

MARINA VIEIRA DE ARAUJO BÚRIGO

**TERAPIA DE CASAL:
Uma visão Sistêmica**

FLORIANÓPOLIS
2010

MARINA VIEIRA DE ARAUJO BÚRIGO

**TERAPIA DE CASAL:
Uma visão Sistêmica**

Trabalho apresentado ao Instituto
Familiar Sistêmico para conclusão do
curso de Especialização em Terapia
Relacional Sistêmica

Professora Orientadora: Denise Duque

Florianópolis, SC
2010

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos professores do Familiar que tanto contribuíram para o meu amadurecimento e crescimento profissional, sempre com muito respeito e dedicação.

Agradeço à turma de 2007 pelos três anos de convivência e de enorme aprendizado, nos quais pudemos compartilhar nossas histórias, nossos sentimentos e nossas emoções, sempre com a certeza de que seríamos acolhidos e tratados com carinho e atenção.

Agradeço à minha grande amiga Nathalie pela amizade, e pela oportunidade de ter alguém tão importante na minha vida ao meu lado durante esse período de trabalho e autoconhecimento, formado de momentos de muita alegria e diversão, mas também de grandes reflexões, enfrentamentos e crescimento pessoal.

Agradeço aos meus pais e meus irmãos pelo incentivo, pelo amor e carinho, por estar ao meu lado em todos os momentos, o que me dá forças e coragem para seguir em busca da realização de todos os meus sonhos, e que representam, para mim, o verdadeiro significado da palavra família.

Agradeço ao meu marido pelo companheirismo, apoio, paciência e compreensão pelos momentos ausentes, e pelos finais de semanas comprometidos ao longo destes três anos. Pela possibilidade de estarmos vivendo essa fase de crescimento, amor, sonhos, respeito e cumplicidade que é o nosso casamento.

Agradeço em especial à Denise Duque que além de professora, e profissional exemplar, foi supervisora dos meus atendimentos e orientadora deste trabalho, sempre surpreendendo com suas grandes contribuições.

“Pensar diferente, sentir diferente, agir diferente: tentar ser mais feliz por outros caminhos que não os da repetição compulsiva de padrões que não dão certo e só trazem infelicidade. A esperança ilumina-se, a vida abre caminhos e o amor, quando libertado, é capaz de operar milagres”.

Gilda Castanho Franco Montoro.

RESUMO

O presente trabalho refere-se a um estudo bibliográfico sobre o casamento contemporâneo e a terapia de casal a partir do enfoque sistêmico. O objetivo desta pesquisa é identificar a contribuição sistêmica para a compreensão e o tratamento de casais. Para sustentar este estudo, considerou-se fundamental identificar que fatores influenciam na escolha do parceiro; verificar qual a importância do contrato de casamento; apresentar como se dá a formação do vínculo entre o casal e identificar as características da terapia de casal. Trata-se de uma pesquisa exploratória de natureza bibliográfica, e as fontes de informações utilizadas foram livros, periódicos e monografias. Os resultados deste estudo mostram a enormidade da contribuição da psicologia sistêmica, desde a escolha do parceiro, que não ocorre por acaso e que está ancorada em questões profundas da vida do indivíduo. Entende-se também que são inúmeros os benefícios que os casais podem adquirir através da terapia conjugal. Pois, ao explorar, em parceria com o seu terapeuta, seus modelos de apego na infância, suas histórias de relacionamento amoroso, é possível tomar consciência da forma que aprenderam a amar, que narrativas guiam o seu padrão interacional e, assim, torna-se mais fácil agir a favor da mudança, buscando uma melhor qualidade de vida. Em suma, o terapeuta sistêmico auxilia o par a deslocar o foco dos problemas do outro para a relação e, além disso, os cônjuges podem alcançar um autoconhecimento e um conhecimento do cônjuge – história individual, influências da família de origem – que servirão como ferramentas preciosas para que o casal utilize essas informações de forma saudável, em prol da relação.

Palavras-chave: Casamento; Terapia de Casal; Psicologia Sistêmica; Escolha do Parceiro; Contrato de Casamento.

ABSTRACT

This paper refers to a bibliographical study concerning the contemporary marriage and marital therapy from the systemic approach. The objective of this research is to identify the systemic contribution to the understanding and treatment of couples. In support of this study, it was considered essential to identify which factors influence the choice of the partner; verify what is the importance of the marriage contract; show how is made the formation of the bonding between the couple and identify the characteristics of couple therapy. It is an exploratory research with a bibliographical origin and the information sources used were books, journals and monographs. The results of this study show the enormity of the contribution of systemic psychology, from choosing a partner, that does not occur by chance and that is based on profound questions of life of the individual. It is also understood that there are uncountable benefits that couples can acquire through marital therapy. In that way, to explore, in partnership with their therapist, their models of attachment in childhood, their stories of love relationship, it is possible to become aware of how they learned to love, what kinds of narratives guide their interaction pattern and, thus, becoming easier to act for changing, seeking a better quality of life. In short, the systemic therapist helps the couple to shift the focus from the problems of the other to the relationship and, in addition, spouses can reach a self-knowledge and knowledge of a spouse - individual history, influences of family of origin - which serve as tools precious to the couple use this information in a healthy way, for the sake of the relationship. Therefore, the systemic therapist helps the couple to shift the focus from the problems of the other to the relationship and, in addition, spouses can reach a self-knowledge and a knowledge of the spouse - individual history, influences of the family of origin - which serve as precious tools to the couple to use this information in a healthy way, for the sake of the relationship.

Keywords: marriage, couple therapy, systemic psychology; choice of the partner; contract of marriage.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	08
2. OBJETIVOS	10
2.1 Objetivo Geral	10
2.2 Objetivos Específicos	10
3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	11
3.1 A Escolha do Parceiro	11
3.2 Contrato de Casamento	14
3.3 Desenvolvimento do Vínculo	19
3.4 Processo de Terapia Conjugal	24
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS	32
5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	35

1 INTRODUÇÃO

Investigar questões do casal contemporâneo no Brasil implica não só utilizar discursos da história e da sociologia da família como também os discursos populares transmitidos pela tradição e, atualmente, pela mídia. (CRUZ, 2006, p.43).

Antigamente, os casamentos aconteciam de acordo com a escolha dos pais, que prometiam seus filhos sem que estes tivessem qualquer participação na escolha do seu parceiro. O casamento por livre e espontânea vontade - entre dois adultos que se aceitam como marido e mulher - foi legalizado no século XX, e vem com direito à felicidade, trazendo de volta o discurso do amor romântico, porém com novas exigências.

O casal contemporâneo segue o modelo monogâmico, seguindo os discursos das religiões cristãs, nos quais o marido e a mulher devem amar o seu cônjuge da mesma forma em que Cristo ama a sua Igreja. O casamento deve acontecer entre duas pessoas que se unem por afeto e que permaneçam fiéis, na alegria e na tristeza, na saúde e na doença, amando-se e respeitando-se por todos os dias de suas vidas.

Costa (1999) define o amor ocidental, de uma forma diferenciada: uma combinação entre o escape sexual, amizade afeiçoada e funções familiares procriativas em uma única relação. O carinho, o respeito e excitação devem existir juntamente, e sobreviver, aos cuidados com os filhos, com a casa e com a rotina. Freire Costa (apud CRUZ, 2006) descreve o mundo contemporâneo como Era do Amor, pois o amor nunca havia sido tão central, para uma parcela tão grande da humanidade.

Estes conceitos acerca do amor e do casamento não cabem apenas aos casamentos formais e nem aos casamentos pregados pela igreja cristã. Nos dias de hoje, existem diferentes modelos de relacionamentos como, por exemplo, casados que moram juntos, casados que moram separados, casais com filhos de outros relacionamentos, casamentos heterossexuais e homossexuais, etc.

A base para a escolha do parceiro, com quem se pretende passar o resto da vida, geralmente, está na atração romântica, e os impulsos sexuais de ambos cônjuges devem ser inteiramente satisfeitos dentro do casamento. Enfim, o casal se constitui de duas

pessoas iguais em direitos e responsabilidades para que o casamento funcione de uma forma saudável para ambos.

Costa (1999, p.22) defende a idéia de que o sentimento de amor não surge pronto e cristalizado nas pessoas. Este sentimento, esta emoção, pode ser aperfeiçoado por outros sentimentos, outras razões e ações. Cruz (2006) reflete sobre que outros fios constituem o Nós do casal, além do amor, e afirma que o que ajuda ou atrapalha na construção do são as práticas discursivas e o que cada um dos cônjuges se dispõe a compartilhar na relação.

