

NARA ELISETE BENDER DOS SANTOS

A TRIANGULAÇÃO E SEUS MÚLTIPLOS ASPECTOS NO CONTEXTO FAMILIAR: UM  
OLHAR RELACIONAL-SISTÊMICO

FLORIANÓPOLIS, MAIO DE 2008



**A TRIANGULAÇÃO E SEUS MÚLTIPLOS ASPECTOS NO CONTEXTO FAMILIAR: UM  
OLHAR RELACIONAL-SISTÊMICO**

TRABALHO APRESENTADO AO FAMILIARE INSTITUTO SISTÊMICO PARA  
CONCLUSÃO DO CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM TERAPIA RELACIONAL SISTÊMICA

POR NARA ELISETE BENDER DOS SANTOS

ORIENTADA POR DENISE DUQUE E  
NAIANE CARVALHO WENDT SCHULTZ

2008

Dedico este trabalho a minha mãe Ema Bender (in memoriam) por ter me ensinado a investir na própria felicidade e pelo seu grande amor à natureza. Compartilho com a senhora, onde quer que esteja mais este momento feliz que me ensinaste a buscar.

## AGRADECIMENTOS

Considero o resultado deste trabalho a condensação dos esforços de muitas pessoas que participaram ou participam da minha vida.

Meus agradecimentos ao meu esposo Julio César pelo seu amor e pela confiança na minha capacidade de superação.

A minha filha Juliana pela sua dedicação e pelas coerentes observações que me ajudaram muito na realização deste trabalho.

Ao meu filho Bruno pelo seu carinho e incentivo.

Aos meus irmãos, Gorete, Roseli e Paulo pelo apoio e auxílio nos momentos mais difíceis.

Ao meu pai Heitor pelos seus conselhos simples que tocaram minha alma.

À minha orientadora Denise, à co-orientadora Naiane, à prof<sup>a</sup>. Cida, ao prof<sup>o</sup>. João Davi e a todos colegas que junto comigo participaram de um grupo muito significativo no Familiar. Agradeço pela disponibilidade da escuta e por terem me ensinado a ouvir.

Enfim, para todas as pessoas que ajudaram a transformar minha vida.

Se você se esforçar em ampliar os seus limites, um pouco de cada vez, porém sempre mais, descobrirá o prazer de vencer o maior dos desafios: o de si mesmo.

Rosana Zoelner

## GLOSSÁRIO

Autonomia ou individuação – pode-se coexistir (dar e receber), respeitando-se limites devidos e sem perder o seu espaço pessoal. A pessoa que adquire capacidade de observar e controlar, em parte, sua reatividade emocional adquire uma capacidade que é útil em todos os problemas emocionais (Bowen, 1979).

Destriangular – Segundo Bowen (1979) é o processo realizado para conseguir manter o contato com um sistema emocional que envolve a si mesmo e a outras pessoas, sem tomar partido por nenhuma das partes, sem contra-atacar nem defender-se e buscando sempre manter uma linha neutra de resposta. De acordo com Miermont & Molina-Loza (1994) destriangular é o processo de inversão da triangulação efetuado para colocar as pessoas em comunicação direta, sem intermediários, permitindo que cada um responda sem agredir o outro.

Diferenciação – De acordo com Bowen (1991) apud Wendt (2006) a diferenciação refere-se ao grau de maturidade emocional que um indivíduo pode atingir no processo de individuação ao longo do ciclo vital de forma a se tornar adulto e poder emancipar-se, separando-se psicologicamente de sua família de origem e mantendo, ao mesmo tempo, o sentimento de pertencimento a esta família.

Distanciador e perseguidor – Estes ciclos de comportamento são reações à ansiedade interna: a ansiedade de separação (perseguidor) impulsiona a pessoa a realizar tentativas de aproximação sem considerar os limites do relacionamento, enquanto que a ansiedade de incorporação (distanciador) impõe o distanciamento, a pessoa pode afastar-se como resposta a ansiedade que provoca nele a possibilidade de ser rechaçado ou controlado (Guerin et al., 1996).

Disfunção familiar – as pessoas diferem notavelmente com respeito ao grau em que suas funções de pensar e sentir estão fusionadas ou relativamente diferenciadas. Em um extremo desse espectro se encontram aqueles para quem as funções do pensamento estão envolvidas em grande parte pelo processo emocional que rege suas vidas. Alguns dos que pertencem a esta categoria não tem sintomas evidentes, mas sua adaptação é precária e caem facilmente na disfunção. As pessoas pouco diferenciadas têm uma alta porcentagem de problemas, entre outros, enfermidades emocionais e físicas, inadaptação social e fracassos (Bowen, 1979).

Coalizão – é uma propriedade fundamental das tríades, consiste na aliança de duas pessoas ou unidades sociais, contra uma terceira. As alianças baseiam-se no estabelecimento de um acordo entre dois membros da tríade, enquanto o terceiro encontra-se em uma situação de desacordo (Miermont & Molina-Loza, 1994).

Emaranhamento familiar, relacionamento simbiótico, aglutinação ou fusão emocional – de acordo com Minuchin (1982) o emaranhamento familiar indica renúncia de autonomia devido à falta de diferenciação. Todas as famílias são concebidas como incidindo em algum lugar ao longo de um continuum, cujos pólos são os dois extremos de fronteiras difusas e excessivamente rígidas. Bowen (1979) entende que em um extremo da escala se encontra a intensidade máxima da “massa

indiferenciada do ego familiar”, onde predominam a “indiferenciação” e a “fusão do ego”, com escassa “diferenciação do si-mesmo”.

Enurese – emissão involuntária de urina (Michaelis, 1998).

Estrutura, processo relacional e processo emocional – a estrutura de um triângulo relacional se refere à representação espacial da proximidade e da distância influenciadas pelo conflito que existe no espaço relacional entre as três pessoas. Dentro desse espaço relacional tem um fluxo constante de energia emocional e de comunicação verbal. Este fluxo contém mesclas variáveis de afetividade – por exemplo, sentimentos negativos e positivos e graus variáveis de intensidade emocional investida nesses sentimentos. A este fluxo emocional o chamamos processo relacional (Guerin et al., 1996).

Estrutura familiar e padrões transacionais – a estrutura familiar é formada por um conjunto de regras encobertas que determinam os relacionamentos entre seus membros. Estas transações relacionais localizam o lugar de cada membro da família, estabelecendo seu papel e a forma com que é exercido. Quando repetidas, as transações relacionais formam padrões permanentes que são chamados de padrões transacionais (Minuchin, 1982).

Famílias – Bowen (1979) entende a família como um conjunto de diferentes sistemas e subsistemas. É possível designá-la como sistema social ou cultural, sistema de comunicação, sistema biológico ou de muitos outros modos. A família pode ser pensada como uma combinação de sistemas emocionais e relacionais. O termo “emocional” se refere à força que motiva o sistema e “relacional” o modo em que se expressa. Este último compreende a comunicação, a interação e outras modalidades de relação. A família para Cerveny é vista como um sistema de pessoas que vivem no mesmo espaço físico e mantém relações significativas de interdependência entre os vários subsistemas da família (2004: 154).

Família funcional – deve haver complementaridade de funções com o casal operando com interdependência e deve haver hierarquia de poder, pais e filhos com diferentes níveis de autoridade (Minuchin, 1982).

Fronteiras – são as regras que definem quem participa e como e tem como função proteger a diferenciação do sistema (Minuchin, 1982).

Genograma – uma espécie de árvore genealógica, na qual estão representadas pelo menos as últimas três gerações e as relações entre os membros da família, bem como datas e transições as quais a família passa ou passou (Andolfi, 1996).

Hierarquia – proporciona a liderança e a orientação dentro da família (Minuchin 1982).

Indiferenciação – quando a pessoa continua ligada emocionalmente aos sistemas familiares, principalmente aos pais com prejuízo na autonomia. A indiferenciação nas famílias de origem é transferida para a relação conjugal e parental. Assim, os problemas familiares passados são transferidos para o futuro (Minuchi 1982 & Bowen 1979).

Intra-psíquico – processos psíquicos internos dos membros do sistema (Guerin et al., 1996).

Modelo diádico – compreensão dos fenômenos com base em dois indivíduos (Andolfi, 1996).

Posição adaptativa – o indivíduo renuncia a si, suas crenças, suas vontades e substitui pela vontade dos outros (Guerin et al. 1996).

