

FAMILIARE INSTITUTO SISTÊMICO

O silêncio e seus inúmeros significados

Florianópolis

2012

KAREN NEUMANN

O silêncio e seus inúmeros significados

Trabalho de conclusão de curso apresentado para obtenção do título de especialista em psicologia clínica pelo Familiare Instituto Sistêmico.

Orientador: Prof^a. Dr^a. Maria Aparecida Crepaldi

Florianópolis

2012

RESUMO

Este artigo aborda o tema do silêncio na terapia familiar e mostra o quanto o silêncio tem influência nas relações humanas. Se pensarmos no comportamento humano, percebemos que todo comportamento está comunicando alguma coisa, então mesmo em silêncio, as pessoas comunicam. Esse silêncio pode ter diferentes significados, pode representar emoções, contemplação, medo, revolta, reflexão, amor, entre outros. No intuito de analisar o silêncio num contexto terapêutico, utilizaram-se os relatos, assim como a observação, de um atendimento familiar realizado numa clínica-escola. Um dos membros da família carregava segredos relativos à família e todas as repercussões emocionais decorrentes da situação eram demonstradas pelo seu comportamento silencioso. Assim que o silêncio foi dando espaço às palavras, houve uma maior compreensão dos aspectos envolvidos nos inúmeros conflitos e mágoas entre os membros da família, e conseqüentemente a dinâmica familiar mudou e o relacionamento entre eles tornou-se mais afetivo e maduro.

Palavras-chave: Segredo, silêncio, terapia familiar, comunicação familiar.

ABSTRACT

This paper addresses the theme of silence in family therapy and shows how silence influences human relations. Taking human behavior into account, we realize that every behavior is expressing something, and that people communicate even when in silence. This silence may have different meanings, may express emotions, contemplation, fear, rebellion, reflection, love, among others. In the aim of analyzing silence in a therapeutic context, reports and observation of family therapy sessions held in a teaching clinic were used. A family member kept secrets related to the family and all the emotional impact caused by this fact were demonstrated by her silent behavior. Once silence gave way to words, there was a greater understanding of the issues involved in numerous conflicts and sorrows among family members. As a consequence, family dynamics changed and the relationship among them became more affective and mature.

Keywords: Secrecy, silence, family therapy, family communication.

O interesse sobre o tema do silêncio surgiu quando fiz uma especialização sobre grupos e esse aprendizado em grupo e sobre grupos foi vivencial. No primeiro dia do encontro as coordenadoras do curso utilizaram uma técnica baseada no silêncio, foi quando percebi e experimentei inúmeras sensações e sentimentos em relação àquele comportamento silencioso que não era esperado. O silêncio despertou reações das mais

diversas e inesperadas em todos os participantes do grupo, demonstrando assim a infinita gama de significados que o silêncio possui.

Durante todos os encontros, o silêncio e suas artimanhas sempre estiveram presentes e fui percebendo que num grupo familiar, num grupo de amigos, nos casais, no indivíduo, o silêncio, com seus inúmeros significados, permeia todas as relações. E esses silêncios influenciam comportamentos, atitudes, ações e reações.

Como trabalho de conclusão de curso escolhi falar sobre o silêncio baseando-me em um atendimento de família em que um dos membros guardava muito conteúdo e respostas para o funcionamento daquela família. Ficava muito claro, durante os atendimentos, o quanto de emoção havia por trás daquele silêncio.

A importância de os terapeutas pontuarem aquele silêncio, respeitarem o momento pelo qual a paciente estava passando e de demonstrarem abertura para eles falarem sobre suas aflições foi fundamental para a união e o desenvolvimento daquela família. Visivelmente, aquela tensão gerada pelo silêncio e que foi se transformando em palavras, foi se esvaindo, a partir da abertura para a manifestação dos sentimentos que estavam silenciados.

A comunicação é uma condição inerente da vida humana e da ordem social. Desde o início da sua existência, o ser humano está envolvido no complexo processo de aquisição das regras de comunicação. A comunicação afeta o comportamento, e todo o comportamento, não só a fala, é comunicação (Watzlavick, Beavin e Jackson, 2007).

Uma das propriedades mais básicas do comportamento é que ele não tem oposto, ou seja, um indivíduo não pode não se comportar. Todo comportamento tem valor de mensagem, todo comportamento é comunicação, em atividade ou inatividade, com palavras ou silêncio (Watzlavick, Beavin e Jackson, 2007).

No que se refere à linguagem, Geraldi (1984, p. 43) apud Souza e Mota (2007) sintetiza: “a linguagem é uma forma de interação: mais do que possibilitar a transmissão de informação de um emissor a um receptor, a linguagem é vista como um lugar de interação humana: através dela o sujeito que fala pratica ações que não conseguiria praticar a não ser falando”.