Marum (2006, p.187), afirma que “casar é conjugar e não anular a individualidade do outro”, ou seja, o casamento deve ser visto como uma oportunidade de crescimento individual, e não de anulação do outro, querendo moldá-lo de acordo com seus próprios desejos.

Para falar de casamentos, é preciso refletir a cerca de alguns questionamentos como: Que teorias a respeito de relacionamentos foram construídas ao longo do tempo? Que histórias e padrões de casamento circulam nas famílias de origem dos parceiros? Quais das narrativas oferecidas pela sociedade contemporânea à formação do casal, o casal irá escolher? Qual a possibilidade de diferenciar a realização pessoal da realização conjugal? Quais as questões éticas necessárias a um terapeuta de casal e família?

Foi essa complexidade de uma vida a dois que me instigou a estudar o casamento. Além disso, tem sido cada vez mais comum, casais procurarem a terapia de casal, principalmente nos momentos de crise, com o fim de melhorar a qualidade de vida.

Este trabalho consiste em um estudo bibliográfico, com base na psicologia sistêmica a cerca do casamento contemporâneo, abordando a escolha do parceiro, a formação do vínculo entre o casal, o contrato de casamento e, enfim, a terapia conjugal. Sendo assim, optou-se por uma pesquisa do tipo exploratória, pois as informações necessárias para a realização da mesma serão obtidas em levantamento bibliográfico por meio de livros, revistas, internet, documentos, etc.

Essa pesquisa tem como questão central: Qual a contribuição sistêmica para a compreensão e o tratamento de casais?

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

- Caracterizar a contribuição sistêmica para a compreensão e o tratamento de casais.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar que fatores influenciam na escolha do parceiro;
- Identificar qual a importância do contrato de casamento;
- Apresentar como se dá a formação do vínculo;
- Descrever os pressupostos sistêmicos da terapia de casal.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

3.1 A ESCOLHA DO PARCEIRO

Não existe possibilidade de casar com o outro, se não casarmos antes com nós mesmos. Conjugiar o verbo amar exige capacidade extremamente complexa de, ao legitimar-se na própria singularidade, legitimar a existência do outro. (COLOMBO, 2006, p.35).

A paixão é uma das inúmeras formas de se iniciar uma relação amorosa e que, quando bem sucedida, se desenvolve para uma relação mais séria. É comum que as pessoas se perguntem que razões levam um ser humano a se apaixonar repentinamente e de forma tão intensa por alguém que não conhece intimamente. Esta escolha, que aparentemente é livre e espontânea, será compreendida, na sua essência, ao longo da vida, e no dia a dia do casal.

Essa escolha do parceiro, segundo Pincus & Dare (1981, p.36), ocorre rapidamente e, por ser “baseada em relativamente pouco conhecimento consciente, e como torna-se evidente, precisa complementaridade e ajuste de personalidades”.

Angelo (1995) afirma que esta escolha se dá como uma “atenção seletiva” ou “desatenção seletiva” de acordo com o que é importante ou não para o indivíduo.

A escolha do parceiro expressa um jogo extremamente sutil e sofisticado, em que a atenção culturalmente induzida para perceber elementos específicos de interesse no aspecto ou comportamento de determinada pessoa é acompanhada de uma “desatenção” igualmente seletiva por todos os elementos de seu caráter e do relacionamento com essa pessoa que poderia tornar a relação problemática. (p.47).

Outro mecanismo apontado como influenciador na escolha do parceiro é o chamado mecanismo de projeção, no qual o ser humano atribui a pessoas e objetos, sentimentos e idéias internas. Esses processos são normais em todos os relacionamentos, principalmente nos que se constituem de laços emocionais mais fortes. Segundo R.D. Laing (apud PINCUS & DARE, 1981, p.37), “cada parceiro luta para encontrar no outro, ou induz o outro a tornar-se a própria incorporação daquele cuja

cooperação é requerida como um complemento da identidade que ele se sente compelido a sustentar”.

A escolha do parceiro também pode ser influenciada pela família de origem, ou extensa, e pelos seus padrões de funcionamento. Por diversos motivos, algumas pessoas procuram parceiros que tenham uma história, cultura, um núcleo familiar parecido com o seu, ao passo que outros escolhem pessoas de cultura, história de vida e familiar oposta a sua. Estas regras opostas que parecem reger a escolha do cônjuge são chamadas por Miermont (1994) de homogamia “o semelhante atrai o semelhante” e heterogamia “os opostos se atraem”.

Segundo Eiguer (apud MIERMONT, 1994), a escolha do parceiro é um organizador das relações familiares. Neste sentido, Angelo (1995, p.49) acredita que “quanto menos elementos conflitantes não-resolvidos tiver a família de origem, tanto mais “livre” é a escolha do parceiro, no sentido de que as obrigações, as proibições, a necessidade de se ligar a um “determinado” tipo de parceiro são muito menos prementes”.

Existem outros motivos que levam as pessoas a se interessar e a escolher o seu companheiro. Além da bagagem herdada da família de origem, e da sua própria história, a escolha de um parceiro sofre outras influências como, por exemplo, o momento do ciclo de vida, o contexto e o tempo em que ocorre o encontro e o relacionamento. Sendo assim, para Angelo (1995), a estrutura que leva o indivíduo à escolha do parceiro pode ser modificada ao longo do tempo.

Inúmeras variáveis conscientes e inconscientes influenciam no processo de escolha do parceiro, como atração física, projeções, família de origem, momento do ciclo de vida, entre outros. No entanto, para Bowen (1991) os indivíduos escolhem seus parceiros com equivalente nível de maturidade, ou seja, com mesmo grau de diferenciação de si.

O casamento é, em geral, uma aliança entre dois parceiros que partilham o mesmo nível de diferenciação. Quanto mais baixo for o nível, mais fusional será o casal e mais a relação correrá o risco de ser patológica. A patologia do casal manifesta-se sob a forma de conflitos insolúveis e costuma traduzir-se pela presença de sintomas em um dos parceiros. (BOWEN apud MIERMONT, 1994, p.121).

Pincus & Dare (1981) apontam como primeiro princípio do seu estudo sobre o casamento, o fato de que, assim como na escolha do parceiro, as motivações que levam as pessoas ao matrimônio são, em geral, inconscientes. Além disso, afirmam que quando se questiona diretamente a um casal o motivo pelo qual escolheu aquela pessoa para se casar, raramente é possível obter qualquer razão convincente sobre o porquê da escolha, ou a natureza do casamento.

Quando duas pessoas optam pela união matrimonial, juntam duas vidas com diferentes culturas, crenças, histórias familiares. No entanto, faz parte do desafio do casamento fazer que ambos consigam aprender e conviver com toda essa bagagem do seu par e, ao longo da relação, constituir os valores, crenças e histórias desta nova família. É fundamental que o casal consiga olhar para estas individualidades, e “selecionar” o que poderão reaproveitar para fazer parte do *nós*, e o que não lhes cabem mais. É o que Pontes (2006) denomina de ‘a carne do casal’, definido pelo conjunto de fatores que ligam os cônjuges, embora ambos sejam capazes de manter seus contornos individuais. Para isso, é importante que o casal tenha a sua privacidade, e o seu espaço físico que lhes dê liberdade para se adaptar à nova situação.

A formação de um casal consiste em uma fase de adaptação mútua, o que consiste no “desenvolvimento de regras sobre proximidade conjugal, sobre padrões de colaboração nos afazeres domésticos, frequência com que se faz sexo, estabelecimento de fronteiras ou limites com parentes e amigos, entre outros”. (DUQUE, 1996, p.79).

O casamento é considerado, por diversos autores (MC GOLDRICK, 1995; CERVENY, 1998; dentre outros), um processo natural no ciclo de vida de uma família em que, teoricamente, ocorre uma separação dos cônjuges de suas famílias de origem, para que possam seguir seus próprios caminhos. Esta situação é nova, não apenas para o novo casal, mas também para as suas famílias que precisam se adaptar à idéia de que o filho, ou a filha já não fazem mais parte do seu núcleo familiar. Esta adaptação é necessária para que as famílias respeitem a privacidade e o território do casal e para que não interfiram demais na vida dos dois.

A identidade conjugal só é possível a partir do momento em que ambos parceiros tenham superado a indiferenciação, e que tenham conquistado algum grau de

separação-individação. Caso contrário, os parceiros manterão a aliança e lealdade com as suas respectivas famílias de origem.