Pseudo-independente – quando há o afastamento e as relações são mantidas em uma base confortável, porém superficial. Há uma confusão entre afastamento e diferenciação (Bowen, 1979).

Reatividade emocional – é o resultado da confusão emocional gerada pela triangulação que aumenta o nível de ansiedade do indivíduo e que pode ser gerada por pressões para o conformismo ou rupturas numa relação fundida (Guerin et al., 1996).

Relação parental – função de pai e mãe (Minuchin, 1982).

Sintomas – são vistos como um produto da reatividade emocional, podendo ser gerados por pressões para o conformismo ou rupturas numa relação fusionada. O sintoma é sempre prova de uma disfunção e uma forma de comunicação metafórica (Bowen, 1979).

Sistema afetivo – abrange o sistema emocional e intelectual (Bowen, 1979).

Sistema emocional – entende-se por sistema emocional algo profundo que está em contato com processos celulares e somáticos, ou seja, sua origem é de ordem orgânica (Bowen, 1979).

Sistema intelectual – é da ordem da lógica, das opiniões, das reflexões, do pensar (Bowen, 1979).

Sistema relacional – pode ser visto estruturalmente como uma rede de triângulos potenciais entrelaçados (Guerin et al. 1996).

Subsistemas – cada indivíduo pertence a diferentes subsistemas, nos quais tem diferentes níveis de poder e autoridade (Minuchin, 1982).

Triangulação ou triângulo ativado – Guerin et al. (1996) dizem que o fato de poder centrar as discussões e o ressentimento em um terceiro (ou em uma coisa) mantém a ilusão de que o verdadeiro problema entre duas pessoas é esse terceiro. A interação em cada díade está vinculada ao comportamento da terceira pessoa; cada pessoa está envolvida a formas reativas de comportamento; cada pessoa intervém na relação entre as outras duas. Para Minuchin (1982) a triangulação é conseqüente a um problema de fronteira. Nas famílias disfuncionais, as fronteiras entre os subsistemas parental e filial ficam difusas e a fronteira em torno da tríade pais/filhos passa a ser inadequadamente rígida.



Triângulo – é a estrutura relacional de um sistema formada por três pessoas, a qual é considerada unidade mínima de observação. É um novo instrumento que permite descrever a natureza dinâmica das relações mesmo que o terapeuta atenda somente uma pessoa (Andolfi, 1996).

Triângulo potencial ou latente (tríade) – é constituído por três pessoas, cujas relações mútuas não estão governadas pela emoção reativa. Cada um de seus membros se sente livre e é capaz de concentrar-se em si mesmo em vez de estar tratando de saber qual é a postura dos outros antes de adaptar a própria (Guerin et al. 1996).

Triângulos entrelaçados – triângulos que se entrecruzam e que perpetuam a dinâmica familiar (Andolfi, 1996).

Vínculo simbiótico ou apego ansioso – perda da clareza entre as pessoas, no qual a transmissão da ansiedade é tão intensa que cada uma delas chega a convencer-se de que não pode sobreviver sem a outra (Bowen 1979 & Guerin et al. 1996).

## RESUMO

SANTOS, Nara Elisete Bender. **A triangulação e seus múltiplos aspectos no contexto familiar: um olhar relacional sistêmico.** Florianópolis, 2008.  
Monografia (Especialização em Terapia Relacional Sistêmica),  
Familiare Instituto Sistêmico

Orientadora: Denise Duque

Co-orientadora: Naiane Carvalho Wendt Schultz

Este trabalho pretende abordar as implicações das triangulações que estão presentes na vida de todas as pessoas. O objetivo principal é de fornecer subsídios teóricos para o exercício profissional, principalmente de terapeutas relacionais. A fim de embasar a discussão do tema proposto, se utilizam alguns conceitos de autores como Bowen, Minuchin e Andolfi, sob a perspectiva sistêmica. Estes apresentam como objeto de estudo da Psicologia, o sistema familiar, ou seja, o conjunto de relações o qual a pessoa está envolvida e colocam em relevo o entrelaçamento da família de origem com a família nuclear. O triângulo original se constitui a partir do nascimento do primeiro filho. Este acontecimento irá influenciar e ser influenciado por uma complexa rede de triângulos, os quais serão discutidos nesta pesquisa de cunho exploratório, sem perder de vista os vários aspectos que circundam a gênese da triangulação.

Palavras chave: Sistemas familiares, triangulações, conjunto de relações.

## ABSTRACT

SANTOS, Nara Elisete Bender. The triangulation and its multiples aspects in the family context: a systemic relational look. Florianópolis, 2008.

Monography (Specialization in Systemic Relational Therapy)

Familiare Systemic Institute

Advisor: Denise Duque

Co-advisor: Naiane Carvalho Wendt Schultz

This study intends to approach the implications of the triangulations which are present in everybody's lives. The main goal is to provide theoretical support for the professional work, especially to relational therapists. In order to ground the discussion on the theme proposed, some concepts by Bowen, Minuchin and Andolfi are used, under the Systemic perspective. These authors present as Psychology's object of study, the family system, which means the set of relationships in which the person is involved, and they stress the entanglement between the family of origin and the nuclear family. The original triangle is established with the first child's birth. This event will influence and be influenced by a complex web of triangles which will be discussed in this research that has an exploratory basis, taking into account the various aspects that surround the triangulation genesis.

Key words: Family systems. Triangulations. Set of relationships.

## SUMÁRIO

<b>ABSTRACT</b> .....	XI
<b>GLOSSÁRIO</b> .....	VI
<b>RESUMO</b> .....	X
<b>SUMÁRIO</b> .....	XII
<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	<b>1</b>
1.1 Apresentação .....	1
1.2 Problemática.....	1
1.3 Justificativa.....	3
1.4.1 Objetivo geral.....	4
1.4.2 Objetivos específicos.....	4
<b>2. MÉTODO</b> .....	<b>5</b>
<b>3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA</b> .....	<b>6</b>
3.1 Um pouco de história .....	6
3.2 Sistema afetivo .....	11
3.3 Diferenciação do self.....	12
3.4 Tríades, triângulos e suas conexões .....	13
3.5 Tipos de triângulos .....	16
3.6 Triângulo parental primário .....	19
<b>4. EXEMPLOS DE SITUAÇÕES CLÍNICAS HIPOTÉTICAS</b> .....	<b>25</b>
4.1 Exemplo 1 .....	25
4.2 Exemplo 2 .....	27
<b>5. CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	<b>30</b>
<b>6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	<b>32</b>

# 1. INTRODUÇÃO

## 1.1 Apresentação

Este estudo divide-se em quatro capítulos. No primeiro capítulo apresenta-se uma introdução, que é composta pela problemática, justificativa, objetivo geral e objetivos específicos.

No segundo capítulo ressalta-se o método utilizado pela autora.

No terceiro capítulo, encontra-se a fundamentação teórica que tem como elementos a construção histórica da triangulação; o sistema afetivo; a diferenciação do self; as tríades, os triângulos e suas conexões; os tipos de triângulos e o triângulo parental primário.

Já no quarto capítulo tem-se a exposição de dois exemplos de situações clínicas hipotéticas de casos extra-conjugais.

Nas considerações finais encontra-se uma reflexão sobre os resultados do trabalho seguido pelas referências bibliográficas.

## 1.2 Problemática

Em termos teóricos, a psicologia vem desenvolvendo meios para alcançar a compreensão dos comportamentos e das relações humanas. Com os conhecimentos baseados no paradigma freudiano importa assinalar sob uma perspectiva de transformação histórica, que o primeiro objeto de estudo a ser considerado foi o indivíduo, seguido pelas díades.

Nesta época, as tríades já ocupavam um lugar de destaque na teoria freudiana ao referir-se ao conceito do Complexo de Édipo, o qual envolve pai, mãe e filho. Contudo, ainda não se falava em triângulos e em como isto afetava a família, os subsistemas parental e conjugal e não apenas a criança. Também não se considerava a coalizão (aliança de duas pessoas contra uma terceira) existente entre os pares nestes contextos, hoje com destaque na teoria relacional sistêmica.