Na concepção de Vygotsky (1989), a linguagem apresenta-se como o lugar da interação, da negociação de sentidos, da representação de papéis e da constituição de identidades. O significado das palavras é um fenômeno de pensamento apenas na medida em que o pensamento ganha corpo por meio da fala.

A palavra uma vez pronunciada transforma-se em ato, ato significante, não há como voltar atrás e se desresponsabilizar pela palavra dita. Muitas vezes, depois desses ditos, o que emerge é o silêncio (Almeida, 2007). O valor e importância das palavras na comunicação interpessoal não devem ser subestimados, especialmente em pessoas muito vulneráveis, onde os prejuízos que o “encasulamento” em silêncio e a incapacidade de encontrar sossego em si mesmo é o resultado mais provável (Urlic, 2010).

Sabe-se que a comunicação humana, além de transmitir vários tipos de informações, permite a realização de motivações agressivas, afiliativas e de afirmação da própria identidade. Pode-se sustentar que, quando a atuação da expressão linguística torna-se dificultosa, o canal não-verbal constitui o meio substituto pelo qual se alcançam determinados objetivos que permitem evitar tensões e frustrações (Andolfi, 1996).

Os movimentos do corpo representam uma poderosa ferramenta de comunicação cultural. E não há dúvida de que a linguagem corporal está ligada a grande variedade de experiências afetivas. Acontece que muitas vezes, a linguagem corporal sugere uma

mensagem completamente diferente daquela que a pessoa gostaria de expressar de forma consciente (Urlic, 2010).

Segundo Andolfi (1996, p.141)

A princípio, quando as pessoas recebem mensagens que tocam a sua esfera emotiva, não respondem logo e o seu silêncio é acompanhado por manifestações não-verbais como um rosto avermelhado, mãos trêmulas e postura incerta e insegura. Algumas vezes a pessoa esconde momentos de reflexão, de confusão, de raiva.

A maioria das comunicações não verbais vem do inconsciente, portanto ela deve ser processada com muita atenção. A interpretação do comportamento não-verbal no contexto de uma aliança terapêutica positiva pode contribuir para uma clarificação sobre certos traços de personalidade, atitudes e comportamentos. O processo terapêutico pode ser uma ferramenta importante para as partes silenciosas de si próprio se manifestarem e emergir nas esferas do consciente (Urlic, 2010).

Em várias famílias, a cultura de manter o silêncio é um importante componente de manutenção do equilíbrio social e emocional dos relacionamentos. Como é sabido, “o silêncio é de ouro”. Devido a isso, o fenômeno do silêncio se torna ainda mais interessante quando comparado ao fenômeno das palavras. Ou seja, a comunicação é uma dimensão extremamente importante, mas pouco explorado na relação paciente – terapeuta (Roberts and Bucksey, 2007).

Segundo Orlandi (2007, p.28) “as palavras são múltiplas mas os silêncios também o são”. Para essa autora, o silêncio é fundante, ou seja, o silêncio é a matéria significante por excelência, é o real do discurso. Ele não é interpretável, mas sim compreensível. De acordo com a mesma autora, o silêncio não fala, mas sim ele significa, ele tem primazia sobre as palavras. Então, antes de pensar o silêncio como *falta*, pode-se pensar a linguagem como *excesso*. O silêncio é disperso, ele não está

disponível à visibilidade e não é diretamente observável, por outro lado, a fala, a qual é voltada para a unicidade, organiza-o.

O silêncio é que pode transtornar a unicidade. O homem exerce seu controle e sua disciplina fazendo o silêncio falar, por não suportar a ausência das palavras. Mas quando se está em silêncio, há o pensamento, a introspecção, a contemplação. O silêncio não é diretamente observável, porém, ele não é o vazio, é possível senti-lo, ele está “lá” (Orlandi, 2007).

Badiou (1994) apresenta a ideia de que há um não-dito, incapaz de tornar-se dito. Um ponto de silêncio absoluto, sem possibilidade de palavras. Silêncios passíveis de serem enunciados, cabíveis em predicados da língua, em palavras, “forçados” e o silêncio, o indizível, o inominável, inforçável. Assim, segundo o autor, dois terrenos distintos para o silêncio são demarcados: o passível de ser dito e o inominável.

O fenômeno do silêncio tem sido onipresente na vida humana desde o início. Ele representa um denominador de comunicação não-verbal, falha de comunicação, ou incapacidade de comunicar-se em seu sentido mais amplo. Por outro lado, o silêncio é um fenômeno ambíguo e ambivalente que possui uma vasta gama de significados (Urlic, 2010).