3.2 CONTRATO DE CASAMENTO

É fundamental que as pessoas tenham clareza dos seus objetivos de vida e, se tiver um parceiro, que avalie se é possível realizar seus sonhos, e alcançar seus objetivos ao lado desta pessoa. Para isso, é fundamental que o casal reflita sobre esses aspectos antes de decidir se casar ou, até mesmo, de morar junto.

Para evitar frustrações e conflitos, é de suma importância, que ambos os cônjuges tenham consciência do que cada um está disposto a fazer pela relação. Sendo assim, torna-se essencial um diálogo aberto entre as partes, estabelecendo um “contrato” em que fique claro o que cada um quer do outro, e o que pode dar de si.

A função deste contrato é que ambos os cônjuges conheçam melhor as expectativas e a disponibilidade do parceiro para que possam, desde o começo, evitar os erros que poderiam vir a comprometer a relação. No entanto, este contrato não pode ser visto como fixo, uma vez que as necessidades das partes podem mudar com o tempo.

É comum que este contrato sofra alguns boicotes, os quais nem sempre são conscientes. Apesar de aparentemente saberem o que querem do parceiro e o que querem ser, muitas vezes não conseguem se mostrar como realmente são.

Durante a fase da paixão, segundo Menghi (1995), o ser humano passa por uma limitação da consciência. Nesta fase, as pessoas procuram valorizar aquilo que acham que tem de melhor para oferecer. Às vezes, o outro aprecia mais algo diferente, surpreendendo o parceiro. No entanto, como o desejo é o de agradar ao outro, isso faz com que cada um tenha que refazer a imagem que tem de si, passando a conhecer uma nova imagem, não mais verdadeira, porém diferente.

Com o passar do tempo e com a rotina, “volta o funcionamento psíquico habitual, permitindo que a antiga estrutura venha à tona e comece a se chocar,

justamente, com os aspectos que no começo atraíam inconscientemente”. Torna-se necessário ampliar a realidade psíquica dos indivíduos, e é neste momento que surge o amor. (MENGGHI, 1995, p.62).

Ou seja, durante a fase da paixão, os indivíduos precisam atrair o outro, e ser atraído para acreditar em uma harmonia absoluta, “voar” e se entregar na relação. Uma vez envolvidos, torna-se mais fácil descer do “vôo”, resgatar a “verdadeira” bagagem e abri-la ao parceiro. Menghi (1995) acredita que os casais que conseguem chegar a esta segunda fase, a do amor, e conseguem “se acertar”, têm maiores condições de enfrentar, sem perigo, o desconhecido que existe dentro de si, e sobreviver ao que for descobrindo.

Segundo Haley (apud MIERMONT, 1994), os casais vivem de acordo com regras estabelecidas no início do casamento, e estas regras devem ser flexíveis e permitir a evolução e a mudança. O autor distingue estas regras em: - regras explícitas: definidas em comum acordo pelos cônjuges (contrato consciente); - regras implícitas: não são verbalizadas, mas produzem efeito metacomunicativos (contrato pré-consciente); - regras de transações: negadas pelo casal, mas evidentes ao observador (contrato inconsciente).

Pincus & Dare (1981) afirmam que nos relacionamentos duradouros, geralmente existe uma reciprocidade e complementaridade das necessidades, dos anseios e medos existentes na vida do casal. Isso faz parte do acordo inconsciente realizado entre os cônjuges, o qual os autores chamam de contrato secreto, ou não escrito, do casamento. Segundo os autores, processos como o de projeção e de identificação são parte integral deste acordo e tem sua origem nos relacionamentos da infância os quais são responsáveis por grande parte dos anseios e dos medos inconscientes presentes na vida conjugal.

Eu tentarei ser algumas das coisas mais importantes que você quer de mim, ainda que algumas delas sejam impossíveis, contraditórias e loucas, desde que você seja para mim algumas das coisas impossíveis, contraditórias e loucas que eu quero que você seja. Não precisamos contar um ao outro o que estas coisas são, mas ficaremos zangados, aborrecidos ou deprimidos se não formos fiéis a isso. (PINCUS & DARE, 1981, p.40)

Existem, também, relações nas quais pessoas boicotam conscientemente, fingindo ser o que não são; prometendo ao outro mais do que poderão lhe oferecer;

fingindo aceitar para convencer o outro a casar-se ou, até mesmo casando com a esperança de mudar o outro depois do casamento. No entanto, no decorrer do casamento acabam se frustrando ao perceberem que as coisas funcionaram diferentes de como imaginou.

Isso é comum, por exemplo, em relações das quais ouvimos falar “os opostos se atraem”. Os parceiros camuflam algumas características por perceberem que o outro pensa diferente “e acabam optando por uma pretensa renúncia, ao invés de lidar com os seus sentimentos e comunicá-los ao outro”. (FERREIRA-SANTOS, 2007, p.61). Ou seja, optam por renunciar a sua vontade para preservar o casamento, e não imaginam o quanto estas renúncias podem se transformar em conflitos conjugais a longo prazo.

Quando ambos os parceiros assumem o casamento de forma comprometida, mantêm uma relação afetiva-sexual, e compartilham das responsabilidades e dos projetos de vida, tem maior chance de conseguir manter uma via de comunicação aberta e livre de cobranças, ofensas e pré-conceitos. Assim, é possível conversar e chegar a um consenso em relação aos seus planos, tais como se terão filhos, quantos, se priorizarão comprar uma casa, um carro ou viajar.

Os cônjuges devem estar sempre atentos para respeitar as necessidades de ficar sozinho e ter este mesmo cuidado com o parceiro. Por meio deste contrato, o casal pode administrar e conciliar as necessidades de individualidade e comunidade, que varia entre os seres humanos, e que, segundo Ferreira-Santos (2007), é essencial para que se tenha uma vida emocional satisfatória.

Este acordo entre o casal torna-se mais fácil quando ambos os cônjuges conseguem manter uma relação íntima, mostrando-se ao outro exatamente como é, além de poder compartilhar tanto as coisas boas quanto as ruins com o parceiro, sem precisar se anular diante das necessidades do outro.

Muitas pessoas deixam de se relacionar com amigos, familiares, ou deixam até mesmo de trabalhar ou estudar para agradar, ou atender as vontades do parceiro. Geralmente, pessoas com baixo grau de diferenciação, declinam dos seus projetos de vida, por desestímulo ou impedimento do cônjuge e, com isso, perdem a sua individualidade. Essas situações podem comprometer o desenvolvimento do indivíduo tanto no campo emocional, quanto no social, físico, financeiro, profissional etc.

Um exemplo deste comprometimento no campo emocional é o que ocorre com o ciúme. As pessoas ciumentas geralmente são inseguras e apresentam uma baixa auto-estima. A auto-estima das pessoas é construída ao longo da vida. Quanto mais um indivíduo buscar realizar as suas potencialidades e, assim, sentir-se mais completo e mais satisfeito consigo, mais diferenciado estará e menos dependente e ciumento do outro se sentirá. No entanto, se o indivíduo se anular, renunciar aos seus sonhos e aos seus objetivos e colocar a sua felicidade como responsabilidade do cônjuge, mais ciumento este tenderá a ser.

Além desses comprometimentos, essas pessoas também podem se prejudicar a longo prazo, pois se o casamento não for bem sucedido, encontrarão maior dificuldade para voltar ao mercado de trabalho e, também, para retomar a relação com seus amigos.

Se os parceiros se esforçarem para respeitar suas necessidades mútuas de individualidade, o relacionamento poderá ser, em vez de uma prisão, um “espaço” no qual ambos possam trocar e compartilhar experiências, e se estimularem, reciprocamente, a realizar sonhos, projetos... (FERREIRA-SANTOS, 2007, p.34).

Assim, se pode afirmar que não é por compartilhar uma vida em comum com um parceiro, que o ser humano perde a sua individualidade. Porém, deve-se cuidar para não ser arrastado pelo ritmo do cônjuge a ponto de abrir mão das suas individualidades, como suas verdades, valores e projetos.

Ferreira-Santos (2007) denomina de “caderneta de poupança psíquica” o local onde as pessoas depositam suas renúncias, ou seja, tudo o que sacrificam da sua vida pelo cônjuge, por exemplo, a faculdade que não fez, a oferta de trabalho que não foi aceita para cuidar dos filhos, as traições que teve que suportar, o futebol que precisou deixar de lado. Segundo o autor, as pessoas fazem isso acreditando (consciente ou inconscientemente) que poderão trocar essas “moedas psíquicas” por qualquer coisa quando precisarem. No entanto, isso nem sempre acontece.

