

# PUNIÇÃO, DIREITOS HUMANOS E FELICIDADE

RECEBIDO EM:	25.8.2025
APROVADO EM:	<b>23.10.2025</b>

**André Leonardo Copetti Santos**

 <https://orcid.org/0000-0003-1087-1195>

Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (Unijuí)

Ijuí, Rio Grande do Sul, Brasil

E-mail: andre.leonardo@unijui.edu.br

**Doglas Cesar Lucas**

 <https://orcid.org/0000-0003-3703-3052>

Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (Unijuí)

Ijuí, Rio Grande do Sul, Brasil

E-mail: dogasl@unijui.edu.br

**Aline Marcelli Schwaikardt**

 <https://orcid.org/0009-0003-5901-2962>

Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (Unijuí)

Ijuí, Rio Grande do Sul, Brasil

E-mail: aline-marceli@hotmail.com

**Para citar este artigo:** SANTOS, A. L. C.; LUCAS, D. C.; SCHWAIKARDT, A. M. Punição, direitos humanos e felicidade. *Revista Direito Mackenzie*, São Paulo, SP, v. 19, n. 3, e18185, 2025. <http://dx.doi.org/10.5935/2317-2622/direito-mackenzie.v19n318185>.



Este artigo é publicado em acesso aberto sob a licença Creative Commons Attribution, que permite o uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.  
This article is published in open access under the terms of Creative Commons Attribution License 4.0 International.

- ANDRÉ LEONARDO COPETTI SANTOS
- DOUGLAS CESAR LUCAS
- ALINE MARCELI SCHWAIKARDT

■ **RESUMO:** Este artigo analisa a relação entre punição penal, felicidade e direitos humanos no contexto do sistema jurídico brasileiro. Com abordagem crítica e interdisciplinar, argumenta-se que as penas privativas de liberdade afetam de forma mais profunda e duradoura o bem-estar dos condenados, estendendo seus impactos à família, às relações sociais e à reintegração pós-pena. Em comparação, sanções pecuniárias e restritivas de direitos tendem a causar efeitos menos permanentes. Ao utilizar o conceito de adaptação hedônica, o estudo mostra que a privação de liberdade rompe essa capacidade de recuperação subjetiva, podendo gerar traumas e exclusão social. O artigo questiona, assim, a compatibilidade de determinadas práticas punitivas com os princípios dos direitos humanos, especialmente a dignidade e a função ressocializadora da pena. O método adotado é o fenomenológico, com revisão bibliográfica e análise documental. O presente trabalho é aderente tematicamente à linha de pesquisa da revista denominada “Cidadania modelando o Estado”.

■ **PALAVRAS-CHAVE:** Punição; felicidade; adaptação hedônica.

## PUNISHMENT, HUMAN RIGHTS AND HAPPINESS

■ **ABSTRACT:** This article examines the relationship between criminal punishment, happiness, and human rights within the context of the Brazilian legal system. Adopting a critical and interdisciplinary approach, it argues that custodial sentences have the deepest and most lasting impact on the well-being of convicted individuals, extending their effects to families, social relationships, and post-sentence reintegration. In contrast, monetary penalties and rights-restricting sanctions tend to have less permanent consequences. Drawing on the concept of hedonic adaptation, the study shows that imprisonment disrupts individuals' capacity for subjective recovery, often leading to trauma and social exclusion. The article thus questions the compatibility of certain punitive practices with human rights principles, particularly the dignity of the individual and the rehabilitative function of punishment. The research employs a phenomenological method, including bibliographic review and document analysis. This work is thematically aligned with the research area of the journal entitled "Citizenship Shaping the State".

■ **KEYWORDS:** Punishment; happiness; hedonic adaptation.



## 1. Introdução

A felicidade tem uma história. Desde a Grécia Antiga, até seu advento político em 1789, com a Revolução Francesa, passando pela sua representação paradisíaca no seio da fé cristã, ela foi representada de diferentes formas no decorrer dos tempos. Já não é uma promessa sob a forma de um paraíso ou uma ideia política emoldurada por declarações de direitos como a Declaração Universal dos Direitos Humanos de 1948, mas, nos nossos dias, tornou-se um direito e até um dever: ser é poder aceder à felicidade; existir é obrigar-se a ser feliz.

Se as declarações de direitos, que tiveram sua época vestibular no século XVIII e se multiplicaram no século XX, foram verdadeiros projetos políticos de felicidade, as Constituições materializaram no campo jurídico esses projetos políticos, através de seus catálogos positivos de direitos fundamentais, os quais traduzem distintas formas de liberdades, positivas e negativas, públicas e privadas.

Praticamente a totalidade desses direitos/liberdades são oponíveis contra o Estado, seja pela exigência de abstenção, seja pela de ação, recaindo, assim, sobre as organizações estatais uma enorme responsabilidade pela concretização dos projetos de vida boa, de bem-estar, de felicidade previstos nos textos constitucionais. Entretanto, paradoxalmente, para garantir a felicidade de uns, a maioria, se possível, sob uma perspectiva utilitarista, maximizando o conjunto de liberdades normatizadas constitucionalmente, o Estado, através de seu poder penal, tem funcionalizado uma série de agências e de medidas que visam a exatamente o contrário dessa maximização de liberdades e direitos, ao efetivarem, mediante um conjunto de punições, a suspensão desses direitos e, até mesmo, a eliminação de alguns sujeitos e grupos sociais. Em outras palavras, o Estado, no exercício da violência legítima, conforme já lecionava Weber, tem trabalhado para suspender ou mesmo liquidar a felicidade de uma quantidade significativa de cidadãos, aqueles que cometem condutas definidas como crime, ao aplicar castigos que atingem diretamente uma série de liberdades consagradas como parâmetros de felicidade para todos nós.

Quando o Estado impõe uma punição a um indivíduo condenado por violação à ordem jurídica, está, de maneira deliberada, infligindo sofrimento a um de seus cidadãos. Trata-se, portanto, de um exercício consciente e intencional do poder punitivo estatal, que carrega implicações éticas, jurídicas e sociais profundas. Para que tal prática



- ANDRÉ LEONARDO COPETTI SANTOS
- DOUGLAS CESAR LUCAS
- ALINE MARCELI SCHWAIKARDT

se revele legítima no contexto de um Estado Democrático de Direito, que se estrutura sobre os princípios da dignidade da pessoa humana, da legalidade e da proporcionalidade, é imprescindível que existam limites claros, racionais e normativamente definidos quanto à natureza, à intensidade e à duração do sofrimento que pode ser imposto ao condenado.

A justificativa moral e jurídica da pena exige, nesse sentido, uma compreensão refinada dos modos pelos quais o sofrimento se manifesta no interior das sanções penais. Não se trata apenas de considerar a legalidade da punição, mas de refletir criticamente sobre os efeitos reais que determinadas modalidades sancionatórias, como as multas, as restrições de direitos civis e políticos, e sobretudo o encarceramento, exercem sobre o bem-estar subjetivo, emocional e social da pessoa punida. A questão central, portanto, desloca-se para a análise da experiência vivida pelo condenado. A pergunta que aqui se coloca é a seguinte: em que medida, e até que ponto, tais sanções impactam negativamente sua felicidade, autonomia e integridade psicológica?

Essa indagação assume relevância especial no campo da teoria da pena e da criminologia crítica, à medida que a punição deixa de ser tratada apenas como abstração jurídica, e passa a ser vista como prática concreta de privação e sofrimento humano. Avaliar os efeitos punitivos exige não apenas a observação de indicadores formais, como tempo de cumprimento da pena ou valor financeiro da multa, mas também a consideração de variáveis subjetivas e contextuais, como a percepção individual de injustiça, o impacto sobre os laços familiares e comunitários e os efeitos emocionais de longo prazo. Dessa forma, uma política criminal eticamente orientada deve ser pautada por abordagem que considere não apenas o caráter retributivo ou dissuasório da pena, mas também os danos efetivos que ela ocasiona ao indivíduo, buscando minimizar a dor imposta e evitar punições desproporcionais ou degradantes.

A punição, embora legitimada pela violação da norma, não pode degenerar-se em instrumento de vingança institucional, tampouco converter-se em fonte autônoma de sofrimento injustificado. O desafio reside, portanto, em estabelecer critérios normativos e empíricos que permitam medir e controlar os efeitos subjetivos da punição, garantindo que o exercício do poder punitivo não ultrapasse os limites morais impostos pela dignidade do ser humano.

Partindo da premissa de que a suspensão de liberdades pela aplicação de penas afeta diretamente o conforto existencial daqueles que sofrem a punição, a questão que intriga e impulsiona o presente trabalho refere-se à possibilidade de retorno a



um estado existencial de felicidade, após ou mesmo durante a execução de algum tipo de sanção penal.

A privação de liberdade, tipo de punição característico do estilo penal baseado na suspensão de direitos, é o pilar fundamental da justiça criminal da Modernidade, desempenhando papel central na forma como as sociedades respondem ao crime. Historicamente, a punição tem sido justificada por dois objetivos principais: a retribuição (vingança) e a dissuasão (prevenção). A retribuição baseia-se na ideia de que os infratores devem receber uma punição proporcional ao crime cometido, como forma de restaurar a ordem social e satisfazer o senso de justiça. Por outro lado, a dissuasão busca desencorajar comportamentos criminosos por meio da imposição de penas severas, com a expectativa de que a ameaça de punição impeça tanto o infrator quanto outros potenciais criminosos de cometer delitos.

Se no plano ideal o Estado deveria estar voltado a realizar uma vida boa, uma vida feliz para seus cidadãos, no plano concreto, quando nos detemos no funcionamento do sistema penal, observamos o contrário: o Estado efetiva muito mais violência e infelicidade do que propriamente uma vida confortável, especialmente para aqueles que são os destinatários preferenciais da ação do sistema de administração de justiça penal, sem falar que a desconforto existencial ou a infelicidade, não raro, alastrase para pessoas diretamente ligadas por laços familiares aos apenados. Em outras palavras, as consequências da punição vão muito além das meras considerações de justiça e segurança pública. Um aspecto frequentemente negligenciado é, exatamente, o impacto da punição sobre a felicidade e o bem-estar dos punidos. A adaptação hedônica, conceito que se refere à capacidade dos indivíduos de retornar a um nível estável de felicidade após experiências adversas, sugere que a maneira como as pessoas reagem às penalidades pode ser muito mais complexa do que se supõe. A pesquisa nesse campo está em expansão, indicando que a experiência da punição pode não apenas falhar em cumprir suas promessas de retribuição e dissuasão, mas também perpetuar ciclos de infelicidade e exclusão social.