Segundo Brown (2008), em um grupo o silêncio contínuo pode levar a várias reações dos outros membros do grupo, as quais poderão ser faladas ou reprimidas. Reações de desconfiança, hostilidade, resistência, medo, ansiedade e raiva sobre o que está sendo avaliado pelo membro silencioso são as reações mais comuns e podem levar os membros a exprimir essas reações com ataques e outras ações negativas e hostis.

Já para Dinouart (2001) o silêncio é um lugar seguro, no qual não haveria excessos a temer; o silêncio conserva o homem de forma mais completa e plena. O autor afirma que o homem nunca é tão dono de si mesmo quanto no silêncio; fora dele,

parece derramar-se pelo discurso, fazendo com que pertença menos a si mesmo do que aos outros.

O silêncio é um aspecto importante da interação humana, mas é muitas vezes vivido com desconforto e rapidamente preenchido com palavras. Enquanto os parâmetros quantitativos do silêncio como momento e a duração são rapidamente reconhecidos, os aspectos qualitativos são muito mais difíceis de identificar e descrever. Emoções são experienciais e complexas, mas as palavras usadas para descrever as emoções são geralmente inadequadas e simplistas. O silêncio é um meio experiencial útil para identificar e trabalhar com as emoções. É necessário reconhecer o que está sendo comunicado com o silêncio em cada silêncio (Martyres, 1995 apud Urlic, 2010).

O silêncio não se reduz ao simples *não dito*, ou seja, aquilo que é negado ou omitido na conversa, mas se apresenta como resposta a situações difíceis do ciclo vital, tais como a morte, uma doença grave, a perda de um familiar, onde qualquer palavra, em um primeiro momento, parece inadequada ou supérflua. Como comunicação implícita, o silêncio faz parte das regras, dos mitos e dos segredos do sistema familiar, todos conteúdos que o diálogo relacional tende a fazer emergir (Andolfi, 1996).

Para Brown (2008) o silêncio pode ser visto como uma expressão da repressão para contornar áreas traumáticas, geralmente dificuldades emocionais encontradas em pessoas altamente traumatizadas. Esse tipo de silêncio não significa que a pessoa tenha encontrado calma interior. Pelo contrário, esse silêncio não é construtivo, mas sim gera outras dificuldades, pois são silêncios perturbadores.

No processo terapêutico é possível perceber constantemente o valor das comunicações não verbais. Elas complementam a comunicação verbal e podem até

mesmo substituí-las. Muitas vezes, o silêncio pode revelar significados, necessidades, desejos, impulsos e toda gama de estados emocionais (Urlic, 2010).

O silêncio pode refletir defesas ou indicar condições favoráveis para intensificar o trabalho em grupo. O silêncio pode ser confundido com inatividade psicológica, porém, deve ser visto como comunicação significativa (Gans and Counselman, 2000 apud Urlic, 2010).

Existem diferentes formas de silêncio: há os que são opressores, os que guardam algo, os que são frios, os que acolhem, os que consentem, os que rejeitam, há até os silêncios-grávidos, à espera da parição de uma palavra. Enfim, há muitas formas de interpretar ou vivenciar o silêncio do outro (Almeida, 2007).

De acordo com Orlandi (2007, p.42) *há silêncios múltiplos: o silêncio das emoções, o místico, o da contemplação, o da introspecção, o da revolta, o da resistência, o da disciplina, o do exercício do poder, o da derrota, da vontade, etc.* O silêncio não é o vazio, muito pelo contrário, ele é o indício de uma instância significativa.

Segundo Castilho (2010), referindo-se ao trabalho com grupos, o silêncio é uma das mais ricas fontes de comunicação não verbal, que o grupo usa para expor uma faceta diferente ou para encobrir algo que não está conseguindo enfrentar. Tanto nas terapias individuais, de família, ou de grupo, os *facilitadores* enfrentam esse fenômeno. Portanto, auscultar o silêncio e seus diferentes significados propicia uma melhor compreensão da dinâmica do grupo e o que está implícito àquele silêncio.