Essa falsa doação, que na verdade é um empréstimo, é um grande erro que acontece em muitas relações. Se uma pessoa aceita fazer esse tipo de pacto, acaba perdendo a sua individualidade, as suas características próprias. E não está fazendo isso porque é boa. Na verdade, ela se sacrifica porque quer e para obter algum tipo de benefício para si própria. (FERREIRA-SANTOS, 2007, p.35).

A partir do momento em que alguém espera ter ganhos com essa “poupança psíquica”, corre riscos de se frustrar, pois tem grandes chances de, quando for cobrar o que deseja do outro, perceber que esta dívida, na verdade, não existe.

É comum, também, percebermos nos relacionamentos situações nas quais os cônjuges esperam que o outro saiba exatamente como deve agir para agradá-lo. Como na maioria das vezes isso não acontece, acaba provocando inúmeras brigas e discussões entre o casal. O cônjuge que esperava que o outro agisse de uma determinada forma fica chateado, e se sente traído, enquanto o outro nem sabe o que fez para provocar tal reação, o que pode complicar a relação.

Framo (1985) afirma que as agendas secretas do casamento desafiam a realidade, uma vez que as pessoas se comportam como se o cônjuge fosse o grande responsável e lhe devesse felicidade absoluta. Ou até mesmo, acreditam que é possível viver com ou sem o parceiro sem problemas, sem dificuldades e sem sofrimento, casando, assim, com uma imagem idealizada do outro, com uma ilusão.

Outro fator importante no casamento, e que requer respeito ao ritmo do parceiro, é o perdão. Muitas religiões pregam o perdão incondicional e imediato de forma que o indivíduo sequer possa sentir raiva. No entanto, além de machucar psicologicamente, o resultado pode ser justamente o contrário, provocando aumento da raiva, ressentimentos, que vão aos poucos deteriorando o casamento. O verdadeiro, ou possível, perdão, decorre de um processo que demanda tempo, no qual o indivíduo precisa elaborar o sofrimento e a decepção causada pelo parceiro.

Todo ser humano deve procurar ter clareza dos seus valores, limites, vontades, projetos de vida, princípios, para que possa saber como agir em situações de perdão e renúncia. Somente quando o indivíduo tem esse autoconhecimento é que ele poderá determinar por si, quando deve perdoar ao outro, ou até mesmo renunciar algo. “Essa não é uma conduta fácil de se ter, pois exige reflexão, assertividade, maturidade... É, contudo, um exercício possível de fazermos ao longo da vida, diante dos desafios que esta nos traz”. (FERREIRA-SANTOS, 2007, p.63).

3.3 DESENVOLVIMENTO DO VÍNCULO

Quando duas pessoas se casam, elas passam a buscar uma identidade conjugal e, para isso, é preciso um período de adaptação logo após o casamento. Para que isso ocorra, os dois precisam se dedicar com muita força de vontade e tolerância, “pois se trata do estabelecimento de metas que darão suporte necessário ao equilíbrio entre as diversas redes sociais que compõe o universo do casal, principalmente as famílias de origem, grupo de amigos e de trabalho”. (MARUM, 2006, p.176).

Tornar-se um casal é uma tarefa difícil e complexa, que envolve aspectos emocionais e implica a realização de inúmeras escolhas e renúncias de cada um dos parceiros. Penso que quanto mais a pessoa possa encontrar-se primeiro consigo mesma, maiores serão as possibilidades de ela se encontrar com o outro. No encontro, compartilhamos as semelhanças, as diferenças, buscando sempre, na relação, um excitar constante. (MARUM, 2006, p.176)

Ao longo da vida de um casal, existem algumas áreas possíveis de conflito, em que se concentram as queixas à regulação da intimidade do casal. A autora chama a atenção sobre a necessidade do casal de conseguir manter uma intimidade na área sexual, uma vez que o sexo é um dos principais motivos de queixa entre os casais. (MONTORO, 2006).

Outro conflito comum diz respeito ao relacionamento com a família de origem, sendo comum que cada cônjuge lute para não ser sugado pelo sistema de valores da família do seu parceiro - esses problemas costumam ser mais sérios no início da vida conjugal. Montoro aponta também como variável importante nos conflitos conjugais, o momento do ciclo vital do casal e a relação entre apoio instrumental (ajuda prática) e apoio emocional (ajuda emocional) estabelecido pelos cônjuges.

Na teoria sistêmica, a família, ou o casal, é vista como uma totalidade, na qual analisar os seus membros individualmente, não é o suficiente para explicar o comportamento de todos os outros membros (MENEZES & RAUPP, 2007). Desta forma, quando se estuda questões familiares, é de suma importância analisar a transgeracionalidade. Wagner e Falcke (2005) referem-se à transgeracionalidade como o

resgate dos conteúdos que acompanham a história familiar e se mantêm ao longo das gerações.

É comum, ao analisar as famílias bem como os casais, encontrar padrões de comportamentos, crenças e valores que vêm sendo repetidos ao longo das gerações. Groisman (apud MENEZES & RAUPP, 2007, p.59) diz que “o hoje é o ontem com outro cenário, outra roupagem, outros personagens, só que a essência é a mesma”.

Menezes & Raupp (2007) afirmam que as experiências vividas desde a infância com figuras significativas da família vão sendo arquivadas no inconsciente e, sem que o indivíduo perceba, influenciam nas suas decisões e nas suas escolhas afetivas, sexuais, profissionais etc. Andolfi & Angelo (1985) acreditam que o indivíduo constrói a sua forma de se relacionar com um parceiro, tomando por base o modelo de relacionamento dos seus pais, seja reproduzindo ou optando por fazer diferente ao que lhe foi apresentado pela sua família.

Pode-se observar a transmissão de outras características entre as gerações, além dos estilos relacionais citados anteriormente, como os mitos familiares, papéis sociais, noções de gêneros, triangulação, lealdades, atribuição de mandatos, alianças etc.

O mito familiar pode ser compreendido como uma forma de visão de mundo na qual cada indivíduo, da sua maneira, configura a sua experiência de vida e desenvolve ações correspondentes baseadas em normas e valores transmitidas de geração para geração como, por exemplo, os papéis sociais e noções de gênero. “A relação de consangüinidade e os laços parentais são reforçados pelos mesmos, que imprimem um sentido de coesão pelo pertencimento a uma história comum e o desenvolvimento de rituais familiares através do tempo”. (GOMES apud VERAS, 2009, p.24).

O papel social é um conjunto de comportamentos esperados por outras pessoas que pertencem a mesma unidade social, definindo uma “zona de obrigações e de limitações correlativas a uma zona de autonomia condicional”. (BOUDON & BOURRICAUD apud MIERMONT, 1994, p.423). Miermont (1994) afirma que na dinâmica da interação familiar, cada papel será a expressão das demandas e expectativas da família a cada membro desta

Quando são consideradas atitudes e comportamentos interpessoais específicos, e padrões gerais de interação social característicos de homens e de mulheres, estaremos nos referindo ao conceito de gênero. Falcke, Fleck & Hackner (2005) o definem como uma série de funções e comportamentos, prescritos pela sociedade e pela estrutura familiar, para homens e mulheres, como próprias ou naturais de seus respectivos gêneros. Neste sentido, “a maneira como os pais educam seus filhos, os valores que lhes são transmitidos, seja sobre o que é ser homem e/ou ser mulher, assim como a forma como a sociedade define esses papéis, são fatores importantes na formação de gênero”. (SERPA, 2010, p.15).

A triangulação, para Andolfi (1996), consiste em uma estrutura relacional formada por três pessoas, e que é considerada a unidade mínima de observação. Este fenômeno pode impedir que o indivíduo desenvolva a sua autonomia, e a sua capacidade de tomar suas decisões com base nos seus critérios. Segundo Guerin (et al, 1996), a triangulação permite centrar os problemas e os ressentimentos em um terceiro (pessoa ou não), mantendo a ilusão de que este, é o único responsável pelos seus problemas.

Entende-se por lealdades a relação de confiança entre indivíduos por um objeto de lealdade. Sendo assim, para ser um membro leal de um grupo, é preciso que cada indivíduo interiorize a possibilidade de assumir determinadas atitudes, para poder cumprir os mandatos interiorizados (atribuição de mandatos). O indivíduo pode agir obedecendo ao mandato das expectativas do grupo, ou aquilo que acredita ser uma obrigação interiorizada.