Dessa forma, este artigo busca investigar como a adaptação hedônica influencia a percepção da punição e, por consequência, a eficácia das políticas penais. A análise se concentrará em três áreas principais: a relação entre a severidade da punição e a adaptação emocional, a eficácia das políticas de dissuasão frente à adaptação hedônica e os efeitos a longo prazo da punição sobre o bem-estar e a reintegração social dos indivíduos.



- ANDRÉ LEONARDO COPETTI SANTOS
- DOUGLAS CESAR LUCAS
- ALINE MARCELI SCHWAIKARDT

## 2. Delimitando os limites do conceito de adaptação hedônica

A adaptação hedônica constitui um conceito fundamental na psicologia contemporânea, especialmente no âmbito da psicologia positiva, ao descrever a tendência dos indivíduos de retornarem a um patamar relativamente constante de bem-estar subjetivo após vivenciarem eventos significativos, sejam eles prazerosos ou dolorosos. Esse fenômeno sugere que, apesar das flutuações emocionais provocadas por mudanças externas, como ganhos financeiros, acidentes, perdas ou conquistas, o estado emocional de base tende a se restabelecer com o tempo, configurando um processo de homeostase afetiva. A palavra “hedônico” deriva do termo grego *hēdonikos*, que remete diretamente ao prazer, elemento central nas investigações sobre felicidade e sofrimento ao longo da história do pensamento filosófico e psicológico. Esse conceito foi cunhado por Brickman e Campbell (1971) em seu artigo “Hedonic Relativism and Planning the Good Society”.

No contexto das políticas penais, a adaptação hedônica apresenta implicações analíticas e práticas relevantes, particularmente ao se considerar os efeitos diferenciais de distintos tipos de punição sobre o bem-estar dos indivíduos. Pesquisas recentes indicam que a adaptação a penalidades de natureza financeira tende a ocorrer de forma mais rápida e previsível, dada a sua natureza objetiva, mensurável e, em muitos casos, reparável. Em contraste, a vivência da prisão, especialmente quando prolongada ou marcada por condições degradantes, envolve dimensões subjetivas, sociais e psicológicas mais profundas, dificultando ou até inviabilizando o retorno a um estado anterior de bem-estar. Nessa perspectiva, o encarceramento pode produzir danos emocionais e traumas duradouros, que comprometem o equilíbrio psíquico do indivíduo, mesmo após o cumprimento da pena.

O estudo da adaptação hedônica em contextos punitivos não apenas enriquece a compreensão do impacto das sanções sobre os sujeitos, como também contribui para o debate mais amplo sobre a eficácia, a proporcionalidade e a sustentabilidade das políticas criminais. Ao considerar o bem-estar como componente legítimo na avaliação das consequências das punições, abre-se espaço para abordagens que transcendam o modelo estritamente retributivo, aproximando-se de concepções restaurativas e preventivas orientadas por uma ética dos direitos humanos e da dignidade da pessoa.



Com o passar do tempo, tanto a exaltação associada ao sucesso quanto ao sofrimento provocado pela derrota tendem a atenuar-se. Essa mesma lógica aplica-se a diversas experiências humanas: o entusiasmo efêmero diante da aquisição de um carro esportivo, o abatimento causado pelo fim de um relacionamento amoroso, a euforia diante de uma nova proposta de emprego, ou a angústia suscitada por um diagnóstico clínico desfavorável. Tais oscilações emocionais, embora intensas no momento em que ocorrem, geralmente perdem força com o tempo, ilustrando um fenômeno amplamente reconhecido na literatura científica como adaptação hedônica. Esse conceito refere-se à tendência dos indivíduos de retornarem, após eventos positivos ou negativos, a um nível relativamente estável de bem-estar subjetivo. Nas últimas décadas, essa temática tem atraído significativa atenção tanto na psicologia quanto na economia comportamental (Diener; Lucas; Scollon, 2006; Easterlin, 2006; Frederick; Loewenstein, 1999; Kahneman; Thaler, 2006; Lucas, 2007a; Lyubomirsky; Sheldon e Schkade, 2005; Wilson; Gilbert, 2008).

A adaptação hedônica tem sido mobilizada para explicar a consistência relativa do bem-estar ao longo do tempo, mesmo diante de mudanças significativas nas condições de vida (Costa; McCrae; Zonderman, 1987). Uma das conclusões mais robustas nesse campo é a observação de que as pessoas, em geral, tendem a se recuperar emocionalmente de eventos tanto positivos quanto negativos, retornando a um ponto de equilíbrio afetivo após um período de oscilação (Suh; Diener; Fujita, 1996). No entanto, paradoxalmente, os indivíduos demonstram capacidade bastante limitada para prever com precisão a magnitude e a duração dos impactos emocionais futuros, um viés conhecido como “erro de previsão afetiva” (Wilson; Gilbert, 2003, 2005). Essa limitação humana em antecipar corretamente seus estados emocionais futuros tem implicações importantes, especialmente para propostas que visam a aumentar a felicidade por meio de mudanças externas ou circunstanciais. De fato, a própria potência da adaptação hedônica tem sido vista como um desafio para as teorias que defendem que é possível tornar-se significativamente mais feliz apenas com alterações na vida cotidiana (Lyubomirsky, 2008; Lyubomirsky; Sheldon; Schkade, 2005). Embora a adaptação hedônica proteja o indivíduo contra impactos duradouros de eventos negativos, ela também limita o efeito sustentado de conquistas e melhorias materiais sobre o bem-estar subjetivo.

A adaptação hedônica manifesta-se como um processo psicológico dinâmico que ocorre em resposta a experiências tanto positivas quanto negativas, refletindo a tendência dos indivíduos de retornarem a um nível relativamente estável de bem-estar



- ANDRÉ LEONARDO COPETTI SANTOS
- DOUGLAS CESAR LUCAS
- ALINE MARCELI SCHWAIKARDT

subjetivo ao longo do tempo. Nesse contexto, é razoável supor que, se os objetivos existenciais das pessoas envolvem a promoção, preservação ou restauração do próprio bem-estar, então as estratégias por elas adotadas variarão em função da natureza recente de suas experiências emocionais, sejam elas benéficas ou adversas (Lyubomirsky; Sheldon; Schkade, 2005).

A adaptação hedônica é o processo psicológico pelo qual as pessoas se acostumam a um estímulo positivo ou negativo, de modo que os efeitos emocionais desse estímulo são atenuados ao longo do tempo (Frederick; Loewenstein, 1999; Parducci, 1995). O “estímulo” pode ser uma circunstância (aquisição de um tão sonhado avião), um evento único (perda de um ótimo emprego) ou um evento recorrente (sessões mensais de quimioterapia para tratamento de um câncer), e deve ser constante ou repetido para que a adaptação ocorra. O proprietário experimentará adaptação hedônica enquanto seu avião permanecer inalterado como parte de seu patrimônio, o trabalhador, enquanto estiver desempregado e o paciente oncológico, enquanto a progressão da doença for controlada. Se o avião for trocado por outro melhor, o trabalhador receber uma oferta de novo emprego daqui a três semanas, ou o tratamento de câncer for estendido, um novo processo de adaptação se desenvolverá.

Mais especificamente, diante de eventos situados no domínio negativo, tais como perdas, frustrações ou traumas, os indivíduos tendem a buscar a aceleração do processo de adaptação hedônica, como mecanismo de autorregulação emocional e proteção psíquica. Essa ativação visa a neutralizar os efeitos deletérios da experiência e restabelecer um estado mínimo de equilíbrio afetivo. Em contrapartida, quando os acontecimentos pertencem ao domínio positivo, como conquistas pessoais, promoção profissional ou experiências afetivas satisfatórias, a prioridade se inverte: os indivíduos orientam-se no sentido de desacelerar ou até mesmo impedir a adaptação, buscando prolongar os efeitos prazerosos do evento e evitar que o bem-estar resultante seja rapidamente normalizado pelo sistema psicológico (Frederick; Loewenstein, 1999; Kahneman; Thaler, 2006; Wilson; Gilbert, 2008). Dessa forma, o funcionamento da adaptação hedônica, longe de ser um processo passivo ou uniforme, está profundamente relacionado às metas motivacionais dos sujeitos e à natureza valorativa das experiências vividas.

A adaptação hedônica é compreendida, na literatura especializada, como fenômeno multifacetado que resulta da interação entre diversos mecanismos subjacentes, de natureza cognitiva, comportamental e fisiológica. Entre os fatores cognitivos envolvidos, destacam-se processos como atenção seletiva, definição de metas e valores



pessoais, construções perceptivas, aspirações individuais, explicações causais e mecanismos de comparação social e temporal. Tais elementos contribuem para a modulação da resposta afetiva diante de eventos significativos e, consequentemente, para o retorno gradual ao nível basal de bem-estar subjetivo (Warr; Jackson; Banks, 1988). No plano comportamental, a adaptação pode ser mediada por estratégias como a evitação de contextos adversos ou a busca por suporte social em redes de apoio, como amigos e familiares. Já no domínio fisiológico, destacam-se os chamados processos opositores de emoção, que, conforme descrito por Solomon (1980), atuam na autor-regulação do sistema emocional, promovendo o enfraquecimento natural das reações afetivas intensas.

Entretanto, permanece em aberto, no debate teórico, a questão relativa à natureza ativa ou passiva da adaptação hedônica. Alguns estudiosos argumentam que tal processo pode ocorrer de forma automática e não intencional, ou seja, que o indivíduo, ao se deparar com uma situação adversa, como uma deficiência física ou perda significativa, ajusta-se gradualmente sem necessidade de engajamento voluntário, de deliberação consciente ou de qualquer estratégia específica. Nessa concepção, a adaptação funcionaria como resposta homeostática intrínseca ao aparato psicológico humano. Por outro lado, há autores que sustentam que estratégias de enfrentamentoativas desempenham papel fundamental nesse processo, especialmente no enfrentamento de situações negativas. Tais estratégias podem envolver ações deliberadas, como buscar um novo significado na experiência vivida, reinterpretar positivamente a adversidade ou mesmo reconfigurar prioridades de vida, como dar mais valor à convivência familiar em detrimento de metas profissionais anteriormente centrais (Warr; Jackson; Banks, 1988).

