approach to quality of life”. In: Renwick, Rebecca.; Bown, Ivan; Nagler, Mark (Eds.). *Quality of life in health promotion and rehabilitation: conceptual approaches, issues and applications*, Thousand Oaks: Sage, p.75-86.
- Santos, Boaventura S. (1991), Subjectividade, cidadania e emancipação, *Revista Científica das Ciências Sociais*, 32, 135-191.
- Syrén, Susanne M., Kokko, Katja, Pulkkinen, Lea (2020). Income and Mental Well-Being: Personality Traits as Moderators. *Journal of Happiness Studies*, 21, 547–571. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00076-z>
- Vargas, Salvador (2019), Os jovens e a política atual, in *O Observador*, [Em linha]. Disponível em <https://observador.pt/opiniaos/os-jovens-e-a-politica-atual/>