Segundo Lehmkuhl (2008, p.35), “as obrigações éticas de lealdade estão vinculadas aos sentimentos de dever, igualdade e justiça dos membros comprometidos com esta lealdade.” Sendo assim, “o não cumprimento das obrigações de lealdade provoca sentimentos de culpabilidade existencial, que constituem um sistema de forças reguladoras secundárias que intervêm na homeostase do sistema familiar”. (MIERMONT, 1994, p.348). Para este mesmo autor, a natureza das obrigações de cada membro da família irá depender das suas disposições emocionais e da sua posição no “grande livro da família”, definido por ele como um livro de contabilidade, mantida por todas famílias, do que cada membro deve dar, e o que pode esperar receber.

As alianças também são transmitidas ao longo das gerações e, segundo Wendt (2006, p.26), “embora o termo aliança suscite interações positivas, trata-se de uma ligação baseada nas lealdades invisíveis que também interferem no processo de diferenciação, porém em menor grau que o superenvolvimento”.

Bolby (1989) tem como uma das suas propostas a de que todos os seres humanos criam modelos mentais da vida social, que definem o que pode esperar de si mesmo (auto-imagem), do outro e das relações interpessoais. Esses modelos são construídos por meio dos relacionamentos com as pessoas mais importantes na vida da criança, que lhe deram cuidados e proteção. O autor explica este fenômeno através a Teoria do Apego.

Entre os conceitos mais importantes da Teoria do Apego está o de Base Segura, conceito relacional e sistêmico, que Holmes (apud Montoro, 2006) definiu como o objeto de apego, ou seja, a figura cuidadora que disponível à criança sempre que essa se sinta ameaçada, ansiosa ou doente, capaz de prover, em maior ou menor grau, a proteção e o conforto solicitados pela criança. O conceito foi ampliado, pois “percebeu-se que a experiência de Base Segura funciona também como um vínculo internalizado a partir do qual se pode explorar o mundo e suas possibilidades, porque em caso de necessidade tem-se a quem recorrer”. (p.121).

Holmes (apud Montoro) descreve a experiência de Base Segura como englobando, pelo menos, três aspectos: - um conjunto de comportamentos (choro, medo, olhar, buscar proximidade) ativados por uma sensação de ameaça interna ou externa (dor, medo, percepção da falta de disponibilidade da figura de apego); - as respostas dadas pela Figura de Apego (sensibilidade, sintonia, confiabilidade, capacidade de considerar a dimensão psíquica do outro); - e um estado psicofisiológico, que seria o resultado final da interação dos dois primeiros aspectos citados (sensações como relaxamento, proximidade, segurança, ou até mesmo pensamentos como “agora está tudo bem”).

As primeiras, e mais importantes, experiências de formas de amar são aprendidas com os pais, ou com quem exerce a função de cuidador; depois, outras pessoas próximas que passam segurança (avó, tio, professor); e, mais tarde, quando o indivíduo passa a se relacionar, os parceiros tornam-se objeto tanto do apego quanto do amor romântico sexual. Sendo assim, “toda a simbologia das relações interpessoais está,

até certo ponto, influenciada pelos padrões de apego desenvolvidos na infância”. (MONTORO, 2006, p.122). No entanto, “até o fim da vida, o ser humano é capaz de criar novos significados e novas narrativas para sua existência, e com isso se torna capaz de transformar emoções, sentimentos e ações”. (p.135).

Em um casal, a experiência de Base Segura entre os cônjuges é semelhante à da criança e da figura de apego. No entanto, a diferença é que, no adulto, ambos os cônjuges são responsáveis pelo papel de base segura um do outro.

Diversos estudiosos (BARTHOLOMEW, 1990; BERMAN; MARCUS; BERMAN, 1994; FEENEY, 2003; KOBAK; HAZAN, 1991; SHAVER; HAZAN; BRADSHAW, 1988; SIMPSON, 1990 apud MONTORO, 2006) têm pesquisado a existência de “Padrões de Amor Romântico Adulto” e classificaram esses padrões da seguinte forma: padrão seguro e padrão inseguro. No padrão seguro (apego seguro) há sentimentos de confiança no vínculo, o indivíduo acredita ser merecedor do amor do outro, capaz de conseguir apoio e conforto quando precisar, e percebe o outro como psicologicamente receptivo. Enquanto no padrão inseguro (apego evitador e apego ansioso ambivalente) existe uma antecipação de rejeição por parte das figuras de apego, e auto-imagem com baixa auto-estima, e pouca capacidade para conseguir apoio e atenção quando sente necessidade.

No apego ansioso ambivalente, o indivíduo acredita que a pessoa amada deve ser inconsistente, não confiável e, ora disponível, ora indisponível, o que lhe provoca dúvidas em relação ao que pode acreditar, inseguranças quanto a intensidade do vínculo e necessidade de permanecer sempre alerta. No apego evitador, o sujeito pressupõe que sempre haverá a rejeição e a não disponibilidade da figura amada. Este indivíduo não acredita poder ser amado, e nem ser merecedor da admiração alheia. Sendo assim, ele evita a procura de intimidade como forma de se proteger da rejeição.

Bowlby (1989) define como determinante as referências que o indivíduo tem de relacionamentos, na sua construção de significados para o mundo. Ou seja, ser humano carrega, na sua bagagem, um modelo de apego, “entendido como relação significativa com adulto significativo, que se caracteriza por busca de aproximação, quando em situação de tensão e protesto na ausência”. (Montoro apud COLOMBO, 2006, p.36).

Na terapia de família e de casal, busca-se, por meio de uma comunicação aberta, revisar e atualizar os modelos mentais de padrão amoroso. Casais com um padrão de relacionamento seguro tendem a permitir uma comunicação aberta, mesmo sobre assuntos desagradáveis visando, sempre, uma melhor regulação da intimidade.

Bowlby (1989) por diversas vezes enfatizou a importância e a emergência de processos de revisão de modelos mentais, até mesmo na vida adulta. Nesses casos, os modelos representacionais precisam ser alterados para incorporar novas informações sobre o *self* e o outro. Bowlby referia-se a esses processos de acomodação como revisão ou atualização (*updating*) dos modelos representacionais da realidade. Esse conceito corresponde aproximadamente à construção de uma nova narrativa. (MONTORO, 2006, p.138).

No entanto, casais com padrão inseguro, acreditam que falar sobre as suas dificuldades e demonstrar emoções negativas, não é a melhor forma de resolver seus problemas. Essas pessoas, geralmente, mantêm um padrão de comunicação que impedem ou dificultam a revisão dos seus modelos mentais, funcionando como alguém que se direciona por meio de um mapa antigo, com graves distorções, sendo assim, a sua capacidade de adaptação fica comprometida. Quando as pessoas têm dificuldade de expor suas frustrações ou problemas, e também quando o sofrimento passa a ser apresentado por uma linguagem não verbal, “as frustrações e as situações dolorosas podem paralisar o indivíduo e o casal”. (PONTES, 2006, p.60).

3.4 PROCESSO DE TERAPIA CONJUGAL

Em razão da complexidade relacional do casal, muitas vezes passa despercebido pelas pessoas, que a crise de um dos parceiros é, na verdade, um problema a ser encarado por ambos. Afinal, a relação de casal é dinâmica, e está sempre em uma contínua construção tanto da relação a dois, quanto como indivíduos. Para isso, muitas vezes é necessário “abrir espaço para um pedido de ajuda e, também, oportunidade para que surjam possíveis modificações de atitude: aceitar, decidir, ressignificar, negociar”. (PONTES, 2006, p.56).

A partir do ângulo sistêmico, o terapeuta de casal privilegia o estudo das interações entre membros do par, mais do que as especificidades de cada um dos parceiros. Cada conduta é analisada em função da sua repercussão na dinâmica conjugal e sobre o ecossistema no qual está inscrito o casal. (MIERMONT, 1994, p.121).

Quando o casal encara o problema de um, como um problema de ambos, estes tomam consciência da influência que têm um na vida do outro. Assim, a tendência é que o parceiro que está em crise perceba no outro, e no casal em si, forças para agir a favor da mudança como, por exemplo, a decisão em procurar uma terapia conjugal. A terapia de casal “promove a oportunidade de o cônjuge compartilhar com o outro o significado de sua depressão e suas angústias, situações muitas vezes evitadas anteriormente, sem a presença de um interlocutor”. (FRÁGUAS, 2006, p.195).