Importa notar que essa discussão parece ter maior relevância no domínio das experiências negativas, uma vez que, em relação às vivências positivas, há pouco incentivo natural para que o indivíduo acelere a adaptação. Na ausência de sofrimento, raramente são mobilizados esforços conscientes para reduzir os efeitos prazerosos de uma conquista ou de um evento benéfico. Assim, a reflexão sobre a dimensão ativa da adaptação tende a concentrar-se nos contextos em que há sofrimento ou perda, ou seja, nos quais o retorno à normalidade emocional é percebido como necessário ou desejável. Esse recorte teórico reforça a importância de investigar, de maneira mais aprofundada, as condições subjetivas e contextuais que influenciam o engajamento do indivíduo nos processos de adaptação afetiva, especialmente diante de eventos disruptivos ou potencialmente traumáticos.



- ANDRÉ LEONARDO COPETTI SANTOS
- DOUGLAS CESAR LUCAS
- ALINE MARCELI SCHWAIKARDT

A adaptação hedônica, compreendida como o processo pelo qual os indivíduos retornam a um nível basal de bem-estar subjetivo após eventos emocionalmente significativos, é amplamente reconhecida na literatura como mecanismo funcional e adaptativo do sistema emocional humano (Frederick; Loewenstein, 1999; Carver; Scheier, 1990; Frijda, 1988). Tal processo desempenha papel crucial na homeostase afetiva, na medida em que evita que os indivíduos permaneçam indefinidamente presos a estados emocionais extremos, sejam eles positivos ou negativos. Caso as respostas emocionais não se atenuassem com o tempo, a capacidade de discriminar entre estímulos relevantes e irrelevantes, ou entre eventos novos e repetitivos, estaria comprometida. Nesse cenário, o sistema emocional perderia sua eficiência regulatória, tornando-se disfuncional e vulnerável a sobrecargas afetivas.

A natureza adaptativa da atenuação emocional reside, portanto, em dois aspectos principais: primeiro, na proteção contra reações intensas e fisiologicamente excitantes, que, se prolongadas, poderiam comprometer a saúde mental e física do indivíduo; segundo, na preservação da sensibilidade aos sinais emocionais de eventos subsequentes, como o reconhecimento de oportunidades relevantes ou a identificação de riscos iminentes, por exemplo, a chance de estabelecer um novo vínculo afetivo ou a necessidade de evitar um perigo ambiental, como a aproximação de um animal peçonhento. Essa regulação eficiente do sistema afetivo permite que o indivíduo se mantenha responsável às mudanças contextuais, em vez de se guiar apenas pela intensidade absoluta de estímulos emocionais passados (Kahneman; Tversky, 1979).

A ausência de adaptação hedônica, por sua vez, acarretaria efeitos significativamente deletérios à vida psíquica e social. Os indivíduos estariam sujeitos a uma permanente inundação emocional, perdendo a capacidade de redirecionar sua atenção e energia para experiências futuras e potencialmente enriquecedoras. A mesma lógica aplica-se a emoções negativas como a raiva, a ansiedade ou o luto: sem a possibilidade de amortecimento emocional, essas experiências se tornariam crônicas e paralisantes, impedindo o indivíduo de reorganizar-se emocionalmente e de prosseguir com seus projetos existenciais.

Dessa forma, a adaptação hedônica não apenas evita a estagnação afetiva, como também viabiliza a continuidade da vida prática e social. Ao permitir a atualização constante dos valores atribuídos aos estímulos e a reorganização das prioridades individuais, esse mecanismo consolida-se como instrumento fundamental de sobrevivência



e adaptação psicológica, promovendo equilíbrio emocional e funcionalidade comportamental no enfrentamento das contingências da existência.

O Modelo de Adaptação Hedônica a Experiências Positivas e Negativas (Hapne), desenvolvido por Sonja Lyubomirsky e Kennon Sheldon (2012), propõe uma explicação abrangente e processual do fenômeno da adaptação hedônica, com base na distinção entre dois mecanismos principais que atuam na modulação do bem-estar subjetivo ao longo do tempo. Segundo esse modelo, os ganhos ou perdas iniciais de bem-estar decorrentes de mudanças significativas na vida, tais como o início de um relacionamento afetivo ou o término de uma união estável, tendem a ser progressivamente neutralizados, conduzindo o indivíduo de volta a seu nível basal de felicidade.

O primeiro mecanismo identificado pelo modelo refere-se à diminuição gradual do fluxo emocional desencadeado pela experiência positiva ou negativa. Em outras palavras, os afetos suscitados pela mudança (por exemplo, alegria ou tristeza) perdem intensidade com o tempo, o que contribui para que os níveis de felicidade retornem a seu ponto de equilíbrio anterior. Esse processo é consistente com a literatura sobre homeostase emocional e autorregulação afetiva.

O segundo mecanismo, mais contraintuitivo e sofisticado, diz respeito à transformação das expectativas cognitivas do indivíduo em relação à sua vida. À medida que eventos positivos ou negativos se tornam recorrentes ou estáveis, o sujeito tende a incorporá-los cognitivamente como parte de seu novo estado normal, passando a tomá-los como dados naturais de sua existência. Assim, circunstâncias que anteriormente geravam sentimentos intensos de felicidade passam a ser percebidas como ordinárias, enquanto, inversamente, experiências negativas podem deixar de ser emocionalmente perturbadoras pela via da habituação. Essa mudança de referencial subjetivo altera profundamente a forma como o indivíduo avalia a positividade ou negatividade de sua própria vida, sendo esse um componente central na explicação da adaptação hedônica no modelo Hapne (Sheldon; Lyubomirsky, 2012).

## 2.1 Adaptação hedônica e experiências negativas

Um número crescente de investigações empíricas tem se dedicado à análise dos indicadores e das consequências da adaptação hedônica diante de circunstâncias adversas e eventos negativos ao longo da vida. Os estudos iniciais, majoritariamente com delineamentos transversais, ainda que limitados metodologicamente, forneceram evidências



- ANDRÉ LEONARDO COPETTI SANTOS
- DOUGLAS CESAR LUCAS
- ALINE MARCELI SCHWAIKARDT

sugestivas de que a capacidade adaptativa do ser humano não é uniforme diante de diferentes experiências negativas. Em algumas situações, os indivíduos demonstram rápida recuperação emocional; em outras, os impactos subjetivos persistem de maneira prolongada e profunda. Por exemplo, no clássico estudo de Brickman, Coates e Janoff-Bulman (1978), observou-se que, entre um mês e um ano após sofrerem acidentes que resultaram em paralisia, os indivíduos afetados relataram níveis de felicidade significativamente inferiores aos de um grupo controle. De forma semelhante, Weinstein (1982) constatou que, 16 meses após a construção de uma nova rodovia, moradores de áreas afetadas ainda não haviam se adaptado ao ruído ambiental. Em contraste, Taylor, Lichtman e Wood (1984) identificaram que, entre um e 60 meses após passarem por cirurgia de câncer de mama, a maioria das pacientes relatou percepções de que suas vidas haviam melhorado, indicando uma possível reestruturação positiva da experiência.

Contudo, sem a coleta de linhas de base pré-evento, esses estudos transversais não permitem aferição precisa da magnitude e do curso da adaptação emocional. Diante dessa limitação, surgem os estudos longitudinais prospectivos, que oferecem dados mais robustos e confiáveis sobre a evolução do bem-estar subjetivo ao longo do tempo. Nesse contexto, destaca-se o trabalho desenvolvido por Lucas (2007b), que, em uma investigação com um corte temporal de 19 anos, estabeleceu uma amostra representativa de residentes alemães, ficou demonstrado que indivíduos que desenvolveram uma deficiência reconhecida pelo governo apresentaram queda significativa e duradoura nos níveis de bem-estar subjetivo, mesmo após o controle de variáveis como renda e situação empregatícia.

Além disso, utilizando o mesmo conjunto de dados longitudinais, Lucas, Clark, Georgellis e Diener (2004) observaram que os participantes que experimentaram desemprego relataram reduções relevantes no bem-estar que persistiram por mais de 15 anos. Resultados semelhantes foram encontrados para indivíduos que passaram por experiências de divórcio (Lucas, 2005) ou viuvez (Lucas; Clark; Georgellis; Diener, 2003), sugerindo que, em média, essas experiências altamente negativas nos domínios da saúde, do trabalho e dos relacionamentos interpessoais geram impactos duradouros que não são totalmente absorvidos pelo mecanismo da adaptação hedônica. Em todos esses casos, verificou-se que os níveis de bem-estar foram significativamente abalados após os eventos, e não retornaram integralmente aos patamares anteriores, mesmo após longos períodos, revelando os limites e as condições específicas em que a adaptação emocional pode ocorrer ou ser comprometida.



## 2.2 Adaptação hedônica e experiências positivas

Em contraste com o expressivo corpo de pesquisas voltadas ao domínio negativo, a literatura científica sobre a adaptação hedônica a eventos e circunstâncias positivas permanece notavelmente limitada, tanto em quantidade quanto em profundidade metodológica. Observa-se a predominância de estudos transversais, com poucos delineamentos longitudinais, o que dificulta inferências robustas sobre a trajetória temporal do bem-estar subjetivo diante de acontecimentos positivos significativos. Apesar dessa escassez, os estudos disponíveis convergem para um achado comum: a adaptação a eventos positivos tende a ocorrer de forma rápida e quase completa, sugerindo uma curta duração dos efeitos positivos sobre a felicidade percebida.

Um dos estudos mais citados nesse contexto é o de Brickman, Coates e Janoff-Bulman (1978), que investigaram ganhadores da Loteria Estadual de Illinois, cujos prêmios variavam entre US\$ 50.000 e US\$ 1.000.000 (valores da década de 1970). Os autores constataram que, entre um e 18 meses após o prêmio, os ganhadores não relataram níveis mais elevados de felicidade em comparação com um grupo controle, contrariando expectativas intuitivas sobre os efeitos duradouros do enriquecimento súbito. De maneira similar, Lane (2000) observou que, embora a renda média dos cidadãos norte-americanos tenha mais que triplicado entre 1940 e 1990, os escores médios de felicidade pouco variaram, passando de 7,5 para 7,2 (em uma escala de 0 a 10), reforçando a hipótese de que os aumentos de bem-estar financeiro não se traduzem em ganhos proporcionais e sustentáveis na felicidade média populacional, uma evidência consistente com o mecanismo da adaptação hedônica.