Com base na teoria boweniana (1979) e nos estudos de profissionais sistêmicos de diferentes áreas, a linguagem das tríades passa a ser ampliada e como recente objeto de estudo, conquista

gradativamente o seu espaço. Mediante o ocorrido, o foco terapêutico desloca a atenção dos conflitos diádicos para as relações triádicas, ou seja, para a interação de três indivíduos e sua mútua influência, sem perder de vista as implicações do contexto. Considera-se como exemplo a tríade mãe-filho-pai, mãe-filho-filha, avós-pais-filhos, casal-sogra, irmãos-irmãs-tios, etc. Estes e outros triângulos através de suas interconexões compõem a imensa rede complexa que envolve todos os indivíduos.

As tríades e os triângulos latentes estão presentes na vida das pessoas e desempenham importante papel na diferenciação dos mesmos, assim como promovem a superação da fusão na díade. Observa-se como exemplo a tríade mãe-filho-pai com ativa participação do pai, a qual favorece a função materna o desenvolvimento dos limites necessários de aproximação com o filho. O mesmo não acontece com a triangulação, que devido às características como de ansiedade, reatividade emocional, podem provocar conseqüências psicopatológicas.

Compreende-se que a tríade e o triângulo ativo fazem parte de um mesmo contínuo e que a confusão emocional junto à reatividade de seus membros provoca a ansiedade e conseqüentemente a busca de um terceiro elemento compensador. Este processo emocional ativa o triângulo e resulta na triangulação.

Historicamente, a concepção da abordagem relacional pode ser considerada recente, em face disso e da complexidade do assunto, surgem diversas dúvidas sobre a teoria da triangulação. Perante esta constatação, pode-se questionar, por exemplo: triangular é o mesmo que fazer mexericos ou bisbilhotar? Ou ainda: São permitidos outros elementos, diferentes de pessoas, nas pontas do triângulo?

Sob o ponto de vista terapêutico, estas e outras questões necessitam de reflexão e questionamentos para o melhor entendimento do comportamento humano e do seu ciclo evolutivo. Ao ultrapassar as dificuldades impostas, a teoria do triângulo poderá ajudar o terapeuta a aprimorar suas intervenções, com base nos conhecimentos adquiridos no amplo espectro das suas interações.

Frente a estas questões, não é possível conhecer os triângulos e seus encadeamentos sem destacar a importância do sistema familiar na sua origem. O ser humano, desde a sua concepção é poderosamente influenciado pelas expectativas da família nuclear e da família ampliada. Ao nascer, a criança junto com seus pais formará o primeiro e mais importante triângulo da sua vida conhecido como o triângulo relacional primário.

Com base nesta relação significativa, os relacionamentos a seguir serão influenciados, e por meio das crises e dos processos evolutivos, cumprirão o papel de reavaliar e reorganizar os seus sistemas e subsistemas em expansão. Deste modo, pode-se considerar que os relacionamentos são oportunidades para o indivíduo modificar o seu nível de diferenciação em busca de um funcionamento mais autônomo e autêntico, distanciando-se das polaridades reativas.

Sendo assim, os autores estudados (Minuchin, Bowen e Andolfi) buscam a compreensão do processo multigeracional, devido a sua implicação com os adventos atuais da família. Também é discutido no decorrer do trabalho um aspecto relevante no matrimônio, em que o casal confunde-se com os conflitos internos não resolvidos no sistema familiar primário de cada um e desloca-os para a relação conjugal e/ou parental.

Neste circuito de relações, a teoria da triangulação se destaca e fundamenta a seguinte questão: Quais os caminhos percorridos pela triangulação nas suas diferentes facetas, que podem implicar na autonomia dos membros da família?

### **1.3 Justificativa**

Várias são as razões que motivaram a escolha deste tema. Desde que nascemos estamos implicados em uma complexa rede de relacionamentos emocionais que seguem esquemas triangulares. A criança ao nascer separa-se fisicamente da mãe, no entanto, o processo de separação emocional é lento e depende de muitos fatores para que a criança, no decorrer do seu desenvolvimento, consiga atingir um grau satisfatório de diferenciação dos pais. Quanto maior a complexidade dos problemas familiares, tanto de ordem intrapsíquica quanto relacional, mais se faz necessária à compreensão da teoria da triangulação.

Além deste motivo acreditamos que estudar os diferentes aspectos que circundam os relacionamentos familiares é de suma importância. Hoje é de conhecimento da Psicologia que o sistema familiar está intrinsecamente ligado ao bem estar e saúde de seus membros, e que trabalhar com a triangulação proporciona condições ao terapeuta de ultrapassar a esfera causal dos problemas, enquanto viabiliza a ampliação do foco e a compreensão dos fenômenos relacionais.

Também é preciso entender melhor os mecanismos que afloram a reatividade emocional, para que possamos ter um controle mais eficaz sobre as nossas emoções. Estudar os processos triangulares favorece a compreensão destes contextos, assim como capacita os profissionais que possuem uma visão sistêmica, no exercício de suas práticas.

Outra razão da escolha deste tema refere-se à dificuldade em encontrar bibliografia a respeito, poucos autores escrevem sobre a triangulação. Devido à complexidade e relevante importância do tema, pensamos que escrever sobre relações triangulares seria mais uma forma de contribuir para que mais pessoas reflitam sobre o assunto. Compreender o processo de triangulação é fundamental para que outros profissionais interessados se apropriem deste conhecimento, a fim de junto com os indivíduos envolvidos por esta estrutura busquem alternativa de superação.

Trabalhar com o tema da triangulação, também propicia à autora, ordenar as informações obtidas e aprofundar o conhecimento teórico da psicologia relacional sistêmica, com o propósito de enriquecer o desempenho de suas funções como psicoterapeuta clínica familiar, já que a triangulação é um padrão trazido com muita frequência aos consultórios de terapia.

## **1.4 Objetivos**

### 1.4.1 Objetivo geral

Discutir a teoria da triangulação com a finalidade de fornecer subsídios teóricos para o exercício profissional, principalmente, de terapeutas relacionais.

### 1.4.2 Objetivos específicos:

- Identificar o conceito de triangulação à luz de autores sistêmicos;
- Caracterizar os mecanismos que envolvem o processo de triangulação no sistema familiar.



## 2 MÉTODO

Esta pesquisa caracteriza-se como uma pesquisa bibliográfica e iniciou com um levantamento bibliográfico, o qual possibilitou maior familiaridade com a literatura produzida sobre o referido tema. Os instrumentos da pesquisa como a leitura atenta, identificação de autores, obras e conceitos estabeleceram os critérios de avaliação, interpretação, comparação, sínteses e a escolha de determinados “caminhos” para a concretização do trabalho.

A primeira leitura consistiu no estudo dos aspectos gerais do assunto escolhido e identificação de palavras-chaves. Bowen destaca termos como triângulo, escala de diferenciação, massa de indiferenciação do ego, repetição de padrões relacionais, relação simbiótica, ansiedade de ligação, sistema emocional, autonomia, polaridades reativas, proximidade, distanciamento, etc. Minuchin acrescenta os conceitos como estrutura familiar, sistemas, subsistemas, fronteiras, hierarquia, aglutinação, comunicação em blocos, emaranhamento familiar, etc. Andolfi utiliza expressões que unem os pontos de vista de Bowen e Minuchin. Observação mais ampla e complexa (família de origem e família nuclear), triângulos entrelaçados, rede relacional, genograma, etc.

Deve-se recordar que o eixo que fundamenta as teorias acima mencionadas é a atenção centrada no atual paradigma (rede de relações em que o indivíduo se insere) que orienta a psicologia como ciência e profissão. Trata-se de ter como unidade mínima de observação o conjunto de relações no qual a pessoa está envolvida.

A partir de um conhecimento geral do assunto e destaque dos termos centrais providenciou-se um resumo dos textos mais significativos com posterior fichamento, e assim se estabeleceu um plano de ação para a efetivação do trabalho.

Outros profissionais que escreveram sobre a triangulação em livros, publicações periódicas e impressos diversos, citados nas referências bibliográficas, desempenharam relevante importância para a reflexão da pesquisadora.

## 3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

### 3.1 Um pouco de história

A base teórica deste trabalho está fundamentada principalmente nas pesquisas desenvolvidas pelo norte-americano Murray Bowen (1979), psiquiatra e professor do Centro Médico da Universidade de Georgetown em Washington e considerado uma das figuras mais proeminentes do Movimento de Terapia Familiar.