De acordo com Castilho (2010) existem diferentes tipos de silêncio, que podem ser definidos como:

- **Silêncio de Tensão** – Pode ser considerado a expressão da ansiedade. É facilmente observado, pois manifesta-se por meio da postura corporal que se torna tensa, da respiração ofegante, das expressões faciais, ou pelo modo inquieto ou muito contraído que a pessoa fica.
- **Silêncio de Conflito** – É um silêncio profundo e tenso, caracterizado pelos sentimentos de ódio, hostilidade, agressividade, oposição ou medo. É frequente nas pessoas que, em vez de buscarem o confronto, preferem “fechar a guarda”, recolhendo-se ao silêncio, externando sua agressividade de forma não-verbal. É comum aparecerem reações psicossomáticas nessas pessoas, como dor de cabeça, vômito, diarreia, e tensões musculares.
- **Silêncio de Medo** – É um silêncio que traz consigo muita tensão, e conseqüentemente, muita descarga psicossomática. É facilmente identificável, pois traz uma mudança de postura física e psicológica nas pessoas.
- **Silêncio de Dor e de Perda** – Caracteriza-se pela introspecção ante a própria dor ou a de terceiro; é vivido pelo sentido de perda real, por exemplo, a morte de alguém. A maior expressão e força da comunicação estão no não-falar.
- **Silêncio de Reflexão** – Aparece normalmente após uma intervenção ou feedback. É uma parada para refletir o que foi dito ou vivido. Esse silêncio é muito produtivo e pode levar a pessoa a alguns *insights*.
- **Silêncio de Amor e de Paz** – Caracteriza-se pela plenitude de um encontro existencial, onde palavras não são necessárias. Sem dúvida é um dos silêncios que mais falam, pois é repleto de ternura, bem-estar, da sensação de paz e totalidade.
- **Silêncio de Expectativa** – É a pausa para ouvir o outro, a espera do que o outro tem a dizer. Tem um misto de tensão e curiosidade.

- **Silêncio de Solidão** – Está cheio de amargura, pesar e vazio. É a vivência de um sentimento de sentir-se só, abandonado, sendo um dos silêncios mais profundos e mais fortes de se observar.
- **Silêncio de Dependência Transferencial** – Caracteriza-se pelo jogo da dependência. Consciente ou inconscientemente, espera-se que o *facilitador* assuma o comando da situação e exige-se dele um papel de guia, de conselheiro, de decisor, de quem resolve, ou seja, de quem se é dependente.
- **Silêncio de Atenção** – Consiste no silêncio que escuta, onde a pessoa está inteira para o outro ou em contato profundo consigo mesmo.
- **Silêncio de Resistência e Bloqueio Emocional** – É o silêncio que exprime a dificuldade, o bloqueio em se expressar. Há um vazio na memória, e as associações ficam bloqueadas. Para Schutzenberger e Weil (1977) o silêncio pode ser visto como a manifestação mais clássica da resistência.
- **Silêncio de Desinteresse** – Caracteriza-se pela falta de interesse, pela perda do foco de atenção no que ocorre, mas também pode estar camuflando uma resistência. A apatia é a manifestação mais forte que caracteriza esse tipo de silêncio.
- **Silêncio de Depressão** – Percebe-se uma ausência de interesse pelo que ocorre e a falta de expectativa pelo que virá. Desaparece o sorriso e a energia, prevalece a inatividade. Enfim, é uma atitude passiva e ausente.
- **Silêncio por Dificuldade de Comunicação** – É o silêncio que provém da inibição que bloqueia o indivíduo, o qual fica em silêncio, calado, embora tenha o desejo de falar e de se manifestar.

- **Silêncio de Respeito** – Geralmente apresenta-se pela dificuldade de falar que a pessoa tem em determinadas horas. O indivíduo permanece em silêncio por não saber o que dizer. Também se caracteriza pelo respeito ao outro.
- **Silêncio de Mágoa** – O sentimento que vem à tona é de mágoa, decepção e perda de confiança em alguém. Pode ser visto também como uma fuga ao confronto, e muitas vezes, está relacionado a sentimentos de autoconsideração e de ser vítima.
- **Silêncio de Adeus** – Sempre está repleto de muitos sentimentos concomitantes, tais como saudade, amor, medo, ternura, afeto, etc. É um silêncio muito profundo, e está relacionado com a perda definitiva ou temporária de alguém.
- **Silêncio de Desconfiança** – É comum surgir no início dos grupos, onde as pessoas, por não se conhecerem, temem se expor. Também no intuito de evitar a entrada de estranhos em suas vidas, ou porque, não conhecendo as pessoas, temem o julgamento e as reações.

Segundo Schutzenberger e Weil (1977) saber usar o silêncio é uma aprendizagem difícil para o terapeuta. Prevalece a tentação inicial de intervir a todo momento, atendendo à necessidade de aliviar as suas próprias tensões.