Estudos longitudinais mais recentes oferecem suporte empírico mais sólido a essa teoria. Lucas *et al.* (2003), por exemplo, acompanharam uma amostra representativa de residentes alemães ao longo de 15 anos e verificaram que os participantes que se casaram durante o período da pesquisa apresentaram, inicialmente, um aumento significativo nos níveis de felicidade, seguido de um retorno gradual ao nível basal em aproximadamente dois anos. Esse mesmo padrão foi confirmado em estudos sobre satisfação no trabalho. Boswell, Boudreau e Tichy (2005) realizaram uma investigação com gerentes de alto escalão ao longo de cinco anos, acompanhando sua satisfação antes e após uma mudança voluntária de emprego. Os autores observaram um pico de satisfação imediata, conhecido como efeito “lua de mel”, seguido de uma queda expressiva no ano subsequente, fenômeno denominado “efeito ressaca”, mas interpretado



- ANDRÉ LEONARDO COPETTI SANTOS
- DOUGLAS CESAR LUCAS
- ALINE MARCELI SCHWAIKARDT

como evidência clara do processo de adaptação hedônica. Notavelmente, os gerentes que não mudaram de emprego durante o mesmo período mantiveram níveis estáveis de satisfação, corroborando a ideia de que o impacto emocional de mudanças positivas é, muitas vezes, transitório.

Além disso, dados experimentais obtidos por Boehm e Lyubomirsky (2008) demonstram que aumentos no bem-estar desencadeados por *feedbacks* positivos, recebidos ao longo de cinco dias consecutivos, tendem a se dissipar quase linearmente em um intervalo de duas semanas, ilustrando de maneira objetiva o declínio emocional subsequente a eventos positivos. Embora existam investigações que acompanham a satisfação com eventos específicos, como a aquisição de implantes mamários, estudada por Cash, Duel e Perkins (2002), por meses ou anos após o procedimento, essas análises geralmente carecem de linha de base e de grupos de controle apropriados, dificultando conclusões sobre a trajetória comparativa do bem-estar antes e depois da experiência positiva.

Dessa forma, a literatura atual aponta para uma tendência robusta de adaptação emocional acelerada diante de eventos positivos, destacando a complexidade do bem-estar humano e a resiliência dos níveis basais de felicidade frente às mudanças circunstanciais. Esses achados têm implicações relevantes para teorias sobre felicidade sustentável, políticas públicas de bem-estar e intervenções psicológicas voltadas à promoção da qualidade de vida.

### 3. Sanções penais e adaptação hedônica

A noção de felicidade, embora frequentemente abordada de maneira informal no cotidiano, constitui objeto de estudo complexo, multifacetado e densamente debatido, tanto nas ciências humanas quanto nas ciências sociais aplicadas. Em um sentido geral e acessível, pode-se compreendê-la como o estado de satisfação de um indivíduo com sua condição de existência, ou seja, com sua inserção no mundo e capacidade de realizar desejos, estabelecer vínculos e atribuir sentido à vida. Todavia, essa definição inicial, de natureza quase descritiva, não esgota o significado do termo, cujas raízes conceituais encontram-se fincadas nas mais antigas tradições filosóficas, revelando ao longo da história uma profunda tensão entre concepções hedonistas e eudaimonistas da vida boa.

Na tradição do pensamento ocidental, sobretudo desde a Antiguidade clássica, distintas concepções filosóficas de felicidade têm disputado a primazia sobre o que se



entende por uma vida boa. De um lado, encontram-se as abordagens que a identificam com o prazer e a fruição material da existência, defendendo que a felicidade está atrelada à satisfação subjetiva e cumulativa dos desejos, tanto em sua quantidade quanto em sua qualidade. Essa visão, associada ao hedonismo racionalista, valoriza a maximização do prazer ao longo da vida como critério para avaliar o êxito da existência humana. De outro lado, surge uma concepção nitidamente contrastante: a da eudaimonia, presente nas éticas de Sócrates, Platão, Aristóteles e seus sucessores, para os quais a felicidade não reside nos prazeres passageiros, mas na prática da virtude e no exercício pleno da racionalidade humana (Canto-Sperber, 2003; Abbagnano, 2007).

O ideal eudaimonista, conforme analisado por Canto-Sperber (2003) e Abbagnano (2007), estrutura-se em duas teses centrais: primeiro, que a virtude representa a expressão mais elevada da condição humana, visto que realiza sua capacidade distintiva - a racionalidade; e segundo, que a felicidade consiste na concretização dessa função racional, que não pode ser plenamente alcançada de forma isolada, mas exige inserção ativa e ética no corpo social. Assim, a vida feliz não é apenas uma vida prazerosa, mas moralmente orientada, guiada pelo bem comum e pelo autodomínio ético, pressupostos que vinculam diretamente a felicidade à justiça e à convivência equilibrada na pólis.

Nesse cenário teórico, a aplicação de sanções penais pelo Estado, notadamente aquelas previstas pelo sistema jurídico brasileiro, como a privação de liberdade, as penas restritivas de direitos e as penas pecuniárias, introduz um ponto crítico de ruptura nas condições mínimas que sustentam qualquer concepção de felicidade, seja ela baseada na satisfação sensível ou no florescimento moral. Isso porque o sofrimento causado pela punição estatal não se limita à dimensão física ou imediata da sanção, mas se expande para o campo psicológico, social e existencial, gerando impactos que extrapolam o sujeito punido e se irradiam sobre sua família, seus vínculos comunitários e seu projeto de vida. Em contextos de encarceramento, por exemplo, a capacidade de realização pessoal, de convivência familiar e de engajamento ético na sociedade, elementos centrais em todas as concepções filosóficas de felicidade, é significativamente abalada, quando não interrompida de maneira duradoura.

Dessa forma, torna-se fundamental investigar até que ponto essas sanções penais interferem na possibilidade de o condenado alcançar ou recuperar um estado subjetivo ou interpessoal de felicidade, bem como avaliar se, uma vez atingido por tais medidas punitivas, o indivíduo seja capaz de reconstruir uma existência que possa ser considerada satisfatória ou, em termos filosóficos, uma vida boa. Tal problematização adquire



- ANDRÉ LEONARDO COPETTI SANTOS
- DOUGLAS CESAR LUCAS
- ALINE MARCELI SCHWAIKARDT

especial relevância diante do atual modelo penal, amplamente criticado por seu caráter retributivo, estigmatizante e ineficaz do ponto de vista da ressocialização.

Este exame pretende, portanto, contribuir para o debate interdisciplinar sobre os limites e impactos da punição, deslocando o foco da mera legalidade formal da pena para sua efetiva repercussão sobre a vida humana concreta. Ao fazê-lo, assume-se o compromisso de pensar criticamente os efeitos desumanizantes do sistema penal e de promover a reflexão sobre políticas públicas mais alinhadas aos princípios da dignidade humana, com vistas à construção de uma sociedade em que o ideal de felicidade, em qualquer de suas formulações, não seja irremediavelmente negado pela experiência da punição.

### 3.1 Penas pecuniárias e a rápida adaptação

Estudos contemporâneos vêm demonstrando que a adaptação hedônica a penalidades financeiras ocorre de forma notavelmente mais eficiente do que se poderia supor à primeira vista. Embora as sanções econômicas, como as multas, provoquem reações negativas iniciais, frequentemente marcadas por indignação, frustração e desconforto, esses efeitos emocionais tendem a ser transitórios e de curta duração, com rápida retomada do estado basal de bem-estar subjetivo do indivíduo afetado. Tal constatação encontra respaldo na teoria da perspectiva desenvolvida por Kahneman e Tversky (1979), a qual sugere que os indivíduos avaliam perdas com maior intensidade emocional do que ganhos equivalentes, conferindo às penalidades financeiras um peso desproporcional no momento da percepção inicial. No entanto, os mecanismos de adaptação hedônica, que descrevem o retorno gradual do nível de felicidade após eventos positivos ou negativos, evidenciam que o impacto negativo tende a se dissipar rapidamente.

Nesse sentido, a pesquisa conduzida por Brickman, Coates e Janoff-Bulman (1978) é particularmente elucidativa. Em seu estudo sobre os efeitos de eventos significativos na vida das pessoas, os autores observaram que, apesar de impactos negativos momentâneos, a maioria dos indivíduos se ajusta emocionalmente a mudanças financeiras adversas, restabelecendo níveis de satisfação com a vida semelhantes aos anteriores ao evento. O fenômeno contribui para a compreensão de que o impacto hedônico do dinheiro é limitado, especialmente quando se trata de perdas financeiras que não comprometem a subsistência.

Tal compreensão é reforçada pelo conhecido “Paradoxo de Easterlin”, formulado por Richard Easterlin (2003), segundo o qual o crescimento da renda, acima de



determinado patamar mínimo necessário para a sobrevivência, não se traduz necessariamente em ganhos proporcionais de felicidade. A ausência de correlação direta e sustentada entre riqueza material e bem-estar subjetivo tem sido amplamente documentada, e explicações variadas foram propostas para esse fenômeno. Dentre elas, destacam-se os efeitos dos níveis crescentes de aspiração individual, que acompanham o aumento de renda e geram uma recalibração constante do que se considera “suficiente” (Easterlin, 2003), e as comparações sociais que alteram a percepção relativa de bem-estar em função da posição econômica dos outros (Diener; Biswas-Diener, 2002). Diener et al. (2006) argumentam que as pessoas frequentemente se ajustam às suas novas realidades, utilizando comparações com outros para reavaliar as próprias circunstâncias. Quando indivíduos multados percebem que outros também enfrentam dificuldades financeiras, a sensação de perda pode ser atenuada.

Um exemplo particularmente ilustrativo da dinâmica da adaptação hedônica frente a penalidades de baixo impacto emocional e social refere-se às multas pecuniárias oriundas de infrações administrativas de trânsito. Tais sanções tendem a produzir efeitos emocionais transitórios e de intensidade limitada sobre o infrator. Em termos psicológicos, o impacto das penalidades sobre a felicidade subjetiva dos indivíduos é notoriamente reduzido e temporário, o que evidencia sua rápida absorção pelo sistema adaptativo hedônico.

Em regra, ao receber uma multa de trânsito, o sujeito experimenta sentimentos negativos como descontentamento, aborrecimento ou desconforto emocional, que podem se manifestar também como indignação momentânea, sobretudo em relação à atuação do agente de trânsito responsável pela autuação. Entretanto, a evidência empírica e a observação cotidiana sugerem que tais emoções são de curta duração e tendem a desaparecer rapidamente, não gerando um rebaixamento significativo nos níveis de bem-estar subjetivo de médio ou longo prazo. Essa característica se deve, em grande parte, ao fato de que a sanção, nesse caso, se limita ao pagamento de uma quantia, não afetando de modo substancial as esferas centrais da vida do indivíduo, como sua liberdade, seus vínculos sociais ou sua rotina funcional. A reversibilidade fácil e a previsibilidade do impacto financeiro da multa favorecem sua naturalização e acomodação no cotidiano do sujeito, permitindo que a normalidade emocional seja rapidamente restaurada, fenômeno típico da resiliência adaptativa observada em penalidades de baixa intensidade punitiva.