HALEY (apud MIERMONT, 1994) aconselha terapia conjunta do casal nas seguintes situações: quando um dos cônjuges apresenta uma sintomatologia que não é possível ser tratada fora do contexto conjugal; quando o parceiro é inapto a realizar uma terapia individual, devido à pobreza das informações apresentadas; quando o casal está em período de crise; quando os sintomas de um dos parceiros coincidem com situações de conflito do casal; quando a cura de um dos cônjuges tem chances de provocar o surgimento de sintomas no outro, ou uma mudança tão grande que torna inevitável o divórcio.

A terapia de casal não pode ser vista como uma terapia individual de um dos cônjuges com a presença do outro. Segundo Caillé (1994), a terapia conjugal é uma intervenção na relação do casal com a presença de ambos que são, ao mesmo tempo, criadoras e criaturas da relação. No entanto, se o trabalho for realizado com apenas um dos membros do casal, “o outro pode, sem querer, continuar a reforçar a construção que o terapeuta tenta tornar menos rígida”. (ELKAÏM, 2008, p.105).

Geralmente, um casal procura terapia quando se encontra em conflito, ou quando existe uma insatisfação com a vida conjugal, seja por dificuldade na regulação da intimidade, disputa pelo poder, ciúmes, traição de um dos cônjuges, insatisfação sexual. (MONTORO, 2006).

O conflito conjugal está entre os principais estressores na vida do ser humano, sendo capaz de desencadear a depressão, além de ser considerado responsável por recaídas e recidivas. Sendo assim, a procura por terapia de casal, visando uma melhor qualidade de vida, principalmente nos momentos de crise, vem crescendo. A terapia de casal vem se apresentando como um importante instrumento capaz de auxiliar no tratamento de quadros de depressão e, às vezes, pode ser mais eficaz que a própria medicação. (FRÁGUAS, 2006).

Muitos casais chegam à terapia com um discurso repetitivo, e o terapeuta pode perceber a existência de algumas palavras “mágicas”, capazes de provocar uma seqüência de discussões e ofensas. Neste caso, a função do terapeuta é modificar esse funcionamento, ou seja, “construir uma coreografia com novas seqüências relacionais nas quais os recursos individuais e daquela relação possam ser utilizados”. (COLOMBO, 2006, p.18). Ou, ainda, o terapeuta deve ajudar na “ampliação da percepção do par, para criar novas formas de adaptação”. (PONTES, 2006, p.59).

O terapeuta que adota o pensamento sistêmico não age como um *expert*, que define as verdades e o caminho que o casal deverá seguir. Age como participante ativo em uma conversa que, mediante seus conhecimentos e habilidades, construirá melhores caminhos para o crescimento, juntamente com o cliente. Para Elkaïm (2008), a psicoterapia é uma experiência por meio da qual o indivíduo se abre para possibilidades que não se tinha acesso. E o terapeuta irá abrir este caminho por meio dos recursos terapêuticos oferecidos pelo próprio casal.

A terapia de casal e de família tem como função ajudar o cliente a revisar os seus modelos de funcionamento do mundo e do *self*. Por isso, o terapeuta busca promover uma comunicação aberta entre os membros, para entender a opinião individual a respeito dos assuntos importantes para o casal, ou para a família.

É por meio desta comunicação aberta, que o terapeuta irá co-construir com o casal, alternativas, seja para darem continuidade a um projeto de vida juntos, ou separados. Por isso, é necessário criar um espaço terapêutico colaborativo e reflexivo, no qual os cônjuges se sintam à vontade para abrir as bagagens que trouxeram para o casamento, bem como externalizar seus pensamentos, e auxiliar o casal a estabelecer uma boa comunicação. Somente assim, torna-se possível construir novos espaços

relacionais e novos contratos a respeito da rotina do casal, podendo incluir discussões a respeito do uso do dinheiro, frequência sexual, colaboração nos cuidados da casa e dos filhos, com o que e como empregar o tempo livre, dentre outros.

O espaço terapêutico de atendimento a casais é o terreno, onde novas histórias podem ser escritas, negociando-se o lugar que cada um ocupa, para que legitimados na sua singularidade, ambos possam fazer um pacto de parceria ou de separação. É o espaço, onde amadurece a dança entre autonomia e fusão, individualidade e pertencimento. (COLOMBO, 2006, p.41).

Muitos terapeutas sistêmicos consideram desnecessário explorar o passado dos membros do casal, e os significados ocultos (SOAR apud DUQUE, 2005), e acreditam ser o suficiente focar a ação terapêutica no aqui e agora. No entanto, isso pode fazer com que o terapeuta deixe de identificar dados importantes que enriqueceriam o trabalho terapêutico.

O terapeuta pode transformar suas intervenções quando trabalha *analiticamente* dentro do sistema, associando à compreensão sistêmica a leitura psicodinâmica de fenômenos, tais como repressão, negação, introjeção, projeção, entre outros, utilizando-os como recursos para melhor *compreender* o jogo interacional. (DUQUE, 2005, p.87).

Sendo assim, além de trabalhar com o casal os aspectos conscientes do contrato estabelecido por eles, para que possam reavaliar e renegociar as regras com o objetivo de estabelecer uma relação mais satisfatória para o casal, o terapeuta deve estar atento aos conteúdos inconscientes. Como, por exemplo, procurar compreender o “jogo de projeções” que, segundo Duque (2005, p.88) “fornece uma perspectiva de compreensão que desculpabiliza os envolvidos no conflito: não se comportam de modo diferente porque não possuem em seus repertórios um modelo de aprendizagem que forneça esta possibilidade”.

Nesses casos, o fazem, não somente por estarem um contra o outro, mas também porque um cônjuge desperta no outro sentimentos e reações antigos, com os quais não soube ou não pôde lidar e teve que *esquecer* ou *não sentir* para poder sobreviver em seu meio familiar. (DUQUE, 2005, p.88).

É fundamental que o casal compreenda que o parceiro, não é o grande responsável pela sua infelicidade, ou pela crise em que se encontram. Ambos cônjuges

carregam, em si, imagens projetadas de figuras do passado no outro, acreditando que este deve realizar as expectativas e necessidades, como carência, culpa, rejeição, entre outras faltas do passado.

Ou seja, muitas pessoas se casam com imagens idealizadas do cônjuge e acreditam que é função, e dever exclusivo, deste, lhe proporcionar felicidade. Pincus & Dare (1981) afirmam que o objetivo consciente que faz grande parte das pessoas se casar, é de tentar encontrar a felicidade e o conforto, e não de resolver conflitos. No entanto, os autores consideram o casamento valioso exatamente pelo “potencial que o casamento oferece para o desenvolvimento da personalidade, e na ajuda de problemas emocionais passados”. (p.35).

Da mesma forma, Mengui (1995) acredita que as relações disfuncionais entre um casal são uma forma de tentar resolver condições disfuncionais precedentes. Por este motivo, o autor afirma não ser conveniente rotular os casais como mais “sadio” ou “patológico”, mas questionar se a relação do casal apresenta alguma utilidade para o desenvolvimento psíquico e para a evolução de ambos os parceiros.

O terapeuta deve perceber os comportamentos “errados” do casal como um “acordo subjacente, uma solidariedade genuína e testada ao longo do tempo, que se manifesta de modo incongruente”. (ANDOLFI, 1995, p.112). E é essa solidariedade que precisa ser desvendada pelo terapeuta, ao mesmo tempo em que deve ajudar o casal a perceber que a tensão da crise conjugal deve ser deslocada. Em suma, fazer que o casal se conscientize que os problemas não estão no outro, mas nas relações desde a relação do casal, até nas relações com a família de origem e com os filhos.

Uma vez que os problemas do casal podem ter influência dos padrões relacionais das suas famílias, é de suma importância que o terapeuta investigue, com o casal, a transgeracionalidade, ou seja, as repetições que vem sendo passadas ao longo das gerações. Esses valores, que são transmitidos pelas famílias de origem, podem tanto ajudar um indivíduo ao longo da sua vida, como também podem impedir o desenvolvimento de relações familiares saudáveis, isso dependerá dos modelos que forem transmitidos. Junto com os valores, são transmitidos tanto os seus benefícios quanto seus malefícios. Na terapia de casal:

Torna-se possível perceber as semelhanças e diferenças existentes entre os sistemas familiares de origem dos membros do casal e da família por eles formada. Para que haja mudança é fundamental que os membros do casal examinem se estão presos a algum código de lealdade de suas famílias de origem e que movimento permitirá encontrar uma porta de saída legitimada pelos autores da história da qual fazem parte. (MATTOS, 2006, p.85)

Nagy (apud DUQUE, 2005) acredita que explorar os riscos da mudança permite ao terapeuta acessar a lógica interna do casal ou da família, desvendando as lealdades e fidelidades transgeracionais, e as realidades construídas sobre imagens do passado. É válido acrescentar que os padrões interacionais multigeracionais nem sempre são problemas. Estas repetições são prejudiciais a partir do momento em que impedem que o indivíduo se desenvolva ou que torne a família disfuncional.