O movimento familiar começou em meados da década de 1950 e a busca para soluções de casos mais graves de transtornos emocionais como a esquizofrenia, foi fator determinante para aprimorar os métodos de intervenção terapêutica. Era necessário ultrapassar o enfoque intrapsíquico da teoria psicanalítica que explicava os problemas emocionais, mas que não obtinha êxito nas técnicas de tratamento dos casos de pacientes de difícil acesso. Era preciso formular um corpo teórico mais eficaz para nortear as intervenções clínicas.

Bowen (1979) trabalhava com o sistema familiar e observava suas relações sem perder de vista o processo de diferenciação de seus membros. Como psiquiatra, Bowen voltou sua atenção para o enigma da esquizofrenia e expandiu seu interesse pela mesma, para a díade mãe-filho.

Para Bowen "a relação simbiótica entre mãe e filho é um fragmento de uma das modalidades de relação mais intensas" (1979: 35). Sua intenção a princípio era conhecer a "simbiose mãe-filho". Então, realizou uma observação, na qual percebeu uma repetição dos padrões relacionais. Seu foco principal foi sobre as conseqüências desta relação simbiótica que provocava um excessivo apego e ansiedade de ligação de forma disfuncional e patológica que se alternava em ciclos de proximidade e distanciamento.

A partir de então, Bowen discorre "acerca de um 'apego familiar' preexistente ou acerca da massa indiferenciada do ego" (1979: 23), e desenvolve um método terapêutico, o qual designa como "psicoterapia da família", um tipo de intervenção orientada a ajudar os indivíduos a conquistar um nível elevado de funcionamento. Nesta perspectiva, utiliza-se da escala de diferenciação, em que

predomina num dos extremos a fusão do ego (indiferenciação) e no outro, a diferenciação do si mesmo.

Os estudos de Murray Bowen não se submetem apenas à díade mãe-filho, amplia seu conhecimento através da tríade mãe-filho-pai e demais subsistemas e determina o conceito de triângulo como o centro da construção do sistema relacional. Bowen sustenta que "o pai está igualmente comprometido com a mãe e com o filho, e o mesmo ocorre com os demais filhos, ainda com menores ou diferentes níveis de compromisso" (1979: 35).

Parte do processo de diferenciação do self consiste em desenvolver uma relação pessoal com todos os membros da família extensa. Bowen considera esta relação pessoal como "uma relação entre dois, em que duas pessoas entram em contato uma com a outra, sem falar de outros (...) nem de temas impessoais". (1979: 78) A expansão da rede emocional familiar vai permitir um alto nível de diferenciação do self e possibilitar que outros membros da família façam o mesmo.

É provável, que a construção do referencial teórico sobre a triangulação, com uma visão compreensiva da afetividade humana, tenha recebido forte influência das experiências vivenciadas por Bowen em que trabalhou os conflitos com a sua família de origem. Com base no conhecimento adquirido, através da prática e observação com seus familiares, Bowen pode concentrar seus esforços para compreender dois extremos: a fusão emocional (massa do ego familiar) e a diferenciação. Seu objetivo era de criar uma relação de pessoa a pessoa, a fim de evitar a triangulação.

Segundo o autor, fusão emocional ou relação simbiótica é "a intensa fusão do ego (...) que se refere à família nuclear, que inclui pai, mãe e filho da geração atual e das futuras" (1979: 37). Este sistema emocional depende essencialmente de momentos em que ora a relação é intensa e excessivamente próxima, a qual provoca muita ansiedade em ambos envolvidos, e ora emerge a fase do afastamento e do rechaço, onde ambos se repelem.

As relações são cíclicas com momentos de união (aproximação) e momentos de resistência (distanciamento). O indivíduo tem muita dificuldade em não polarizar. Bowen (1979) compreende estes movimentos como as tensões que se deslocam em uma série ordenada de alianças e oposições e que o triângulo é a base de todo o sistema emocional.

Este funcionamento pode impedir que o indivíduo alcance a sua autonomia, a capacidade de decidir de acordo com seus próprios critérios sem recorrer às polaridades reativas. Ao mesmo

tempo, que para impedir a triangulação, é preciso aprender a se relacionar com outras duas pessoas sem tomar partido de nenhuma delas.

Salvador Minuchin foi outro contribuinte de fundamental importância para a terapia familiar. Não foi um dos primeiros terapeutas de família, no entanto sua atuação na década de 1970, no contexto da terapia familiar estrutural influenciou muitos terapeutas.

Minuchin nasceu na Argentina, e estudou para exercer a profissão de Psiquiatra, sendo que no decorrer da sua prática e estudos, foi irremediavelmente seduzido pela abordagem familiar que o conduziu a tratar jovens delinquentes de Nova York, assim como mais tarde, crianças em uma clínica na Filadélfia.

Salvador Minuchin concentrou sua atenção na estrutura familiar que segundo ele, constitui-se em um "conjunto invisível de exigências funcionais que organiza as maneiras pelas quais os membros da família interagem" (1982: 57).

Em outras palavras, a estrutura é formada por certas regras encobertas, padrões transacionais, que determinam os relacionamentos entre seus membros. Estes padrões transacionais ou transações relacionais são determinados por comportamentos repetitivos que de acordo com Minuchin (1982) dão a identidade ao indivíduo, ao mesmo tempo, que conservam a estrutura familiar, assim como sustentam o modo como todos se relacionam. Isto pode ser exemplificado da seguinte maneira: O casal deverá fazer escolhas tais como - deve existir uma hierarquia de poder entre eles ou devem aceitar a recíproca dependência e trabalhar como equipe.

Minuchin também agrega ao seu referencial, conceitos como os subsistemas, fronteiras e hierarquias. Segundo Minuchin (1982) cada indivíduo na família pode tomar parte de diferentes subsistemas de acordo com as funções que exerce, como por exemplo, o subsistema conjugal (díade-casal = função de marido ou esposa), parental (função de pai e mãe), e vários indivíduos podem se agrupar em um único subsistema, como por exemplo, o subsistema fraternal (irmãos), etc.

Estes subsistemas se organizam através de fronteiras que definem quem participa, quando e de que forma. Cada indivíduo pertence a diferentes subsistemas, nos quais tem diferentes níveis de poder e onde aprende habilidades de relações diferenciadas. No decorrer do ciclo vital, os diferentes papéis podem ser vivenciados, como por exemplo, o papel de filho, de irmão, de cônjuge, de pai, etc.

A função das fronteiras é de proteger a diferenciação do sistema. Assim, para o adequado funcionamento da família, é imprescindível que as fronteiras dos subsistemas sejam nítidas, ou seja, que as linhas de responsabilidade e autoridade sejam bem demarcadas. Desta forma, a hierarquia será preservada, assim como a aglutinação de seus membros será impedida.

A teoria de Minuchin (1982) confirma a complexidade familiar descrita por Bowen (1979), mediante a fusão emocional, e que a comunicação em blocos vem facilitar múltiplas triangulações, situadas num determinado contexto. Para Bowen estas triangulações fomentam a fusão ou emaranhamento familiar, assim como para Minuchin representam a aglutinação do sistema, tendo como conseqüência à inviabilidade relacional entre os pares, o que dificulta a diferenciação dos membros da família. A fusão ou aglutinação é o fenômeno que está presente em todas as famílias, em maior ou menor grau, a depender das ligações emocionais não resolvidas na família de origem.

Minuchin (1982) diz que o nível de diferenciação dos pais é proporcional as suas necessidades de preencher o vazio interior por meio da triangulação com o filho, e o fato de não reconhecer as fronteiras, acentua esta estrutura. Nesses momentos a ansiedade do sistema diminui, mas os conflitos não são resolvidos. Este é o produto do relacionamento dos cônjuges com seus pais por não terem aprendido a negociar situações divergentes.

A seguir, descreveremos sobre algumas idéias e conceitos do neuropsiquiatra infantil Maurício Andolfi que nasceu em Roma em 1942. Andolfi é conhecido internacionalmente por unir diferentes pontos de vista, como a Teoria Estrutural utilizada por Minuchin, com ênfase na família nuclear, e a Teoria dos Sistemas Familiares de Bowen, voltada para a família de origem.

Para Andolfi (1996), assim como para Bowen (1979) e Minuchin (1982), o modelo diádico (compreensão dos fenômenos com base em dois indivíduos) não é mais suficiente para dar conta da complexidade que envolve a rede de relações em que o indivíduo se insere.

Andolfi considera que "a unidade de observação não é mais somente a pessoa (mesmo em um encontro terapêutico individual) e sim, o conjunto de relações no qual a pessoa está envolvida" (1996: 37).