- ANDRÉ LEONARDO COPETTI SANTOS
- DOUGLAS CESAR LUCAS
- ALINE MARCELI SCHWAIKARDT

No entanto, o quadro muda significativamente quando da infração administrativa de trânsito, além da pena pecuniária, decorrem consequências jurídicas mais severas, tais como a suspensão ou cassação do direito de conduzir veículo automotor. Nesses casos, o impacto da sanção ultrapassa a esfera econômica e alcança dimensões funcionais e existenciais da vida cotidiana, afetando diretamente a mobilidade, a autonomia e, por vezes, a própria capacidade laborativa do infrator. A impossibilidade de dirigir pode acarretar restrições severas ao deslocamento, à inserção profissional, ao cumprimento de obrigações familiares e ao acesso a serviços básicos, o que transforma a sanção em fator gerador de estresse contínuo, ansiedade e desconforto duradouro.

Dessa maneira, ao contrário das multas puramente pecuniárias, às quais os indivíduos se adaptam de forma rápida e relativamente indolor, as penalidades que implicam restrições de direitos, sejam elas administrativas ou penais - situações que embora positivadas em ramos distintos do direito não alteram sua condição ontológica -, tendem a gerar efeitos emocionais mais duradouros, intensos e difíceis de serem absorvidos pelo sistema psicológico adaptativo. Esses desdobramentos reforçam a importância de considerar não apenas a natureza formal da sanção, mas a profundidade de sua interferência nas condições práticas de vida do sujeito, ao se avaliar os impactos das penalidades administrativas sobre a qualidade de vida, a estabilidade emocional e a percepção subjetiva de felicidade.

Assim, a comparação entre penalidades pecuniárias simples e sanções administrativas com efeitos extensivos evidencia a necessidade de um olhar mais apurado e interdisciplinar sobre o desenho e os efeitos das punições no âmbito do Direito Administrativo Sancionador, com especial atenção aos aspectos psicológicos, sociais e éticos envolvidos. Trata-se, portanto, de um campo profícuo para investigações que articudem Direito, Psicologia e Teoria da Justiça, sobretudo no que concerne à efetividade das sanções e aos limites razoáveis do poder punitivo do Estado em face da dignidade humana e do direito ao bem-estar subjetivo.

### **3.2 Adaptação hedônica e privação de liberdade**

As sanções pecuniárias, embora amplamente utilizadas como forma de punição no sistema penal brasileiro, não ocupam, tal qual as penas restritivas de direitos, posição central na resposta estatal ao crime. Nesse contexto, a privação de liberdade permanece como o elemento estrutural e simbólico dominante da política criminal no Brasil,



funcionando como a pena principal de uma rede sancionatória que importou das redes administrativa e civil todos os tipos de sanções, sem que haja uma diferenciação ontológica entre muitas dessas sanções, mesmo positivadas em campos normativos distintos, como já antes observado. Compreender os efeitos do encarceramento sobre os indivíduos submetidos a esse regime de sanção, portanto, é de fundamental importância tanto para a formulação de políticas públicas mais eficazes quanto para o aprimoramento dos modelos teóricos no campo das ciências sociais e jurídicas.

O interesse acadêmico pelas reações psicossociais dos apenados diante da experiência do cárcere remonta à década de 1950, especialmente com a formulação da teoria da “prisionização” por Donald Clemmer. Segundo o autor, a prisão exerce um processo contínuo de degradação sobre o indivíduo, ocasionando deterioração progressiva da saúde física e psicológica ao longo da execução da pena, como resultado da exposição prolongada ao ambiente institucional coercitivo e desumanizante (Clemmer, 1958). Esse modelo, por muito tempo hegemônico, associava o encarceramento a um declínio inevitável do bem-estar individual, atribuindo ao sistema prisional efeitos sistematicamente negativos e cumulativos sobre a subjetividade dos apenados.

Contudo, pesquisas mais recentes têm contestado tal concepção, oferecendo evidências de que os indivíduos privados de liberdade podem apresentar mecanismos significativos de adaptação psicológica ao ambiente carcerário. Estudos como os de Frederick e Loewenstein (1999) indicam que, a exemplo do que ocorre em outros domínios da vida humana, a adaptação hedônica também se manifesta no contexto da prisão. Embora o encarceramento produza, inicialmente, elevados níveis de sofrimento emocional, observa-se, com relativa frequência, um ajuste subjetivo relativamente rápido, seguido por estabilização nos níveis de bem-estar, que permanecem quase constantes durante o restante da pena.

Investigações empíricas conduzidas por Flanagan (1980) e Mackenzie e Goodstein (1985) corroboram essa tese, ao demonstrarem que os efeitos psicológicos mais intensos do aprisionamento tendem a concentrar-se nos momentos iniciais da reclusão, período no qual o indivíduo enfrenta a ruptura com seu contexto anterior e os desafios da ambientação à nova realidade institucional. Superada essa fase crítica, muitos presos demonstram uma capacidade adaptativa robusta, que mitiga o impacto negativo da privação de liberdade e contribui para um relativo equilíbrio emocional, mesmo em condições objetivamente adversas. Tais achados impõem uma reavaliação crítica das abordagens tradicionais sobre os efeitos do encarceramento, destacando a necessidade



- ANDRÉ LEONARDO COPETTI SANTOS
- DOUGLAS CESAR LUCAS
- ALINE MARCELI SCHWAIKARDT

de considerar as variações individuais, contextuais e institucionais que modulam a experiência subjetiva da prisão.

Um estudo transversal de referência conduzido por Mackenzie e Goodstein (1985) comparou os efeitos psíquicos do encarceramento entre indivíduos em diferentes estágios de cumprimento de uma pena de longa duração. A pesquisa contrastou dois grupos de apenados: aqueles que haviam cumprido aproximadamente um ano da sentença e aqueles que já estavam privados de liberdade há cerca de nove anos. Os resultados revelaram diferenças significativas nos indicadores de sofrimento psicológico entre os grupos analisados. Os dados indicaram que os indivíduos recentemente encarcerados apresentavam níveis substancialmente mais elevados de ansiedade, sintomas depressivos e manifestações psicossomáticas autorrelatadas, quando comparados àqueles com tempo mais prolongado de reclusão (Mackenzie; Goodstein, 1985). Segundo os próprios autores,

Esses resultados sugerem que o período inicial da prisão é particularmente estressante para infratores de longa duração, à medida que fazem a transição do mundo exterior para a vida institucional. Não há evidências que sustentem a noção de deterioração psicológica ao longo do tempo. Em vez disso, com mais tempo cumprido, os condenados de longa duração parecem desenvolver estratégias para lidar com a prisão (Mackenzie; Goodstein, 1985, p. 409).

As evidências empíricas relativas à adaptação psicológica ao ambiente prisional foram substancialmente reforçadas por investigações de natureza longitudinal, que acompanharam o comportamento emocional e os indicadores de bem-estar subjetivo de indivíduos privados de liberdade ao longo do tempo. Dentre esses estudos, destaca-se a pesquisa conduzida por Zamble e Porporino (1990), que se tornou referência no campo da Criminologia e da Psicologia penitenciária por oferecer uma análise sistemática das transformações psíquicas ocorridas durante o cumprimento da pena.

A pesquisa em questão consistiu na entrevista periódica de um grupo de detentos ao longo de um período de seis anos, permitindo a observação direta das trajetórias emocionais e cognitivas dos apenados em diferentes fases do encarceramento. Os resultados corroboraram achados anteriores de estudos transversais ao identificarem que os detentos, quando entrevistados no primeiro mês de reclusão, apresentavam níveis acentuadamente elevados de depressão, ansiedade e sofrimento psicológico (Zamble; Porporino, 1990). Tais reações podem ser compreendidas como respostas agudas ao



choque inicial da privação de liberdade, marcado por perda de autonomia, despersonalização institucional e incerteza quanto ao futuro.

Contudo, os pesquisadores constataram que, ao longo dos meses subsequentes, houve uma melhora substancial na saúde mental autorrelatada pelos participantes, com reduções significativas nos sintomas depressivos e ansiosos (Zamble; Porporino, 1990). Em paralelo, observou-se aumento consistente nos relatos subjetivos de bem-estar por parte dos detentos, evidenciando um processo de acomodação emocional às condições do cárcere.

A partir desses estudos, emerge um padrão de resposta hedônica à prisão. A entrada inicial no ambiente prisional desencadeia sofrimento psicológico significativo e baixos níveis de bem-estar. Em poucas semanas, no entanto, os detentos desenvolvem mecanismos de enfrentamento que lhes permitem se adaptar à situação e melhorar seu bem-estar (Kenny; Kenny, 2006). Após o período inicial de adaptação, os infratores mantêm níveis relativamente constantes de felicidade durante o restante de suas penas (Bukstel; Kilmann, 1980). Assim, as “dores da prisão” (Levering; Sykes, 1959) são sentidas imediatamente, com a diminuição das penas hedônicas ao longo do restante da pena.

Entretanto, contrastando com experiências negativas de menor intensidade e duração, como a imposição de penas pecuniárias, a vivência do encarceramento impõe uma série de obstáculos substanciais à ocorrência da adaptação hedônica. Ainda que, em determinados casos, indivíduos privados de liberdade possam desenvolver, ao longo do tempo, certo grau de habituação às condições materiais do ambiente prisional, tal ajustamento não implica, necessariamente, um retorno aos níveis anteriores de bem-estar subjetivo. Isso se deve ao fato de que as implicações da prisão transcendem o confinamento físico, repercutindo de modo profundo e duradouro sobre as dimensões psicológica, emocional e social do apenado.

Conforme aponta Haney (2001), a privação de liberdade não se limita a afetar o bem-estar físico e mental do indivíduo durante o período de encarceramento. Ao contrário, ela desencadeia uma série de efeitos colaterais persistentes, cuja intensidade e duração frequentemente ultrapassam os limites temporais da própria pena. Esses efeitos incluem, entre outros, alterações na identidade pessoal, enfraquecimento dos laços sociais, deterioração das competências emocionais e comprometimento da capacidade de reintegração social. Tais desdobramentos dificultam a retomada de uma vida satisfatória após a libertação, comprometendo a experiência da chamada “vida boa”, tanto



- ANDRÉ LEONARDO COPETTI SANTOS
- DOUGLAS CESAR LUCAS
- ALINE MARCELI SCHWAIKARDT

sob a óptica da liberdade prática quanto sob a perspectiva da reconstrução subjetiva da felicidade.