Com base nesta conscientização da influência transgeracional, o casal segue para a construção de um novo vínculo, porém agora, com um maior conhecimento sobre as suas histórias, seu contrato secreto de casamento, e suas bagagens acerca das famílias de origem, ou da família extensa.

O estudo da transgeracionalidade é tão importante, que um dos aspectos fundamentais da formação de um terapeuta de família é o desenvolvimento e o conhecimento do seu *self*. É fundamental que o terapeuta tenha passado por um processo de identificação dos padrões predominantes e de repetição na sua família. Isso se faz necessário para que ele possa ter consciência das possíveis dificuldades e facilidades que pode encontrar durante o seu trabalho ao observar a transgeracionalidade nas famílias. Com o conhecimento dos seus padrões familiares, bem como as crenças, valores, conflitos, segredos, lealdades, torna-se mais fácil para o terapeuta a auto-avaliação das suas reações e sentimentos durante o processo terapêutico com seus clientes.

Outra situação comum na terapia conjugal, é a queixa de que o cônjuge reagiu de forma exagerada a uma determinada situação, fazendo uma ‘tempestade em copo d’água’. Segundo Elkaïm (2008, p.110), essas situações ocorrem “pelo despertar de um elemento adormecido que permaneceu inofensivo talvez por muito tempo, mas que, devido ao imprevisto de uma situação, encontra toda a sua virulência”.

Elkaïm (2008) questiona “como compreender o que o indivíduo não compreende, mas que tem sentido para o seu parceiro?”, se, muitas vezes, nem mesmo o seu parceiro consegue explicar o motivo da sua reação. No entanto, o que se sabe é que foi tocado em algum ponto importante, que é justificado pela reação desproporcional. O autor relata ser fundamental que o cônjuge não só ouça o que o parceiro tem a dizer (mesmo não compreendendo), mas que também não desqualifique (mesmo que de forma imperceptível ao outro) a mensagem enviada.

Por este motivo, entre outros, o terapeuta de casal não pode dar-se por satisfeito com os conteúdos do contrato consciente do casal. É fundamental que se investigue os motivos inconscientes dos conflitos, caso contrário, poderá, sem querer, manter a “regra familiar não dita de que as emoções não podem ser expressas por palavras – que o sofrimento deve ser suportado às escondidas e em silêncio”. (DUQUE, 2005, p.89).

A terapia de casal pode melhorar a qualidade de vida de muitos casais, e até mesmo salvar muitos casamentos. Porém, nem todos os casais conseguem resolver os seus problemas ou, pelo menos, os mais importantes, e acabam precisando optar pelo divórcio. Muitas pessoas costumam a aceitar a separação, até mesmo terapeutas de casal, que podem se questionar a respeito da sua competência profissional.

No entanto, é fundamental que se aceite o fato de que, para alguns casais, a melhor alternativa para a solução dos seus problemas é a separação. As separações acontecem quando um dos parceiros, ou ambos, não consegue encontrar, na relação, possibilidade de grandes mudanças, e percebem que a única alternativa de resolver os seus problemas é estar fora do casamento.

Ferreira-Santos (2007), afirma que o fim de um relacionamento, muitas vezes, independe da vontade dos cônjuges, pois não é possível controlar o próprio sentimento, ou seja, acredita que amar, ou gostar de alguém, está além da vontade do ser humano.

O autor apresenta como motivos que podem levar um casal à separação: um crescimento emocional desproporcional entre os cônjuges; prática comum de comunicação perversa e/ou de agressões físicas; escolha precipitada do parceiro; visão excessivamente romântica do casamento; gênios incompatíveis; abandono da relação por um dos cônjuges; ou quando o filho revela as rupturas, pontos de conflitos e as incompatibilidades de um casamento.

Além destes motivos, a impossibilidade de perdão é outro fator comum de aparecer como motivo de separação. O perdão é necessário, não apenas nos casos de traições por relações extraconjugais, mas também nas traições em outros aspectos do contrato. É comum as pessoas guardarem ressentimentos durante anos, até que chegam ao ponto de “tolerância zero”, e a permanência na relação torna-se inviável.

É como se o casamento fosse elástico, que estica e volta, de acordo com as crises, com os problemas, e com a capacidade dos cônjuges de resolver seus conflitos e de perdoar o outro. Durante um tempo, toleram suas insatisfações por causa do amor, dos projetos de vida em comum com cônjuge, pelos filhos, e até mesmo pelo comodismo. No entanto, com o tempo, passa a ser cada vez mais difícil de conviver e tolerar, e o elástico se esgarça, se deforma, e perde sua capacidade de re-unir.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da leitura realizada para o desenvolvimento desta pesquisa, percebeu-se a grande contribuição da teoria sistêmica para a compreensão do casamento, bem como para o tratamento de casais por meio da terapia conjugal.

A contribuição da psicologia sistêmica pôde ser observada desde a escolha do parceiro, uma vez que foi possível identificar diversas variáveis que influenciam nesta escolha, como, por exemplo, as influências transgeracionais da família, projeções, experiências vividas desde a infância com figuras significativas, momento do ciclo de vida, histórico de outras relações afetivas-sexuais etc.

Sendo assim, pode-se afirmar que a escolha do parceiro se ancora em raízes profundas da vida do indivíduo. Ou seja, a escolha não se dá ao acaso, ela é direcionada para satisfazer demandas pessoais, tanto conscientes como inconscientes, para confirmar suas crenças sobre o mundo e sobre si mesmo, além de reeditar vivências do passado, seja para resolver ou para manter o conflito.

Viu-se que é natural que, em um determinado momento do ciclo de vida, o ser humano busque um relacionamento amoroso estável e satisfatório. No casamento, cada um dos parceiros traz uma bagagem com a história pessoal, com valores, crenças, sonhos, medos, projetos de vida. Sendo assim, ao optarem por uma vida em comum, é preciso criar um espaço em comum. Neste espaço, é necessário que possam existir diálogos abertos e sinceros, respeitando sempre as individualidades. Para que, sem perder autonomia, possam carregar uma terceira bagagem: a do casal. Assim, juntos poderão escrever essa história, mesmo com seus medos, sonhos, projetos, etc. Devemos lembrar, sempre, que um casal é formado por três entidades: o Eu, o Tu e o Nós, e quando uma, ou mais, dessas partes é abolida, o casal pode vir a ter problemas.

Ao longo da pesquisa, percebeu-se a necessidade de que cada cônjuge consiga perceber a sua história, as influências da família de origem, e que tenha a capacidade de reconhecer e aceitar as diferenças nas histórias individuais.

O autoconhecimento, o conhecimento do outro são ferramentas preciosas para que o par consiga usar estas experiências de forma saudável, em prol da relação do

casal. Marum (2006) usou como metáfora para representar a compreensão sobre o casamento a dança, pois, assim como uma coreografia, o casamento precisa de muita habilidade do casal. Além disso, é preciso ter muito cuidado com o cônjuge, sincronia, ritmo, e que se execute todos os movimentos de forma delicada. Ou seja, segundo o autor, através da dança torna-se visível a possibilidade de interação e equilíbrio entre a autonomia e a fusão; e a individualidade e o pertencimento.

É comum ouvir casais se queixarem que de nada adianta o esforço para resolver um impasse, pois logo surgem outros, às vezes, ainda maiores. Neste sentido, Elkaïm (2008) faz a comparação com uma barca que precisa de suporte, pois encontra dificuldade para passar por algumas eclusas, até que se torna capaz de dispensar a ajuda, antes necessária. Sendo assim, com o tempo, e com muito trabalho, as pessoas podem perceber seus problemas como “problemas do cotidiano”, pois sabem que existem dentro de si os recursos necessários para resolvê-los.

Não existem casamentos sem conflitos, porém, ao solucionar os seus problemas, o ser humano cresce e se desenvolve. No entanto, para uma vida conjugal saudável é fundamental que o casal se dedique na constituição do seu contrato de casamento, estando atento para não cair nas armadilhas citadas neste trabalho. É importante que o casal mantenha sempre um diálogo aberto, e esteja consciente de que não existe um contrato ideal, pois a vida é imprevisível e instável.