Estes mesmos autores falam dos aspectos psicanalíticos do silêncio, onde o terapeuta, pelo menos no início, precisa ser uma “tela branca”, na qual o cliente possa projetar o seu mundo interior e transferir sentimentos arcaicos, vividos no passado em relação a seus pais e educadores. Segundo eles, uma das reações de resistência à análise, é o próprio silêncio, o qual, quando devidamente interpretado pelo terapeuta, permite considerável progresso.

O fato de o terapeuta não responder a inúmeros questionamentos do cliente provoca uma situação de frustração. Diante desta frustração, ele regride a uma situação análoga de rejeição paterna ou materna. A conscientização deste sentimento de rejeição, a catarse das tensões não resolvidas na infância, permitirão ao cliente usar a energia agora disponível de acordo com a sua própria vontade (Schutzenberger e Weil, 1977).

No trabalho clínico, as manifestações de depressão ou mania são facilmente reconhecidas percebendo a atitude não verbal. A postura corporal, os gestos, especialmente as expressões faciais indicam emoções tais como tensão, raiva, medo e tristeza, prazer ou tranquilidade e felicidade. O silêncio de uma pessoa pode ser visto como uma expressão de sentimentos de poder e controle, ou de ansiedade e medo (Urlic, 2010).

Em um processo terapêutico em grupo, há sempre o perigo de negligenciar o membro silencioso, o qual pode passar despercebido, e sua forma silenciosa de participar pode se tornar um problema para todo o grupo. Porém, nem sempre a participação verbal indica que o indivíduo esteja envolvido. Mas por outro lado, o silêncio representa a forma mais transparente e frequente de resistência na prática psicoterápica (Urlic, 2010).

O paciente pode tanto consciente quanto inconscientemente não querer comunicar seus pensamentos ou sentimentos para o terapeuta. Às vezes, apesar do silêncio, o paciente pode inadvertidamente revelar o motivo, ou mesmo o conteúdo do seu silêncio por sua postura, movimentos ou expressão facial (Greenson, 1967 apud Urlic, 2010).

Segundo os mesmos autores, o silêncio do terapeuta, pode representar tanto uma intervenção passiva quanto ativa no processo terapêutico. O paciente necessita do silêncio do terapeuta, pois ele pode precisar de tempo para seus pensamentos, sentimentos e fantasias que vão emergindo. O silêncio também pode exercer uma pressão sobre o paciente para se comunicar e para enfrentar suas emoções. O silêncio do terapeuta tanto pode ser sentido como um apoio, mas também pode ser sentido como crítico.

É interessante observar como o silêncio é usado pelo paciente, quando, o terapeuta, não lhe propondo perguntas específicas, solicita-lhe preencher o tempo como achar melhor. *É nesta fase da interação que se salienta a relação existente entre a linguagem verbal, o silêncio, as mensagens expressas com o corpo e a experiência afetiva e emotiva implícita* (Andolfi, 1996, p. 137).

Somente uma linguagem que prevê internamente um lugar específico para o silêncio é capaz de estabelecer um contato emotivo positivo com a realidade. Uma comunicação cheia de palavras vazias de significados separada do mundo interno do indivíduo perde o seu valor e deixa completamente indiferente o interlocutor, provocando a “morte” da própria palavra (Andolfi, 1996).

Para esse mesmo autor, tanto no momento em que se faz silêncio quanto no momento em que se escuta, circulam continuamente informações, mesmo que por canais que não implicam a palavra. Com frequência, consegue-se estar próximo ao outro mais com o silêncio do que com as palavras, desde que o silêncio seja autêntico. Voltando para a questão do terapeuta, ele nem sempre consegue silenciar, temendo não ter tempo suficiente para fazer emergir conteúdos significativos para a família, o que o leva a ter pressa, impedindo-o de escutar.

Importante ressaltar que o silêncio costuma tornar-se um espaço caracterizado por uma forte participação emotiva. Portanto, este elemento da paralinguagem não se liga somente com o antes da palavra, mas também com o depois, com o pré-verbal e o pós-verbal. *O silêncio fornece a todos a oportunidade de exprimir-se* (Andolfi, 1996, p. 140).

Existem muitas razões para o silêncio dos pacientes. Alguns podem experimentar um medo de se revelarem, podendo progressivamente comprometer-se com mais revelações. Outros podem ser tão conflituosos em relação à agressividade que não conseguem ter a auto-afirmação necessária ao ato de falar. Alguns procuram nada menos que a perfeição em si mesmos, então não falam por medo de passar vergonha. E tem aqueles que tentam manter distância ou controle por meio de um silêncio ativo e superior. Portanto, é importante distinguir um estado passageiro de silêncio de um traço de silêncio mais duradouro (Yalom e Leszcz, 2006).