Com isso, evidencia-se que a prisão, enquanto forma de punição estatal, resiste aos mecanismos naturais de adaptação afetiva típicos de outras adversidades da vida. Sua complexidade institucional, associada à degradação moral e à marginalização social que impõe, transforma-a em evento de difícil assimilação emocional, cujas repercussões não cessam com o cumprimento da pena, mas se estendem de forma estrutural ao pós-encarceramento. A partir dessa constatação, impõe-se uma reflexão crítica sobre os modelos punitivos vigentes e seus efeitos sobre a dignidade, o bem-estar e os direitos fundamentais dos sujeitos submetidos ao sistema penal.

Uma outra questão relevante relacionada à relação entre punição e felicidade diz respeito à estigmatização de apenados e egressos do sistema carcerário. Indivíduos egressos do sistema prisional frequentemente enfrentam barreiras estruturais e simbólicas significativas no processo de reintegração social, sendo o estigma penal um dos principais fatores que comprometem sua capacidade de reconstruir uma vida digna e satisfatória após o cumprimento da pena. A marca social imposta por condenação criminal tende a persistir no tempo, ultrapassando o âmbito jurídico da sanção e adentrando os domínios sociais, econômicos e afetivos da existência do ex-apenado, dificultando sobremaneira sua reinserção plena na comunidade.

Nesse sentido, Pager (2003), em estudo seminal sobre os efeitos sociais do encarceramento, evidencia que o estigma associado à passagem pelo sistema penal atua como forte mecanismo de exclusão social, sobretudo no acesso ao mercado de trabalho formal. O autor demonstra empiricamente que a simples informação sobre o histórico criminal de um candidato é suficiente para reduzir drasticamente suas chances de contratação, independentemente de sua qualificação profissional. Além da discriminação laboral, o ex-prisioneiro tende a enfrentar dificuldades adicionais na reconstrução de vínculos afetivos e familiares, uma vez que o aprisionamento frequentemente compromete laços interpessoais, gera desconfiança e isola o indivíduo do convívio comunitário por longos períodos.

Tais condições geram uma espécie de “ pena social residual”, que continua a incidir sobre o indivíduo mesmo após o esgotamento da pena formal, alimentando um ciclo de exclusão, vulnerabilidade e sofrimento emocional. A ausência de oportunidades reais de reintegração, somada à rejeição social e institucional, compromete severamente a possibilidade de recuperação de um estado subjetivo de bem-estar, inviabilizando os



mecanismos de adaptação hedônica que, em contextos menos gravosos, possibilitam a reconstrução da estabilidade emocional. Como resultado, muitos egressos permanecem aprisionados, não por muros físicos, mas pelas barreiras invisíveis da marginalização estrutural, reproduzindo lógica punitiva que transcende o sistema penal e se perpetua socialmente.

Outro elemento de elevada relevância no debate sobre os efeitos do encarceramento refere-se ao impacto da privação de liberdade sobre a saúde mental e física do apenado. As condições estruturais precárias do sistema prisional, somadas à privação de vínculos sociais, à rotina institucionalizada e à constante exposição à violência, configuram um ambiente psicossocial adverso que não apenas favorece o surgimento de agravos à saúde, mas também potencializa transtornos psíquicos preexistentes. O encarceramento, nesse contexto, não opera apenas como mecanismo punitivo estatal, mas também como fator de risco significativo para o comprometimento da saúde integral do indivíduo.

A esse respeito, a clássica análise de Goffman (1961) sobre as “instituições totais” oferece importantes subsídios teóricos para compreender os efeitos da reclusão sobre a identidade e o bem-estar do sujeito. Segundo o autor, a prisão constitui ambiente institucional fechado, em que os indivíduos perdem o controle sobre suas rotinas diárias, seus papéis sociais e até mesmo sobre sua autoimagem, sendo submetidos a processos de despersonalização, isolamento e vigilância constante. Tais condições são propícias ao surgimento de distúrbios psicológicos, como depressão, ansiedade generalizada, estresse pós-traumático e desordens de ajustamento, que muitas vezes persistem mesmo após o cumprimento da pena, tornando-se crônicos e de difícil reversão.

Além dos danos à saúde mental, o encarceramento frequentemente contribui para a deterioração da saúde física, seja em virtude da superlotação, da escassez de serviços médicos adequados ou da insalubridade dos estabelecimentos penais. O conjunto desses fatores compromete de forma significativa a qualidade de vida do apenado, violando, em muitos casos, o direito constitucional à saúde e à dignidade da pessoa humana. Mais grave ainda é a constatação de que esses efeitos, longe de se encerrarem com a libertação do indivíduo, tendem a perdurar no tempo, afetando sua capacidade de reintegração social, de retorno ao mercado de trabalho e de reconstrução de uma existência minimamente satisfatória.

Nesse quadro, torna-se imprescindível que políticas públicas voltadas à execução penal e à reinserção de egressos considerem de forma prioritária a assistência



- ANDRÉ LEONARDO COPETTI SANTOS
- DOUGLAS CESAR LUCAS
- ALINE MARCELI SCHWAIKARDT

psicossocial como dimensão essencial da ressocialização, sob pena de perpetuar um ciclo de vulnerabilidade que compromete não apenas o sujeito punido, mas também o tecido social como um todo. Assim, os efeitos deletérios do encarceramento sobre a saúde mental e física não podem ser negligenciados, sob risco de transformar a sanção penal em instrumento de degradação humana, em descompasso com os princípios do Estado Democrático de Direito.

Também é preciso analisar o impacto da privação de liberdade em relação à restrição de uma série de outros direitos fundamentais e a repercussão dessa limitação ampliada em termos de autopercepção do apenado em relação a seu conforto existencial e à própria dignidade. A privação de liberdade, enquanto sanção penal formalmente imposta pelo Estado, é comumente compreendida sob a óptica da restrição do direito de locomoção, o chamado *ius libertatis*. Contudo, tal concepção é redutiva diante da complexidade dos efeitos colaterais que a modalidade punitiva produz sobre a totalidade da vida do apenado. De fato, a restrição da liberdade física não se dá de forma isolada; ela opera como vetor de restrição de ampla gama de outros direitos fundamentais, com repercussões profundas sobre a subjetividade, a dignidade e o bem-estar existencial do indivíduo privado de liberdade.

A ideia de dignidade da pessoa humana, fundamento normativo estruturante das ordens constitucionais contemporâneas, ocupa posição central em constituições democráticas ao redor do mundo. No caso brasileiro, encontra-se expressamente consagrada como um dos pilares da República, conforme o art. 1º, inc. III da Constituição Federal de 1988 (Brasil, 1988). No entanto, a noção não se sustenta unicamente como um ideal ético abstrato. Ela é substancializada por meio do elenco de direitos fundamentais positivados no próprio texto constitucional, tanto no plano dos direitos individuais (liberdade, intimidade, devido processo legal etc.) quanto dos direitos sociais, difusos e coletivos (educação, saúde, moradia, trabalho, entre outros). Trata-se, portanto, de um projeto político-jurídico de realização da dignidade humana mediante a efetivação de um mosaico normativo complexo, cuja integridade é essencial para a configuração de uma existência minimamente satisfatória e dotada de sentido.

Sob essa perspectiva, a supressão de um ou mais desses direitos fundamentais atinge o núcleo da experiência humana e compromete a própria concepção que o indivíduo possa construir sobre sua dignidade e valor intrínseco. No contexto do encarceramento, não é apenas a liberdade de ir e vir que é suprimida, mas também se verifica uma série de restrições ou violações materiais de outros direitos fundamentais, muitas



vezes de forma sistemática ou estrutural. Por exemplo, pessoas privadas de liberdade frequentemente enfrentam limitações severas no acesso à saúde, seja por ausência de serviços médicos adequados, seja por negligência estrutural do Estado. O direito à habitação é afetado pela imposição de condições indignas de custódia, como superlotação, insalubridade e violência institucionalizada nos estabelecimentos prisionais. Os direitos políticos, por sua vez, são suspensos, excluindo o apenado do exercício ativo da cidadania. O mesmo pode ser dito da educação, do trabalho digno, da convivência familiar e comunitária, todos comprometidos ou negados no ambiente prisional.

A gravidade da situação é ainda mais acentuada nas penas privativas de liberdade de longa duração, nas quais o tempo prolongado de reclusão erode gradativamente os laços sociais, os horizontes de reintegração e a esperança subjetiva do apenado. A expectativa de reabilitação ou reinserção social, condição essencial para a manutenção de algum grau de estabilidade psicológica e autorrealização futura, torna-se cada vez mais remota. Esse processo de afastamento cumulativo de direitos e vínculos sociais produz efeitos deletérios sobre a possibilidade de adaptação hedônica, ou seja, a capacidade psicológica do indivíduo de retornar a um estado estável de bem-estar subjetivo após eventos adversos. Enquanto algumas sanções penais, como multas ou restrições temporárias de direitos, possibilitam certo grau de recuperação emocional e funcional, o encarceramento prolongado, ao comprometer múltiplas dimensões existenciais, fragiliza sobremaneira essa capacidade adaptativa.

Dessa forma, a análise da pena privativa de liberdade exige um olhar interdisciplinar e crítico, que vá além da legalidade formal da sanção para considerar seus impactos reais sobre a integridade física, psíquica e moral do ser humano. Ao produzir uma desestruturação global da vida do apenado, o encarceramento afeta não apenas sua liberdade física, mas compromete sua condição de sujeito de direitos, colocando em xeque o ideal constitucional de dignidade e os fundamentos éticos do próprio Estado Democrático de Direito. É, portanto, imperioso que as políticas criminais sejam reavaliadas à luz desses efeitos colaterais profundos, considerando-se a necessidade de sanções que preservem a centralidade da pessoa humana, mesmo quando esta esteja submetida ao cumprimento de uma pena.