Em resposta ao objetivo principal deste trabalho, de identificar a contribuição da psicologia sistêmica na terapia de casal, pode-se afirmar que os casais têm muito a ganhar ao procurar a terapia conjugal. Os casais podem beneficiar a relação ao explorar, juntos com o seu terapeuta, seus modelos de apego na infância, suas histórias de relacionamento amoroso, com o intuito de entender de que forma aprenderam a amar, e quais as narrativas que guiam a regulação da intimidade. Assim, será possível compreender o que os controla emocionalmente e, com esse autoconhecimento e com o aumento da consciência, torna-se mais fácil agir visando à mudança, e uma melhor qualidade de vida.

Explorar, junto com a própria família, a sua história, fornece ao terapeuta instrumentos preciosos para auxiliar a família a desviar do caminho que estavam seguindo, e provocar a mudança que estavam buscando. Em outras palavras, o terapeuta

além de levar a família à consciência dos seus recursos e das suas potencialidades, poderá ajudá-los a se livrarem de legados familiares que não queiram mais carregar.

Para alcançar este objetivo, é importante que o terapeuta de casal tenha consciência das vantagens da prática de explorar as questões do passado dos cônjuges na terapia de casal. Segundo Duque (2005), esta prática: - possibilita aos cônjuges a empatia com o sofrimento do outro; - evita a culpabilização e os mecanismos de defesa contra o processo terapêutico; - permite a reorganização dos sentimentos, ou seja, possibilita reconectar as emoções aos eventos originais dos quais foram dissociadas; - permite desfazer as projeções; - evita a transmissão da intergeracionalidade dos sintomas prejudiciais às gerações futuras, bem como acompanhar o reaparecimento do afeto e do zelo do casal.

Viu-se que a proposta de deslocar o foco de tensão nas situações apresentadas pelo casal na terapia, oferece ao casal novas possibilidades de perceber o mundo, e de transformar seus padrões relacionais, possibilitando, assim, aos cônjuges uma nova forma de relacionar-se com o outro.

Em suma, com o desenvolvimento desta pesquisa foi possível expandir os conhecimentos sobre o tema e acredita-se que este estudo terá uma grande contribuição no trabalho clínico, não apenas no atendimento a casais, mas nos atendimentos familiares de uma forma geral.

5 REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

ANDOLFI, M. Crise de casal e família trigeracional. In: _____; ANGELO, C.; SACCU, C. *O casal em crise*. Tradução de Silvana Finzi Foá. São Paulo: Summus, 1995. P. 105-119.

ANDOLFI, M.; ANGELO, C. *Tempo e mito em psicoterapia familiar*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1985.

ANDOLFI, M. *A linguagem do encontro terapêutico*. Tradução de Rosana Severino Di Leone. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.

ANGELO, C. A escolha do parceiro. In: ANDOLFI, M.; _____; SACCU, C. *O casal em crise*. Tradução de Silvana Finzi Foá. São Paulo: Summus, 1995. P.47-57.

BEZZON, L.C. (Org.). *Guia Prático de Monografias, Dissertações e Teses*: elaboração e apresentação. São Paulo: Alínea, 2005.

BOWEN, M. *De La familia al individuo: La diferenciación del si mismo en el sistema familiar*. Barcelona: Paidós, 1991.

BOWLBY, J. *Uma base segura*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1989.

CAILLÉ, P. *Um e um são três*. São Paulo: Summus, 1994.

CARTER, B; MC GOLDRICK, M. *As mudanças no Ciclo de Vida Familiar: Uma estrutura para a terapia familiar*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.

CERVENY, C.M.O. *Família e Ciclo Vital: Nossa realidade em pesquisa*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1998.

CRUZ, H.M. Com quantos fios tecemos nós? In: COLOMBO, S.F. *Gritos e Sussurros: Interseções e ressonâncias, trabalhando com casais*. Volume I. São Paulo: Vetor, 2006. P. 43-54.

DUQUE, D.F. Crises normais do ciclo de vida familiar. *Revista ABPAG*, v. 05. P. 78-86, 1996.

DUQUE, D.F. A exploração do passado na terapia de casal: (Re) Descobrimo a criança do adulto. *Revista Pensando Famílias*, v.07 (9), 2005. P. 81-90.

ELKAÏM, M. *Como Sobreviver à Própria Família*. São Paulo: Integrare, 2008.

FALCKE, D; FLECK, A.C.; HACKNER, I.T. Crescendo menino ou menina: A transmissão dos papéis de gênero na família. In: WAGNER, A. (Coord.). *Como*

se perpetua a Família? A transmissão dos modelos familiares. Porto Alegre: Edipucrs, 2005. P. 107-122.

FERREIRA-SANTOS, E. *Casamento – Missão (quase) impossível.* São Paulo: Claridade, 2007.

FRÁGUAS, A.M. Terapia de casal quando um cônjuge está em depressão. In: COLOMBO, S.F. *Gritos e Sussurros: Interseções e ressonâncias, trabalhando com casais.* Volume I. São Paulo: Vetor, 2006. P. 189-196.

FRAMO, J.L. Matrimonio y terapia marital: Planteos e técnicas de La entrevista inicial. In: ANDOLFI, M.; ZWERLING, I. *Dimensiones de La terapia familiar.* Buenos Aires: Ediciones Paidós. P.73-98.

GUERIN, P. et al. *Triângulos relacionales: El a-b-c de la psicoterapia.* Buenos Aires Amorrortu editores, 1996.

LEHMKUHL, S.M.H. *A construção dos limites no desenvolvimento dos filhos diante do histórico de vida dos pais.* 2008. 67 f. Monografia (Especialização em Terapia Relacional Sistêmica) – Instituto Familiare Sistêmico, Florianópolis, 2008.

MARUM, D. Vivendo entre laços conjugais. In: COLOMBO, S.F. *Gritos e Sussurros: Interseções e ressonâncias, trabalhando com casais.* Volume I. São Paulo: Vetor, 2006. P. 171-188.

MATTOS, E.B. Crise conjugal: furtando-se a olhar mais de perto. In: COLOMBO, S.F. *Gritos e Sussurros: Interseções e ressonâncias, trabalhando com casais.* Volume II. São Paulo: Vetor, 2006. P. 71-86.

MENEZES, C.C.; RAUPP, C.S. Transgeracionalidade: Quando crescer não é permitido. *Revista Pensando Famílias*, v.11 (2), 2007. P. 57-70.

MENGUI, P. O casal útil. In: ANDOLFI, M.; ANGELO, C.; SACCU, C. *O casal em crise.* Tradução de Silvana Finzi Foá. São Paulo: Summus, 1995. P. 58-66.

MIERMONT, J. (Org.). *Dicionário de Terapias Familiares: Teoria e Prática.* Tradução de Carlos Arturo Molina-Loza. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.

MONTORO, G.C.F. A regulação da intimidade conjugal. In: COLOMBO, S.F. *Gritos e Sussurros: Interseções e ressonâncias, trabalhando com casais.* Volume II. São Paulo: Vetor, 2006. P. 107-142.

PICNUS, L; DARE, C. O contrato secreto do casamento. In: _____. *Psicodinâmica da família.* Tradução de Clara Rotenberg e Shirley Kleinke. Porto Alegre: Artes Médicas, 1981. P. 34-48.

PONTES, M.N. Terapia de casal: coerência de histórias. In: COLOMBO, S.F. *Gritos e Sussurros: Interseções e ressonâncias, trabalhando com casais*. Volume I. São Paulo: Vetor, 2006. P. 55-64.

SERPA, M.G. Perspectivas sobre papéis de gênero masculino e feminino: um relato de experiência com mães de meninas vitimizadas. *Revista Psicologia & Sociedade*, v.22 (1), 2010. P. 14-22.

VERAS, A.L.L. *Interface entre os legados transgeracionais e a cultura no desenvolvimento e manutenção da Imagem corporal*. 2009. 39 f. Monografia (Especialização em Terapia Relacional Sistêmica) – Instituto Familiare Sistêmico, Florianópolis, 2008.

WAGNER, A; FALCKE, D. *Como se perpetua a família? A transmissão de modelos familiares*. Porto Alegre: Edipucrs, 2005.

WENDT, N.C. *Fatores de risco e de proteção para o desenvolvimento da criança durante a transição para a parentalidade*. 2006.199 f. Monografia (Especialização em Terapia Relacional Sistêmica) – Instituto Familiare Sistêmico, Florianópolis, 2006.