O silêncio pode estar também escondendo algum segredo, e quando se trata de segredos, a revelação pode ter efeitos muito curativos para os indivíduos e seus relacionamentos, mas por outro lado, a revelação de certos segredos pode ter efeitos nocivos para a pessoa, principalmente quando estão envolvidas questões de segurança física (Imber-Black, 1994).

Alguns segredos podem constituir-se em surpresas para pessoas queridas, tornando-as especiais. Já outros segredos podem trazer uma sobrecarga, mantendo a pessoa presa na história de outras pessoas. O segredo protege algo, e a partir do momento que se mantém informações escondidas, excluem-se outros que tem relação com aquela história. É muito frequente os segredos envolverem tabus culturais como sexo, doença e dinheiro (Mason, 1994).

Para Imber-Black (1994, p.21) as *lealdades familiares entre as gerações frequentemente são moldadas pelos segredos*. Tais lealdades podem aparecer por um comportamento considerado inexplicável, que se repete entre as gerações. O segredo, geralmente possui múltiplos significados que estão ligados à sua manutenção, portanto, a terapia deve criar um espaço para que esses segredos possam ser explorados, questionados e também mudados.

Para esse mesmo autor, quando um indivíduo consegue dar voz a um segredo e é recebido com empatia e confiança, a sua autodefinição e autoestima começam a mudar significativamente. Pode-se afirmar também, que a revelação de um segredo fará emergir outros, pois a família descobre o alívio de falar com mais franqueza sobre suas relações.

Em estudos sobre o paciente silencioso, Yalom e Leszcz (2006, p. 314) afirmam que o membro silencioso é um problema difícil para o terapeuta. Sabe-se que *o silêncio nunca é silencioso*. Ele é um comportamento, e tem significado no aqui-e-agora demonstrando a maneira que o paciente se relaciona com seu mundo interpessoal. A tarefa terapêutica, não é apenas mudar o comportamento, mas também explorar o significado desse comportamento.

A compreensão do terapeuta sobre a dinâmica do silêncio permite que este possa dar um direcionamento adequado entre colocar pressão indevida sobre o paciente e deixar que o paciente caia em um papel extremo de isolamento. O terapeuta deve incluir periodicamente o paciente silencioso, comentando seu comportamento não-verbal, quando, por gesto ou atitude, o paciente demonstre algum sentimento ou emoção (Yalom e Leszcz, 2006).

Embora algumas pessoas jamais se tornarão aquilo que realmente poderiam ser, quando experienciam em terapia um ambiente empático e apoiador, podem usar os

segredos vergonhosos como catalisadores para a cura e o crescimento (Mason, 1994). A partir do momento que segredos são revelados, os terapeutas devem estar disponíveis a longo prazo para dar suporte à família, tendo em vista que não somente a sinceridade fornece a cura. Outras questões referentes a como cada um vai lidar com o conteúdo do segredo, também precisarão ser trabalhados (Imber-Black, 1994).

UM EXEMPLO DO MANEJO DO SILÊNCIO NA TERAPIA FAMILIAR

Para analisar o comportamento de um membro silencioso dentro de uma família e os reflexos desse comportamento na dinâmica familiar, escolhi uma família que foi atendida em uma clínica-escola destinada ao atendimento de famílias em terapia familiar, para a formação de terapeutas relacionais sistêmicos. O atendimento, cuja duração foi de aproximadamente seis meses, foi realizado por dois terapeutas acompanhados por um professor supervisor e por uma equipe reflexiva, da qual eu fazia parte, formada por psicólogos, que participavam através da sala de espelho.

Trata-se de uma família cuja queixa era um relacionamento conflituoso entre seus membros, uso de drogas e a presença de um luto não resolvido pela morte de um dos membros da família por suicídio. Participaram do atendimento a mãe, dois filhos, uma filha e duas netas.

Nas primeiras sessões, o assunto prevalecia sobre o suicídio, sobre a superação em não usar mais drogas por parte de um deles, sobre as dificuldades no relacionamento entre eles, sobre os abusos sexuais intergeracionais, entre outros assuntos, e uma das pessoas mantinha-se em silêncio, chorava constantemente e parecia angustiada e incomodada com os assuntos ali expostos.

Em diversos momentos houve a intervenção dos terapeutas dirigindo-se a essa pessoa e aos seus sentimentos em relação ao que estava sendo falado, porém ela, de alguma maneira, demonstrava que era muito difícil falar sobre o assunto e assim, seu silêncio era respeitado. Entretanto, os terapeutas sempre deixavam claro que quando ela se sentisse a vontade para falar, ela seria ouvida.