A compreensão das distinções entre os impactos provocados por sanções pecuniárias e pelas penas privativas de liberdade constitui elemento fundamental para a análise crítica e a reformulação das políticas de justiça criminal contemporâneas. A complexidade dos efeitos dessas distintas modalidades punitivas extrapola a simples



- ANDRÉ LEONARDO COPETTI SANTOS
- DOUGLAS CESAR LUCAS
- ALINE MARCELI SCHWAIKARDT

comparação de sua severidade legal ou de seu potencial dissuasivo, exigindo abordagem mais ampla que considere as repercussões subjetivas, sociais e estruturais. Nesse contexto, Tonry (1996) sustenta que a eficácia das punições não pode ser avaliada exclusivamente a partir da capacidade de desencorajar condutas delitivas, mas deve também levar em consideração o impacto que tais sanções exercem sobre o bem-estar dos indivíduos diretamente afetados, bem como sobre as dinâmicas sociais e comunitárias nas quais estão inseridos.

A teoria da adaptação hedônica oferece apporte relevante a essa discussão, ao demonstrar que as sanções financeiras, apesar de gerarem desconforto e aborrecimento temporários, tendem a produzir efeitos limitados e de curta duração no bem-estar subjetivo dos sancionados. As penalidades, em regra, não comprometem de forma profunda os elementos estruturantes da vida cotidiana, como a liberdade de locomoção, os vínculos afetivos, o acesso ao trabalho ou a convivência comunitária. Em contrapartida, a experiência do encarceramento se revela substancialmente mais onerosa do ponto de vista existencial, gerando consequências prolongadas e de difícil reversibilidade, como já observado em diversos estudos empíricos e teóricos.

A privação de liberdade impõe um conjunto de restrições que transcendem o período da pena, afetando negativamente as possibilidades de reintegração social, a saúde mental, a reconstrução de projetos de vida e a autoestima dos indivíduos condenados. Além disso, tende a perpetuar ciclos de exclusão social, desemprego, estigmatização e reincidência, configurando padrão de sofrimento que compromete não apenas o apenado, mas também suas redes familiares e comunitárias. Sob tal perspectiva, o sistema penal, ao privilegiar desproporcionalmente as penas privativas de liberdade, reforça mecanismos de marginalização estrutural, especialmente entre populações socialmente vulneráveis.

Assim, reconhecer as diferenças substanciais nos impactos das penalidades financeiras e das penas de prisão deve conduzir a um redimensionamento das estratégias punitivas, privilegiando sanções proporcionais, eficazes e menos lesivas à dignidade humana. A inclusão do bem-estar como parâmetro na avaliação das penas representa avanço normativo e ético, compatível com os valores do Estado Democrático de Direito e com os objetivos de um sistema de justiça verdadeiramente comprometido com a redução da violência, a ressocialização e a promoção da justiça social.

As políticas criminais de caráter punitivista que desconsideram os efeitos subjetivos e sociais das sanções penais, especialmente no que se refere à capacidade adaptativa



dos indivíduos diante de eventos adversos, tendem a reproduzir ciclos de infelicidade, exclusão e vulnerabilidade social, em vez de contribuir para a efetiva prevenção da criminalidade. A ausência de abordagem mais abrangente, que leve em conta a dinâmica da adaptação hedônica, compreendida como o processo pelo qual os indivíduos retornam gradualmente a um estado basal de bem-estar após experiências positivas ou negativas (Frederick; Loewenstein, 1999), compromete tanto a eficácia quanto a legitimidade das respostas penais adotadas pelo Estado.

Nesse sentido, torna-se imprescindível que legisladores, operadores do Direito e formuladores de políticas públicas considerem os fundamentos da Psicologia do bem-estar na elaboração de intervenções penais mais equilibradas e orientadas à dignidade da pessoa humana. Isso implica reconhecer que penas excessivamente gravosas, sobretudo as de natureza privativa de liberdade, podem gerar danos psicológicos e sociais duradouros, dificultando não apenas a adaptação emocional do condenado, mas sua reabilitação e reinserção no tecido social.

#### 4. Considerações finais

A adaptação hedônica apresenta desafio significativo às premissas que sustentam as teorias e práticas punitivas atuais, às quais, contemporaneamente, têm tido uma tendência claramente repressiva de alta intensidade. A ideia de que a severidade da punição é uma resposta adequada à gravidade do crime deve ser reavaliada, considerando que a capacidade de adaptação dos indivíduos pode limitar o impacto das penalidades. Além disso, a expectativa de penalidades severas pode reduzir a eficácia da dissuasão, levando a um ciclo de criminalidade e infelicidade.

Dessa forma, é essencial que os estudiosos e legisladores considerem as implicações das descobertas sobre a adaptação hedônica ao desenvolver políticas de justiça criminal. Uma abordagem mais equilibrada que considere a reabilitação e a reintegração, em vez de se concentrar apenas na severidade das penas, pode levar a resultados mais positivos tanto para os indivíduos quanto para a sociedade como um todo. A reforma das teorias e práticas punitivas não é apenas uma questão de justiça, mas também uma questão de eficácia e humanidade.

Diante dessas evidências, é imperativo que legisladores e estudiosos reconsiderem a forma como a punição é aplicada. A compreensão da adaptação hedônica deve ser incorporada ao desenvolvimento de um sistema corretivo que reflita a experiência



- ANDRÉ LEONARDO COPETTI SANTOS
- DOUGLAS CESAR LUCAS
- ALINE MARCELI SCHWAIKARDT

real da punição. Teorias retributivas e utilitárias devem evoluir para incluir uma abordagem com mais nuances que reconheça as limitações da punição tradicional.

A intersecção entre punição e felicidade revela uma complexidade que desafia as noções convencionais de justiça. A adaptação hedônica sugere que as consequências da punição são frequentemente mal compreendidas, com implicações significativas para a teoria e a prática da justiça criminal. À medida que avançamos, é essencial que as políticas punitivas sejam informadas por uma compreensão mais profunda do impacto psicológico da punição, promovendo assim um sistema mais justo e eficaz.

## REFERÊNCIAS

- ABBAGNANO, N. *Dicionário de filosofia*. 5. ed. Tradução: Alfredo Bossi. São Paulo: Martins Fontes, 2007.
- BOEHM, J. K.; LYUBOMIRSKY, S. Does happiness promote career success? *Journal of Career Assessment*, [s. l.], v. 16, n. 1, p. 101-116, fev. 2008. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1177/1069072707308140>. Acesso em: 14 ago. 2025.
- BOSWELL, W. R.; BOUDREAU, J. W.; TICHY, J. The relationship between employee job change and job satisfaction: the honeymoon-hangover effect. *Journal of Abnormal Psychology*, [s. l.], v. 90, n. 5, p. 882-892, 2005. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/0021-9010.90.5.882>. Acesso em: 14 ago. 2025.
- BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 5 out. 1988. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/constituicao/constituicao.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm). Acesso em: 13 ago. 2025.
- BRICKMAN, P.; CAMPBELL, D. Hedonic relativism and planning the good society. In: APPLEY, M. H. (ed.). *Adaptation-level theory*. New York: Academic Press, 1971.
- BRICKMAN, P.; COATES, D.; JANOFF-BULMAN, R. Lottery winners and accident victims: is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, [s. l.], v. 36, n. 8, p. 917-927, 1978. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.36.8.917>. Acesso em: 14 ago. 2025.
- BUKSTEL, L. H.; KILMANN, P. R. Psychological effects of imprisonment on confined individuals. *Psychological Bulletin*, [s. l.], v. 88, n. 2, p. 469-493, Sept. 1980. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.88.2.469>. Acesso em: 14 ago. 2025.
- CANTO-SPERBER, M. *Dicionário de ética e filosofia moral*. São Leopoldo: Unisinos Editora, 2003.
- CARVER, C. S.; SCHEIER, M. F. Origins and functions of positive and negative affect: a control-process view. *Psychological Review*, [s. l.], v. 97, n. 1, p. 19-35, Jan. 1990. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/0033-295x.97.1.19>. Acesso em: 14 ago. 2025.
- CASH, T. F.; DUEL, L. A.; PERKINS, L. L. Women's psychosocial outcomes of breast augmentation with silicone gel-filled implants: a 2-year prospective study. *Plastic And Reconstructive Surgery*, [s. l.], v. 109, n. 6, p. 2112-2121, May 2002. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1097/00006534-200205000-00049>. Acesso em: 14 ago. 2025.



CLEMMER, D. *The Prision Community*. New York: Rinehart & Company, Inc., 1958. Disponível em: <https://archive.org/details/prisoncommunity00clem/page/n7/mode/2up?view=theater>. Acesso em: 28 maio 2025.

COSTA, P. T.; MCCRAE, R. R.; ZONDERMAN, A. B. Environmental and dispositional influences on well-being: longitudinal follow-up of an american national sample. *British Journal of Psychology*, [s. l.], v. 78, n. 3, p. 299-306, Aug. 1987. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1111/j.2044-8295.1987.tb02248.x>. Acesso em: 28 maio 2025.

DIENER, E.; BISWAS-DIENER, R. Will money increase subjective well-being? *Social Indicators Research*, [s. l.], v. 57, n. 2, p. 119-169, Feb. 2002. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1023/a:1014411319119>. Acesso em: 23 maio 2025.

DIENER, E.; LUCAS, R. E.; SCOLLON, C. N. Beyond the hedonic treadmill: revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist*, [s. l.], v. 61, n. 4, p. 305-314, May 2006. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066x.61.4.305>. Acesso em: 23 maio 2025.

DIENER, E.; SUH, E. M.; LUCAS, R. E.; SMITH, H. L. Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, [s. l.], v. 125, n. 2, p. 276-302, Mar. 1999. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>. Acesso em: 23 maio 2025.

EASTERLIN, R. A. Explaining happiness. *Proceedings of The National Academy of Sciences*, [s. l.], v. 100, n. 19, p. 11176-11183, 4th Sept. 2003. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1073/pnas.1633144100>. Acesso em: 25 maio 2025.

EASTERLIN, R. A. Life cycle happiness and its sources. *Journal of Economic Psychology*, [s. l.], v. 27, n. 4, p. 463-482, Aug. 2006. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jeop.2006.05.002>. Acesso em: 25 maio 2025.

FLANAGAN, T. J. The pains of long-term imprisonment. *The British Journal of Criminology*, [s. l.], v. 20, n. 2, p. 148-156, Apr. 1980. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1093/oxfordjournals.bjc.a047154>. Acesso em: 14 ago. 2025.

FREDERICK, S.; LOEWENSTEIN, G. Hedonic adaptation. In: KAHEMAN, D.; DIENER, E.; SCHWARZ, Nt. (eds.). *Well-being: the foundations of hedonic psychology*. New York: Russel Sage Foundation, 1999.

FRIJDA, N. H. The laws of emotion. *American Psychologist*, [s. l.], v. 43, n. 5, p. 349-358, 1988. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066x.43.5.349>. Acesso em: 14 ago. 2025.