Andolfi (1996) afirma que o sistema exige uma observação mais ampla e complexa, principalmente ao se tratar de situações estressantes no sistema que podem desencadear a reativação emocional e a formação de triângulos entrelaçados. Num determinado contexto familiar, se o terapeuta observar apenas o "duelo" entre os cônjuges (díade) com a perspectiva de encontrar

vítimas e vilões, perderá de vista a possibilidade de ampliar o campo de observação e de perceber triângulos que se entrecruzam e que perpetuam a dinâmica do casal.

Não é por acaso que os cônjuges apresentam dificuldades em negociar as diferenças, afinal, estes foram os modelos aprendidos nas suas famílias de origem e a tensão gerada e não resolvida, pode se perpetuar através da triangulação com seus filhos. Com o aumento da ansiedade no ambiente, surgem outros triângulos que se entrelaçam como no caso da aventura extra-conjugal e na triangulação com a família ampliada do casal.

Andolfi (1996) compartilha com Bowen (1979) que "a partir do momento em que uma pessoa vem ao mundo, naturalmente faz parte de uma rede de triângulos" (1996: 36). O triângulo original se constitui pelos pais e pelo filho. Antes mesmo do nascimento da criança, as expectativas de seus pais e demais membros da família extensa já estarão ativadas, bem como, várias triangulações com suas possíveis conexões de alianças e rechaços. Andolfi (1996) considera que qualquer situação de conflito aparentemente diádica não exclui o envolvimento de um terceiro elemento.

Andolfi (1996) na função de terapeuta desloca sua atenção com total desenvoltura de uma geração a outra e observa que o menor movimento praticado por um dos indivíduos que constitui a "rede relacional" afeta os demais membros do sistema. Deste modo, ao confrontar as gerações, é possível observar diferenças e semelhanças dos sistemas familiares, assim como padrões de repetição que se perpetuam e se deslocam de uma geração a outra.

Para revelar a imensa "teia" da estrutura familiar, Andolfi "recorre ao genograma, uma espécie de árvore genealógica na qual estão representadas pelo menos as últimas três gerações" (1996: 38). O terapeuta ao ampliar o foco, obtém informações preciosas para a compreensão dos conflitos familiares, e este instrumento, ainda permite uma avaliação criteriosa a respeito das dinâmicas relacionais e do contexto histórico da família.

Sendo assim, discorrer sobre os pensamentos da tríade Bowen-Minuchin-Andolfi, por si só, torna-se um exemplo de um triângulo funcional, onde suas teorias coexistem com suas igualdades, diferenças e limitações.

### 3.2 Sistema afetivo

Bowen (1979) considera de fundamental importância a definição e compreensão do sistema afetivo para o estudo e conhecimento das inter-relações humanas. Ele compara o sistema afetivo com uma ponte: por um lado, está em contato com partes do sistema emocional, e por outro, com partes do sistema intelectual. O sistema afetivo, portanto, abrange o sistema emocional e o sistema intelectual.

Bowen (1979) entende por sistema emocional algo profundo que está em contato com processos celulares e somáticos, ou seja, sua origem é de ordem orgânica. No processo inicial da vida, o sistema afetivo se expressa via emoção de forma involuntária e não racionalizada. A emoção tem caráter evolutivo que depende da maturação dos sistemas biológicos para prosseguir com sua evolução.

Bowen (1979) afirma que com o desenvolvimento da cognição as necessidades afetivas que fazem parte do processo elementar, involuntário, tornam-se cognitivas. Este é o produto da aprendizagem social internalizada pelos indivíduos. Gradativamente os movimentos de expressão, evoluem até se tornarem comportamentos afetivos mais complexos, nos quais a emoção, aos poucos vai cedendo terreno aos sentimentos e depois às atividades intelectuais.

Bowen (1979) sustenta que os sentimentos têm relação com a consciência subjetiva. Tagliaferro, Riberi, Carlos, Cabral & Guilherme (2007) complementam ao afirmar que os sentimentos são reações mais pensadas e menos instintivas. A pessoa pode ter consciência do que está sentindo e controlar seus sentimentos, à medida que as atividades intelectuais se aprimoram. Este processo vai depender do equilíbrio entre os sistemas emocional e intelectual.

Um exemplo prático é quando se sente raiva. Bowen (1979) considera que se a emoção se sobrepõe ao sistema intelectual o indivíduo será envolvido por um momento de irracionalidade. É como se houvesse uma regressão na expressão da afetividade. Isto quer dizer que, o mais saudável para o indivíduo é demonstrar seus sentimentos por intermédio das ações (submetidas aos critérios da razão) para não gerar violência.

Outra questão importante a respeito desses conceitos para Bowen (1979) é que na sua experiência clínica tem-se estabelecido uma clara distinção entre os sentimentos e o sistema

intelectivo. Este último é da ordem da lógica, das opiniões, da reflexão, do pensar. Com frequência é confundido com os sentimentos (o sentir), que pertencem a aspectos subjetivos do ser humano.

No exercício clínico da psicoterapia observa-se com clareza a dificuldade anunciada pelos clientes em contatar com seus próprios sentimentos, assim como diferenciá-los da racionalidade. Seria, um dos motivos, a supremacia do intelecto sobre os sentimentos, tão valorizada pela sociedade em que vivemos?

Independentemente da resposta, um dos grandes desafios da psicologia do nosso tempo reside em superar o distanciamento entre a inteligência emocional e inteligência intelectual, a fim de proporcionar um nível mais elevado de diferenciação e, conseqüentemente, mais saúde física e mental aos indivíduos.

### **3.3 Diferenciação do self**

Bowen (1979) se refere à diferenciação do self como um conceito intrapsíquico e inter-relacional. A diferenciação intrapsíquica requer uma capacidade em distinguir pensamentos dos sentimentos. A diferenciação inter-relacional consiste no fato do indivíduo separar a sua identidade das outras pessoas. Um desenvolvimento cognitivo-emocional, para manifestar-se adequadamente, necessita ultrapassar as barreiras que envolvem o processo de diferenciação de si mesmo. A objetividade, assim como a clareza para falar e ordenar os pensamentos depende do nível de diferenciação do self.

Bowen (1979) avalia e classifica o sistema emocional dos indivíduos da seguinte maneira: em um extremo da escala se encontra a indiferenciação e a fusão do ego com escassa “diferenciação do si mesmo” em que se constitui a relação simbiótica. No outro extremo da escala predomina a “diferenciação do si mesmo” em que o indivíduo apresenta um nível de autonomia mais significativo. É importante destacar que o indivíduo que se encontra no nível inferior da escala, funciona a nível autista ou psicótico.

A idéia principal de Bowen (1979) refere-se ao grau em que as pessoas se fusionam ou se confundem emocionalmente. Os motivos que contribuem para que isto aconteça são complexos e



estão presentes nas famílias em graus diferenciados. Quanto menor o grau de diferenciação dos pais, maior será a necessidade de envolver os filhos.

Em sistemas em que há baixo grau de diferenciação Bowen (1979) denomina como sistemas fusionados. As pessoas vivem sempre em blocos, fundidas e trianguladas. Contudo, os triângulos ativados privam as pessoas dos recursos que oferecem os relacionamentos íntimos e autênticos e, enquanto a triangulação permanecer, o relacionamento aberto entre os pares fica impedido. Sendo assim, ao contrário do que se pensa, a solidão e o medo continuam a existir e a se perpetuar no processo de transferência intergeracional.

Por outro lado, Minuchin (1982) aponta os limites como não reconhecidos, em virtude do indivíduo não ter aprendido a negociar em situações de poder desigual. Se os pais não exercem suas funções parentais com o necessário consenso e autoridade, conseqüentemente, o filho não desenvolve satisfatoriamente sua relação com o poder e o controle de suas emoções.

Bowen (1979) entende que ao contrário das pessoas diferenciadas, que apresentam menor carga emotiva e têm suas competências aumentadas, as pessoas que estão envolvidas pela emoção e impulsividade desempenham atitudes irracionais. O indivíduo impulsivo-emocional, devido ao seu baixo grau de diferenciação, apresenta maior dificuldade em concretizar a passagem de um nível afetivo ao outro (no primeiro nível os sentimentos se manifestam via emoção e no segundo nível os sentimentos são elaborados pela cognição). Este ciclo de desenvolvimento que não se efetiva, incapacita o indivíduo de pensar claramente. Em função disso, desempenha uma reatividade emocional com suas relações que envolvem autoridade e poder.