Os terapeutas e toda a equipe sentiam-se angustiados frente ao choro contínuo desse membro da família. Ficava claro para todos que havia algo muito grave por trás daquele choro e do silêncio e uma das hipóteses da equipe era de que o membro silencioso estava protegendo toda a família de fatos dolorosos que ele havia vivenciado.

Percebia-se também uma barreira no relacionamento entre dois membros da família, e os outros membros queixavam-se muito das brigas que aconteciam. Enquanto um deles só atribuía características e sentimentos positivos ao membro que cometeu suicídio, o outro não demonstrava pesar sobre o falecimento, além de outras divergências que eram frequentes.

Estava claro que havia algo por trás de todo aquele silêncio e sofrimento demonstrado pela tensão entre eles e pela angústia demonstrada pelo choro de um deles. A partir do momento que o silêncio foi dando lugar à fala, e que veio à tona o abuso sexual por parte do membro que cometeu suicídio e também de um parente próximo em relação ao membro mais silencioso da família, o clima de tensão e desconforto entre eles foi diminuindo.

Eles conseguiram expressar toda a raiva que sentiram quando souberam do abuso e também conversar sobre esses abusos. Mas ao mesmo tempo, havia uma mágoa profunda e uma cobrança em relação à falta de proteção da progenitora em relação a esses abusos.

A progenitora, por sua vez, também falou dos abusos sexuais que sofreu em sua vida, e de sua relação com a própria mãe, a qual não acreditava na palavra dela e ignorava seus sentimentos. Contou que saber desses abusos despertou muita raiva e mágoa por não ter conseguido dar proteção.

Somente após quebrar o silêncio, falando sobre os abusos sofridos, sobre as dificuldades no relacionamento entre eles, reconhecendo os sentimentos dos outros e os próprios sentimentos e respeitando-os, a família mostrou-se mais unida e principalmente a relação da progenitora com um dos membros tornou-se mais leve, conseguindo demonstrar afeto e cuidado mútuo.

ANÁLISE

Nas primeiras sessões realizadas com a família, ficou claro, por meio da linguagem corporal, que havia uma variedade de experiências afetivas vividas por eles e que precisavam ser trabalhadas. Para Andolfi (1996), quando as pessoas recebem mensagens que tocam a sua esfera emotiva, não costumam responder logo e o seu silêncio é acompanhado por manifestações não-verbais, muitas vezes escondendo momentos de raiva, confusão, reflexão.

Sabe-se que em muitas famílias, a manutenção do silêncio é um fator importante para o equilíbrio social e emocional dos relacionamentos. E nesta família, pode-se dizer que o silêncio foi o componente que um de seus membros encontrou para proteger sua família de questões tão sérias e íntimas que envolviam a ela e também outros membros queridos.

Baseando-se na literatura de Castilho (2010), levanta-se a hipótese de que os silêncios apresentados por um dos membros foram um misto de tensão, conflito e

mágoa. Pela postura corporal tensa e o seu silêncio, supõem-se o silêncio de tensão, o qual é a expressão da ansiedade.

O silêncio de conflito é caracterizado pelos sentimentos de ódio, agressividade, oposição e hostilidade, o qual apareceu frequentemente nos atendimentos e pelo relato da família a respeito de um de seus membros. É um comportamento que aparece nas pessoas que não buscam o confronto, mas sim se fecham no silêncio.

Para os terapeutas e equipe, era nítida a divergência entre os sentimentos para com o membro que cometeu suicídio. O membro silencioso não demonstrava pesar em relação ao falecimento, já o resto da família exaltava as qualidades desse membro e demonstravam muito afeto por ele. A hipótese levantada pelos terapeutas foi de que o membro que se suicidou havia feito algo que feriu e magoou muito o membro silencioso.

Havia, na pessoa que sofreu o abuso, um sentimento de decepção e de mágoa muito presentes, principalmente em relação à progenitora, por haver uma crença de que ter sofrido o abuso foi por falta de proteção desta. A maneira que ela conseguia expressar e “falar” dessa mágoa por tudo o que passou foi através do silêncio. E a maior dificuldade entre elas era conseguir quebrar essa barreira de silêncios que há muito tempo estava prejudicando a relação.

O sentimento dos terapeutas e da equipe quando o segredo foi revelado foi de alívio, por perceberem a importância daquele momento para o membro silencioso, mas ao mesmo tempo de preocupação pela raiva que veio à tona, por parte dos outros membros, em relação às pessoas que estavam envolvidas nesses abusos.