GOFFMAN, E. *Asylums: essays on the social situation of mental patients and other inmates*. New York: Anchor Books, 1961.

HANEY, C. The psychological impact of incarceration: implications for post-prison adjustment. *Prison Journal*, v. 81, n. 3, p. 111-129, 2001.

KAHNEMAN, D.; TVERSKY, A. Prospect theory: an analysis of decision under risk. *Econometrica*, [s. l.], v. 47, n. 2, p. 263-291, Mar. 1979. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.2307/1914185>. Acesso em: 14 ago. 2025.



- ANDRÉ LEONARDO COPETTI SANTOS
- DOUGLAS CESAR LUCAS
- ALINE MARCELI SCHWAIKARDT

KAHNEMAN, D.; THALER, R. H. Anomalies: utility maximization and experienced utility. *Journal of Economic Perspectives*, [s. l.], v. 20, n. 1, p. 221-234, 1st Feb. 2006. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1257/089533006776526076>. Acesso em: 14 ago. 2025.

KENNY, A.; KENNY, C. *Life, liberty, and the pursuit of utility: happiness in philosophical and economic thought*. Ann Arbor, MI: Universidade de Michigan, Imprint Academic, 2006.

LANE, R. E. *The loss of happiness in market democracies*. London: Yale University Press, 2000.

LEVERING, J.; SYKES, G. M. The society of captives, a study of a maximum security prison. *The Journal of Criminal Law, Criminology, and Police Science*, [s. l.], v. 49, n. 5, p. 466, Jan. 1959. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.2307/1141342>. Acesso em: 7 ago. 2025.

LUCAS, R. E. Adaptation and the set-point model of subjective well-being. *Current Directions in Psychological Science*, [s. l.], v. 16, n. 2, p. 75-79, Apr. 2007a. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00479.x>. Acesso em: 14 ago. 2025.

LUCAS, R. E. Long-term disability is associated with lasting changes in subjective well-being: evidence from two nationally representative longitudinal studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, [s. l.], v. 92, n. 4, p. 717-730, Apr. 2007b. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.92.4.717>. Acesso em: 14 ago. 2025.

LUCAS, R. E. Time does not heal all wounds. *Psychological Science*, [s. l.], v. 16, n. 12, p. 945-950, Dec. 2005. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-9280.2005.01642.x>. Acesso em: 14 ago. 2025.

LUCAS, R. E.; CLARK, A. E.; GEORGELLIS, Y.; DIENER, E. Unemployment alters the set point for life satisfaction. *Psychological Science*, [s. l.], v. 15, n. 1, p. 8-13, Jan. 2004. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1111/j.0963-7214.2004.01501002.x>. Acesso em: 14 ago. 2025.

LUCAS, R. E.; CLARK, A. E.; GEORGELLIS, Y.; DIENER, E. Reexamining adaptation and the set point model of happiness: reactions to changes in marital status. *Journal of Personality and Social Psychology*, [s. l.], v. 84, n. 3, p. 527-539, 2003. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.84.3.527>. Acesso em: 14 ago. 2025.

LYUBOMIRSKY, S. *The how of happiness: a scientific approach to get the life you want*. New York: Penguin Press, 2008.

LYUBOMIRSKY, S.; SHELDON, K. M.; SCHKADE, D. Pursuing happiness: the architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, [s. l.], v. 9, n. 2, p. 111-131, Jun. 2005. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.111>. Acesso em: 14 ago. 2025.

MACKENZIE, D. L.; GOODSTEIN, L. Long-term incarceration impacts and characteristics of long-term offenders. *Criminal Justice and Behavior*, [s. l.], v. 12, n. 4, p. 395-414, Dec. 1985. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1177/0093854885012004001>. Acesso em: 14 ago. 2025.

PAGER, D. The mark of a criminal record. *American Journal of Sociology*, [s. l.], v. 108, n. 5, p. 937-975, Mar. 2003. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1086/374403>. Acesso em: 14 ago. 2025.

PARDUCCI, A. *Happiness, pleasure and judgment: the contextual theory and its application*. Mahwah, New Jersey: Erlbaum, 1995.



SHELDON, K. M.; LYUBOMIRSKY, S. The challenge of staying happier. *Personality and Social Psychology Bulletin*, [S.l.], v. 38, n. 5, p. 670-680, 23 fev. 2012. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1177/0146167212436400>. Acesso em: 14 ago. 2025.

SOLOMON, R. L. The opponent-process theory of acquired motivation: the costs of pleasure and the benefits of pain. *American Psychologist*, [s. l.], v. 35, n. 8, p. 691-712, 1980. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066x.35.8.691>. Acesso em: 14 ago. 2025.

SUH, E.; DIENER, E.; FUJITA, F. Events and subjective well-being: only recent events matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, [s. l.], v. 70, n. 5, p. 1091-1102, 1996. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.70.5.1091>. Acesso em: 23 maio 2025.

TAYLOR, S. E.; LICHTMAN, R. R.; WOOD, J. V. Attributions, beliefs about control, and adjustment to breast cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, [s. l.], v. 46, n. 3, p. 489-502, 1984. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.46.3.489>. Acesso em: 14 ago. 2025.

TONRY, M. *Sentencing matters*. Oxford: Oxford University Press, 1996.

WARR, P.; JACKSON, P.; BANKS, M. Unemployment and mental health: some british studies. *Journal of Social Issues*, [s. l.], v. 44, n. 4, p. 47-68, Jan. 1988. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1540-4560.1988.tb02091.x>. Acesso em: 14 ago. 2025.

WEINSTEIN, N. D. Community noise problems: evidence against adaptation. *Journal of Environmental Psychology*, [s. l.], v. 2, n. 2, p. 87-97, jun. 1982. Disponível em: [http://dx.doi.org/10.1016/s0272-4944\(82\)80041-8](http://dx.doi.org/10.1016/s0272-4944(82)80041-8). Acesso em: 14 ago. 2025.

WILSON, T. D.; GILBERT, D. T. Explaining away: a model of affective adaptation. *Perspectives on Psychological Science*, [s. l.], v. 3, n. 5, p. 370-386, Sept. 2008. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00085.x>. Acesso em: 14 ago. 2025.

WILSON, T. D.; GILBERT, D. T. Affective forecasting. *Current Directions in Psychological Science*, [s. l.], v. 14, n. 3, p. 131-134, Jun. 2005. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1111/j.0963-7214.2005.00355.x>. Acesso em: 14 ago. 2025.

WILSON, T. D.; GILBERT, D. T. Affective forecasting. *Advances in Experimental Social Psychology*, [s. l.], p. 345-411, 2003. Disponível em: [http://dx.doi.org/10.1016/s0065-2601\(03\)01006-2](http://dx.doi.org/10.1016/s0065-2601(03)01006-2). Acesso em: 14 ago. 2025.

ZAMBLE, E.; PORPORINO, F. Coping, imprisonment, and rehabilitation. *Criminal Justice and Behavior*, [s. l.], v. 17, n. 1, p. 53-70, Mar. 1990. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1177/0093854890017001005>. Acesso em: 14 ago. 2025.

### André Leonardo Copetti Santos

Pós-doutor pela Universidade do Vale do Rio dos Sinos (Unisinos). Mestrado (1999) e doutorado (2004) em Direito pela Universidade do Vale do Rio dos Sinos e graduação em Direito pela Universidade de Cruz Alta (1988). Professor e pesquisador do corpo permanente do Programa de Pós-Graduação e do Curso de Graduação em Direito da Unijuí. Membro externo do Conselho Editorial do Centro de Estudios en Antropología y Derecho, Posadas, Argentina. Membro fundador da Casa Warat Buenos Aires e da Editora Casa Warat.



- ANDRÉ LEONARDO COPETTI SANTOS
- DOGLAS CESAR LUCAS
- ALINE MARCELI SCHWAIKARDT

Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (Unijuí)

Ijuí, Rio Grande do Sul, Brasil

E-mail: andre.leonardo@unijui.edu.br

### Doglas Cesar Lucas

Graduação em Direito pela Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (Unijuí, 1998). Mestrado em Direito pela Universidade Federal de Santa Catarina (2001). Doutorado em Direito pela Unisinos (2008) e Pós-doutorado em Direito pela Università Degli Studi di Roma Tre (2012). Professor dos cursos de Graduação, Mestrado e Doutorado em Direito e no Curso de Graduação em Medicina da Unijuí. Professor no Curso de Direito da Faculdade Cnec Santo Ângelo. Coordenador e editor da Coleção Direitos Humanos e Democracia, publicada pela editora Unijuí. Avaliador do MEC/Inep. Pesquisador do Instituto Jurídico Portucalense, vinculado à Universidade Portucalense Infante D. Henrique, no grupo de pesquisa Pessoas (<https://ijp.upt.pt/en/persons/>). Pesquisador colaborador do Iberojur, onde coordena a área temática de Direitos Humanos. Membro efetivo do Instituto dos Advogados Brasileiros - IAB. Integrante do NDE do Curso de graduação em Direito da Unijuí. Membro titular do Comitê de ética em pesquisa da Unijuí e representante docente no Conselho Universitário. Líder do Grupo de Pesquisa no CNPQ Fundamentação Crítica dos Direitos Humanos. Experiência na área de Direito, com ênfase em Filosofia do Direito, atuando principalmente nos seguintes temas: direitos humanos, identidade, diversidade, reconhecimento, interculturalidade, minorias, desobediência civil, direito de resistência e democracia.

Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (Unijuí)

Ijuí, Rio Grande do Sul, Brasil

E-mail: dogasl@unijui.edu.br

### Aline Marceli Schwaikardt

Mestranda em Direitos Humanos pelo Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu pela Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (Unijuí). Bolsista Prosuc/Capes. Pós-graduanda em Direito Penal e Direito Processual Penal pela Faculdade Legale de São Paulo. Pós-graduanda em Direito Público pela Faculdade Legale de São Paulo. Graduada em Direito pela Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (Unijuí, 2020).

Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (Unijuí)

Ijuí, Rio Grande do Sul, Brasil

E-mail: aline-marceli@hotmail.com

### Equipe editorial

*Editor Acadêmico* Felipe Chiarello de Souza Pinto

*Editor Executivo* Marco Antonio Loschiavo Leme de Barros

### Produção editorial

*Coordenação Editorial* Andréia Ferreira Comineti

*Preparação de texto* Mônica de Aguiar Rocha

*Diagramação* Libro Comunicação

*Revisão* Vera Ayres