Como vimos, a diferenciação intrapsíquica e a diferenciação inter-relacional estão intrinsecamente ligadas. Para que possa haver uma conexão com o outro é preciso ser capaz de equilibrar pensamento e sentimento, agir de acordo com suas convicções e tomar decisões a partir do seu referencial e não dos outros.

### **3.4 Tríades, triângulos e suas conexões**

O estudo dos triângulos familiares surgiu no fim da década de 1950. Os estudos centrados nas crianças e adolescentes culminaram com o surgimento da teoria da triangulação. Contudo, foi nas décadas de 1960 e 1970 que sua utilidade começou a ser comprovada através da prática clínica.

Segundo Guerin, Fogarty, Fay e Kautto (1996) casos difíceis de tratamento, como o de famílias com indivíduos esquizofrênicos, estimularam pesquisadores a observar a estrutura familiar e a prestar atenção ao vínculo simbiótico. Perceberam que num triângulo com filho sintomático, existe uma estreita ligação entre o filho e um dos cônjuges, enquanto que o outro cônjuge ocupa uma posição distante e solitária.

O filho que se encontra aprisionado por esta relação, começa a expressar seus sentimentos através da sua conduta sintomática. Devido a este funcionamento, muitos sentimentos são encobertos pelo sintoma. Bowen (1979) destaca, principalmente, o medo do abandono e o medo de ser "engolido" pelos membros da família. Nos sistemas emaranhados estes medos encobertos podem acionar mecanismos de defesa nos indivíduos, como a triangulação.

Bowen também percebeu, observando os triângulos e seus movimentos, que "os ciclos de proximidade e distanciamento eram provocados, respectivamente, por estados internos de ansiedade de separação e de medo em ser aprisionado, ou seja, de ansiedade de incorporação" (1979: 22). Entre estes ciclos de aproximação e distanciamento os triângulos ativados podem ser notados quando questionamos: a quem estas pessoas se dirigem quando se distanciam da pessoa que mantém um vínculo simbiótico? Ou ainda: o que utilizam como forma de substituição deste vínculo?

De acordo com Bowen (1979), estas substituições acontecem pelo fato do indivíduo experimentar sensações de ansiedade e tensão. Na tentativa de aplacar seu desconforto e para evitar o enfrentamento de seus problemas com o membro anterior (díade simbiótica) procura um terceiro elemento para a absorção da sua ansiedade. Estes ciclos de aproximação e distanciamento acontecem entre os membros do casal devido à incapacidade do par em lidar com as ansiedades e as tensões geradas, ora pelo medo de ser aprisionado, engolfado pelo cônjuge por terem se misturado, simbiotizado, ora pela ansiedade de separação por terem que se distanciar excessivamente como defesa a essa hiper-aproximação. Quando a ansiedade torna-se intensa, difícil de suportar e o casal não encontra recursos para vencê-la é repassada a um terceiro, em geral a um dos filhos.

Como se pode observar, de acordo com a teoria boweniana (1979) é difícil falar em triangulações sem falar em relações fusionadas e níveis de diferenciação, porque quanto maior é o apego emocional com os pais, mais intensos são os mecanismos automáticos destinados a controlar a indiferenciação. O triângulo pode ser considerado o centro da construção do sistema relacional, o

qual mantém em sua dinâmica subjacente a associação entre a ansiedade de separação e a ansiedade de incorporação.

A este complexo sistema, Bowen (1979) denominou como "ansiedade de ligação". Uma forma patológica de envolvimento, conduzida pela excessiva ansiedade, a qual é comandada pela falta de auto-controle na manifestação emocional do indivíduo.

Guerin et al. (1996) dizem que muitas vezes, não é fácil constatar a existência de um ou mais triângulos nas relações. Isto porque, em certas ocasiões se faz necessário observar o processo durante certo tempo, em função do triângulo assim como a tríade fazerem parte de um mesmo continuum. Isto quer dizer que a tríade pode converter-se em um triângulo ativado, em momentos de estresse, e depois voltar ao seu estado anterior. Raramente, três indivíduos com elevado nível de indiferenciação podem relacionar-se sem que haja a triangulação.

Bowen (1979) diz que a triangulação faz parte da vida dos indivíduos, pelo fato da instabilidade diádica estar vinculada a conflitante necessidade de autonomia e conexão entre as pessoas. Assim, a estabilidade do sistema relacional é obtida pelo processo triangular que poderá permanecer por muito tempo, através dos padrões de repetição, e inclusive ultrapassar gerações.

A permanência do triângulo pode se manter em função da reatividade emocional de seus membros, que como define Guerin et al. "é o combustível que alimenta a ativação dos triângulos" (1996: 6).

Bowen (1979) acredita que o motivo que aciona este mecanismo de comportamento está ligado ao fato da díade experimentar desejos como necessidades que o outro não satisfaz. Nesta situação existem duas possibilidades de movimentos: ou o indivíduo se afasta e procura uma terceira pessoa para aliviar sua tensão ou aproxima-se e aceita o controle do outro através de suas exigências. Ambos não conseguem enfrentar suas dificuldades e compreender as diferenças.

Conforme Bowen (1979) a alteração do equilíbrio emocional da família ocorre pela existência destes conflitos e pode alcançar um nível crítico de desestabilização se, além da ansiedade, contribuírem outros acontecimentos familiares estressantes. Nessas circunstâncias, está acionada a força propulsora para o desenvolvimento do sintoma.

O indivíduo chega a este ponto pelo desejo de evitar problemas com seus pares, assim como o rompimento do vínculo. Como a mudança não é possível, um terceiro elemento pode ser incorporado ao grupo. Embora a díade tenha a intenção de estabilizar a relação, com frequência

termina por criar mais dificuldades, pois a triangulação não permite a diferenciação de seus membros.

Os triângulos são diferentes das tríades, portanto um grupo de três não é necessariamente um triângulo. Guerin et al. concordam que "uma das características da tríade é que cada um de seus membros se sente livre e é capaz de concentrar-se em si mesmo em vez de estar sempre tratando de saber qual é a postura dos outros antes de adaptar a própria" (1996: 70). Neste sentido, é importante aprender a interatuar de um a um, sem intervir na relação das outras duas pessoas. Ter atitude de acordo com suas crenças e despir-se da opinião dos outros, no sentido de centrar no seu objetivo e também na sua capacidade de observação. Acredita-se que esta aprendizagem pode contribuir para a formação de indivíduos mais espontâneos e assertivos em seus relacionamentos.

### **3.5 Tipos de triângulos**

Foi a partir dos estudos de Murray Bowen e outros pesquisadores sistêmicos citados anteriormente que a linguagem das tríades começou a vislumbrar novas possibilidades para a compreensão das relações humanas. Por tratar-se, historicamente, de uma concepção ainda muito recente é comum terapeutas utilizarem como referenciais o indivíduo e as díades ao invés de trabalharem com triângulos.

Andolfi (1984) afirma que somente através da estrutura triangular é possível estabelecer a diferenciação de suas partes. Isto significa que o modelo dual (no qual uma relação entre duas pessoas se desenvolve) não é mais suficiente para a compreensão de um fenômeno. É preciso um terceiro elemento para descrever a natureza dinâmica das relações.

Pode-se ilustrar a afirmativa de Andolfi através do seguinte exemplo: ao focar somente a relação simbiótica entre mãe e filho (relação dual), perde-se de vista a participação do pai que também é responsável pela estrutura do sistema.

O pensamento que se refere ao modelo dual baseia-se nos princípios da perspectiva linear de causa e efeito, na qual as díades apresentam-se em evidência, como no exemplo da vítima e do culpado. A nova perspectiva dos triângulos demonstra que com o modelo diádico não existe a

possibilidade de ampliar a observação do sistema para um campo mais vasto. Ao separá-lo em díades ou na simples soma das mesmas, a complexidade interacional não será compreendida.

Sendo assim, com o surgimento da teoria sistêmica e do conceito de circularidade (em que o indivíduo influencia e é influenciado por todos os membros dos diferentes subsistemas), amplia-se à possibilidade de ultrapassar as barreiras do paradigma causa-efeito e introduzir o conceito de triângulo, que segundo Andolfi (1996) é compreendido como um novo instrumento que permite descrever a natureza dinâmica das relações dentro de um sistema emocional, com suas tensões e seus equilíbrios.