Neste caso ficou evidente como o silêncio de um dos membros, em relação a assuntos tão delicados e graves, estava refletindo nas interações entre todos os membros da família. Tanto que, a partir do momento que foi possível revelar esse segredo e trazer

a tona questões vivenciadas por ele e que lhe causavam muita angústia, as relações entre eles começaram a se modificar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O silêncio, neste caso clínico, tornou-se um espaço caracterizado por uma forte participação emotiva. À medida que o silêncio foi sendo revelado com palavras cheias de significados, trazendo à tona assuntos delicados e difíceis para todos da família, a raiva, a agressão, a cobrança, foi dando espaço para a compreensão, a comunicação e o afeto.

A atuação dos terapeutas teve papel fundamental no sentido de respeitarem o tempo de cada membro da família e também pontuarem toda a emoção que estava sendo demonstrada de forma não-verbal. Ressalta-se, também, que o paciente necessita do silêncio do terapeuta, pois ele pode precisar de tempo para seus pensamentos, sentimentos e fantasias que vão emergindo (Greenson, 1967 apud Urlic, 2012).

Porém, para o terapeuta, não é uma tarefa fácil suportar o silêncio do paciente, pois, segundo afirma Martyres (1995) apud Urlic (2010) o silêncio é muitas vezes vivido com desconforto e rapidamente preenchido com palavras. Supõe-se que uma das maiores dificuldades para o terapeuta é saber reconhecer o que está sendo comunicado em cada silêncio.

Ficou evidente como o silêncio nunca é silencioso, foi visível a mudança na dinâmica dessa família, após terem falado sobre tantas coisas que estavam escondidas e em segredo. O silêncio deu lugar a palavras tão difíceis, mas ao mesmo tempo tão reveladoras e libertadoras de uma angústia que gerava todo o mal-estar entre eles.

Pode-se dizer que esta família soube aproveitar o ambiente empático e apoiador proporcionado pelos terapeutas, utilizando os segredos vergonhosos como catalisadores para a cura e o crescimento (Mason, 1994).

O tema do silêncio ainda tem muito para ser estudado e analisado, pois seus significados são inúmeros e cada indivíduo utiliza-o e responde a ele de maneiras diferentes.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Marizabel. **O Silêncio em Psicanálise**. Escola Lacaniana da Bahia, 2007.

ANDOLFI, Maurizio. **A Linguagem do Encontro Terapêutico**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.

BADIOU, Alain. **Para uma Nova Teoria do Sujeito**. Rio de Janeiro: Relumê-Dumara, 1994.

BROWN, Nina W. **Troubling Silences in Therapy Groups**. Journal of Contemporary Psychotherapy, 2008.

CASTILHO, Áurea. **A Dinâmica do Trabalho de Grupo**. Rio de Janeiro: Qualitymark, 2010.

DINOUART, Abade. **A Arte de Calar**. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

HERNANDEZ, Juliana. **O Duplo Estatuto do Silêncio**. Psicologia USP, 2004.

IMBER-BLACK, Evan. Segredos na Família e na Terapia Familiar: Uma Visão Geral.

In: IMBER-BLACK, Evan e cols. **Os Segredos na Família e na Terapia Familiar**.

Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.

MASON, Marilyn J. Vergonha: Reservatório para os Segredos na Família. In: IMBER-BLACK, Evan e cols. **Os Segredos na Família e na Terapia Familiar**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.

ORLANDI, Eni P. **As Formas do Silêncio: no Movimento dos Sentidos** – 6ª edição, Campinas, SP: Editora da Unicamp, 2007.

ROBERTS, Lisa; BUCKSEY, Sally J. **Communicating with Patients: What Happens in Practice?** Physical Therapy, 2007.

SCHUTZENBERGER, Anne A.; WEIL, Pierre. **Psicodrama Triádico**. Belo Horizonte: Interlivros, 1977.

SOUZA, Janine F.; MOTA, Kátia M. S. **O Silêncio é de Ouro e a Palavra é de Prata? Considerações Acerca do Espaço da Oralidade em Educação de Jovens e Adultos**. Revista Brasileira de Educação v. 12 n. 36 set./dez. 2007.

URLIC, Ivan. **The Phenomenon of Silence: A Group-Analytic Exploration of Meanings in Psychotherapy and in Everyday Life**. Group Analysis, 2010.

VYGOTSKY, Lev Semyonovich. **Pensamento e Linguagem**. 2. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1989.

WATZLAVICK, Paul; BEAVIN, Janet H.; JACKSON, Don D. **Pragmática da Comunicação Humana: um Estudo dos Padrões, Patologias e Paradoxos da Interação**. 16 ed. São Paulo: Cultrix, 2007.

YALOM, Irvin D.; LESZCZ, Molyn. **Psicoterapia de Grupo: Teoria e Prática**. Porto Alegre: Artmed, 2006.