É relevante ressaltar, que o fato do terapeuta trabalhar apenas com uma pessoa, ou seja, com a terapia individual, não significa que perderá de vista a tríade como unidade mínima de observação. O profissional deverá estar atento às diversas possibilidades que poderão apresentar os triângulos e suas complexas conexões. A configuração dos relacionamentos, assim como a mútua influência dos indivíduos para a manutenção do sistema necessita da atenção cuidadosa do terapeuta.

A introdução de um terceiro elemento em uma relação diádica propicia uma quantidade mais significativa de informações. Para ilustrar, pode-se pensar em um exemplo que envolva a esposa, o marido e a sua mãe. Se o marido continua vinculado excessivamente a sua mãe, faz sentido pensar que este emaranhamento continue a permear outras relações, principalmente a relação com sua esposa. Sendo assim, a estrutura triangular pode ser considerada como uma unidade mínima a ser observada pelo terapeuta familiar.

Por outro lado, Minuchin (1982) entende a triangulação como uma tríade rígida que desafia os limites das fronteiras. Segundo ele, para flexibilizar o sistema é preciso redefinir as fronteiras e as hierarquias geracionais. Minuchin classifica as díades como subsistemas (mãe-filho), (pai-filho) e (mãe-pai).

Minuchin (1982) defende que nas famílias disfuncionais, as fronteiras entre os subsistemas parental e filial ficam difusas e a fronteira que envolve a tríade pais-filho passa a ser inadequadamente rígida. Nesse sentido, o autor ressalta que se deve considerar a triangulação como o resultado da falta de fronteiras demarcadas.

Para Andolfi (1996) se a tríade pais-filho não existisse, o terceiro ficaria em situação de completo isolamento e este seria impedido de exercitar a função de mediação dos conflitos. De

outro modo, em períodos de crise do sistema familiar, a tríade poderá revezar-se no exercício da função de contenção e mediação de tensões existentes entre os outros dois.

Carter e Mc Goldrick consideram que "as famílias podem ser vistas como uma rede de triângulos conectadores, em que cada membro está próximo de alguns e distantes de outros, numa complicada teia de alianças e tensões" (1995: 180).

Carter e Mc Goldrick (1995) confirmam a complexidade dos relacionamentos. Para compreender os fenômenos interfamiliares necessita-se retirar o foco dos indivíduos e das díades, e concentrar-se nas várias possibilidades de relações entre três pessoas no grupo familiar para observar a mútua influência das partes e suas conexões com outros possíveis triângulos. Desse modo, a dinâmica dos triângulos pode ser entendida pelos aspectos reativos do sistema.

As autoras Carter e Mc Goldrick (1995) concordam que para destriangular (uma relação de dois a dois), o terapeuta precisa intervir para mudar deliberadamente a dedicação a um progenitor excessivamente próximo (ou outro membro da família) para aquele distante, a fim de conseguir um relacionamento mais adequado com cada progenitor como indivíduo. Em outras palavras, é preciso modificar a dinâmica dos relacionamentos e procurar desenvolver uma relação genuína de dois a dois sem a interferência de um terceiro elemento. Além disso, é importante aprender a manejar nossas emoções.

Imber-Black (1994) faz eco a estas últimas afirmativas e acrescenta a importância dos segredos na dinâmica da triangulação. O acobertamento de segredos pressupõe diferentes posições dos indivíduos na relação. Aqueles que conhecem o segredo estando "por dentro" e aquele que não tem consciência do mesmo, sendo excluído e ficando "de fora".

Os membros da família que estão inconscientemente enredados por algum segredo, geralmente fazem parte de vários triângulos, sem ter conhecimento do fato. Isto demonstra que é possível fazer parte de um triângulo mesmo sem saber. Por isso, não há como se eximir totalmente dos triângulos. Mas, na medida do possível, é importante tentar reconhecer quando estamos permitindo nos envolver por relações triangulares.

Até o presente momento, somente falamos de pessoas ocupando as três posições do triângulo. No entanto, Andolfi (1996) e Guerin et al. (1996) exemplificam outros tipos de triângulos, nos quais as dependências químicas também podem fazer parte de uma das extremidades do triângulo. Em outros casos, podemos obter uma triangulação com várias pessoas (membros da

família extensa) como grupo. Exemplo: esposa-marido-família extensa da esposa ou do marido. Ou ainda, entidades abstratas, pessoas ausentes, lembranças e expectativas.

Guerin et al. seguem afirmando que "quando surge um tema conflitante ou tóxico, como o do dinheiro, as pessoas que exercem maior influência sobre o cônjuge são seus familiares, especialmente sua mãe. Assim a influência da família extensa e a vinculação com ela se impõe à relação conjugal" (1996: 221). Conforme temas abordados por Minuchin (1982) neste tipo de triângulo é comum a disputa pela primazia da vinculação e da hierarquia da influência.

O casal quando resolve constituir sua família nuclear, gradualmente, precisa redefinir a primazia do vínculo, que antes pertencia às suas famílias de origem, mas agora, para o adequado funcionamento da nova família nuclear, necessita ser modificado. Caso contrário, a pessoa que ocupa a posição exterior do triângulo poderá ser incorporada como mais um "filho(a) pseudo-independente" de seus sogros.

Acredita-se então, que a pseudo-independência é atribuída a indivíduos, que pelo fato de estarem casados ou morando longe dos pais pensam ter conquistado a autonomia. Apesar da distância física continuam a sentir as influências negativas das relações fusionadas e trianguladas. A dificuldade com a intimidade é um fato real, e quando se sentem contrariados ou não aceitos pelo cônjuge se afastam, e buscam alguém ou algo que ocupe a terceira ponta do triângulo. Muitas vezes buscam consolo com uma amante, com a bebida ou com a droga.

O processo triangular pode identificar a dificuldade de um cônjuge em deslocar a sua lealdade da família de origem até a sua família nuclear, desse modo, se estabelecem hierarquias distorcidas e fronteiras difusas.

### **3.6 Triângulo parental primário**

Pode-se observar que após o nascimento da criança, a dinâmica familiar é caracterizada pela dedicação exclusiva dos pais, principalmente da mãe. Entretanto, com o tempo, esta relação deverá sofrer ajustes a fim de proteger a autonomia de cada membro da família. Todavia, isto não é sempre possível, e o vínculo que era considerado protetor se transforma em uma "armadilha" para o sistema familiar.

Segundo Guerin (1996) este triângulo que constitui pai-mãe-filho é conhecido como triângulo de origem primária ou triângulo parental primário, e considerado o mais significativo na vida das pessoas. O triângulo de origem primária situa-se como modelo ou referencial indispensável para os futuros relacionamentos do indivíduo, principalmente no desempenho dos seus papéis de pai (mãe) e cônjuge.

A experiência com a família de origem impõe expectativas imaginárias em relação a outras pessoas e a projeções de conteúdos emocionais não elaborados nestes relacionamentos. O trabalho terapêutico consiste em ajudar os membros da família a se apropriarem destes elementos inconscientes para que possam ser elaborados. Num segundo momento, é importante aprender a expressar o ressentimento na relação que se originou o conflito, evitando-se assim, o deslocamento do mesmo a outros contextos, seguidos pela formação de novas triangulações.

De acordo com Guerin (1996) com a passagem do pensamento linear-causal para o pensamento mais complexo em que se situa a circularidade, o foco nas relações amplia-se e surgem novas possibilidades de compreensão das conexões e entrelaçamentos dos triângulos. Sob a luz da teoria dos triângulos, se observam fenômenos interrelacionais, em que a díade pode ser entendida a partir de um terceiro elemento num circuito de mútua influência.

Exemplifica-se com uma situação em que o filho apresenta sintomas de enurese e um apego excessivo com sua mãe. Ao observar somente a criança ou a dupla mãe e filho, perde-se de vista outras possibilidades valiosas para a compreensão do problema. De acordo com a teoria sistêmica da triangulação, outras hipóteses podem ser consideradas, entre elas o triângulo parental primário, formado pelos dois genitores e o filho. O sintoma da criança pode denunciar um conflito subjacente na relação conjugal, porque um conflito aberto entre o casal desestabilizaria a sua relação. Deste modo, a tensão se organiza em torno do cuidado com o filho, que desvia a atenção do casal com a mudança do foco.

Andolfi sustenta que “por meio da escolha da estrutura triangular temos a possibilidade de realizar confrontos entre as entidades colocadas nos vértices do próprio triângulo” (1994: 33). O terapeuta pode escolher a entidade de qualquer natureza para colocar nos vértices do triângulo, desde que as conexões entre os pólos sejam significativas. Esta decisão é tomada a partir da coleta de informações importantes, as quais proporcionam várias leituras do contexto familiar. A atenção do profissional deve eleger como eixo principal do seu trabalho os tipos de relações que enredam as



peessoas envolvidas, ou seja, a maneira pela qual elas interagem. O conteúdo das histórias não deve ocupar o centro da atenção terapêutica, apesar de sua importância no processo.

Outro aspecto relevante da estrutura dos triângulos se refere à posição em que cada membro ocupa dentro do sistema familiar. Guerin et al. consideram que “estruturalmente, os indivíduos podem ocupar três posições: a interior, a exterior e a de enredado no meio” (1996: 95).

No exemplo citado anteriormente, a interação especial da mãe e do filho ocupa a posição interior do triângulo. O pai encontra-se na posição exterior porque está sendo excluído ativamente da relação com os outros dois. Em outras situações esta mesma posição pode ser ocupada pela pessoa que está sendo ignorada ou pressionada pela dupla. Por vontade própria, às vezes, o indivíduo periférico afasta-se, o que propicia a formação de novas triangulações com outras pessoas.

Neste caso, o mecanismo de defesa utilizado pelo marido é o distanciamento emocional que acontece pela ansiedade da esposa, que provoca nele o medo de ser criticado e controlado por ela. Os sentimentos como a solidão, o medo de ser controlado ou recriminado é comum no indivíduo que ocupa esta posição. Por outro lado, a esposa também se sente ameaçada pela ansiedade do marido que provoca nela o medo de ser abandonada.

Guerin et al. explicam estas diferenças da seguinte maneira: “em um distanciador emocional, o que predomina na maior parte do tempo é a ansiedade de incorporação; em um perseguidor emocional, a expressão mais comum é a ansiedade de separação” (1996: 118).

Guerin et al. (1996) entendem que a dinâmica de complementaridade perseguidor-distanciador entre os casais é o processo que está por detrás do conteúdo das interações familiares. Quanto mais um dos cônjuges persegue, pressionando para maior comunicação e proximidade, mais o outro se distancia, e quanto mais este se afasta, mais o outro o cerca. Contudo é importante salientar que, de acordo com a situação, tanto o perseguidor pode sentir ansiedade de incorporação como o distanciador pode sentir ansiedade de abandono.

Compreende-se que em outros casos de triangulação primária, em que a filha absorve a tensão do casal e está mais próxima do pai, este pode sentir-se sobrecarregado e incompreendido, enquanto a mãe pode se sentir incompetente e ameaçada na sua função de mãe e esposa. Pressupõe-se que a mãe sinta a relação estreita entre o pai e a filha como uma ameaça a sua relação conjugal. Neste contexto, a esposa evita o conflito direto com o marido, mas pode assumir uma postura

ambivalente com a filha, a qual poderá desenvolver problemas de aprendizagem, isolamento social ou alguma manifestação de ordem física.

Segundo Guerin et al. (1996) da mesma forma que os conflitos não resolvidos com a família de origem são deslocados para a relação conjugal, os conflitos não resolvidos entre o casal podem ser desviados para a relação com o filho.

Acredita-se que a falta de diálogo entre o casal inviabiliza a solução dos problemas e facilita o surgimento dos sintomas, como os casamentos conflituosos ou emocionalmente distantes, a disfunção num dos cônjuges (depressão, dependência química, enfermidades físicas, etc) e a projeção de suas dificuldades nos filhos.

Guerin et al. (1996) salienta que o portador do sintoma pode ocupar qualquer posição da estrutura e com a formação de novos triângulos as posições também podem ser alteradas. No caso da díade superenvolvida, com o aumento da ansiedade e conseqüente afastamento, um dos membros pode mover-se até uma terceira pessoa para encontrar alívio temporário, deixando a outra na posição exterior.

A seguir, para facilitar a compreensão dos entrelaçamentos entre passado, presente e futuro das pessoas, será discorrido um exemplo de emaranhamento no triângulo parental primário de uma situação clínica hipotética, imaginada pela autora.

Lúcia e sua mãe mantinham uma relação crítica e distante. Lúcia experimentava sentimentos ambíguos a respeito de sua mãe, amor e rejeição ao mesmo tempo. Com seu pai sua relação era mais tranqüila porque este apoiava a filha e ouvia suas queixas. Lúcia casou-se com Daniel e meses depois começaram a surgir dificuldades na relação do casal que pareciam intransponíveis.

Quando Daniel criticava ou fazia exigências à esposa, esta se comportava com uma atitude defensiva que aprendeu quando sua mãe a criticava. Lúcia agia com frieza, rispidez e distanciamento. A situação que ela vivia no presente, automaticamente, a remetia para os conflitos não resolvidos no passado. Sem ter consciência do que acontecia, apresentava na relação com seu marido sempre a mesma resposta aprendida no relacionamento com seus pais e excluía-se da comunicação mais íntima, mantendo-se sempre afastada emocionalmente.

O outro lado do problema do casal é que Daniel havia perdido os pais em um trágico acidente de carro, enquanto sua única irmã morava em Nova York. O relacionamento de Daniel

com os pais também era conturbado, mantinha com a mãe uma relação de mútua dependência e com o pai pouca interação devido à sua excessiva carga de trabalho. Por sua vez, Daniel exigia mais atenção e demonstração de afeto em momentos que Lúcia não podia oferecer, então a criticava, quando não recebia o cuidado desejado.

É provável que Daniel tenha aprendido na relação de superenvolvimento com sua mãe o desejo de manter o mesmo vínculo com sua esposa, que em contrapartida a estimula a distanciar-se cada vez mais, já que o movimento dele desperta nela o medo de ser controlada ou criticada. Assim como Daniel, Lúcia também aprendeu a defender-se de acordo com suas experiências intra-familiares.

Considera-se que os problemas do referido casal apontam para as mesmas dificuldades em pontos específicos, como o pedido velado dos dois para que um preencha as necessidades do outro, não satisfeitas pelos seus pais. A outra questão que merece destaque é a reatividade emocional do casal, aprendida pelas experiências relacionais com suas famílias de origem, característica fundamental do sistema para a ativação dos triângulos.

É relevante mencionar que a intimidade evitada por Lúcia é decorrente do risco de ser abandonada ou rejeitada. Estes sentimentos constituem obstáculos para uma expressão mais livre e espontânea. Embora aprecie e sinta falta de vínculos afetivos, o medo da intimidade ainda é maior que seus desejos.

Com o aumento da ansiedade, uma das hipóteses é que Lúcia procure consolo junto a seu pai. O movimento de Lúcia ativa um novo triângulo, no qual participa com seu pai e seu marido. A partir desta triangulação, o casal afasta-se ainda mais da solução dos problemas conjugais.

O processo terapêutico inclui várias intervenções a partir do conhecimento da teoria dos triângulos. O terapeuta inicia seu trabalho com o triângulo mais próximo, com o objetivo de reduzir os sintomas, e depois desloca sua atenção para o triângulo parental primário dos cônjuges. Em seguida, o profissional ajuda o casal a perceber e a diferenciar os ressentimentos relacionados com seus pais, dos ressentimentos pertencentes à relação conjugal e mostra para ambos os recursos que possuem para diminuir a reatividade emocional para que o diálogo possa ser praticado.

O processo terapêutico também capacita o indivíduo a desenvolver uma crescente primazia do vínculo conjugal com o cuidado de preservar as relações do casal com seus pais e auxilia os membros do casal a expressar seus ressentimentos e seus pontos de vista nas relações de dois a dois

sem envolver terceiros. Enfim, o terapeuta discute com o casal sobre outras possibilidades de relacionamentos com a família extensa, atitude necessária para que a relação conjugal não se sobrecarregue. Bowen diz que “um dos mecanismos automáticos mais eficazes para reduzir os níveis excessivos de ansiedade em uma família é um sistema relacional relativamente aberto à família extensa” (1979: 75).

## 4. EXEMPLOS DE SITUAÇÕES CLÍNICAS HIPOTÉTICAS DE CASOS EXTRA-CONJUGAIS.

### 4.1 Exemplo 1

Pedro tem uma relação excessivamente próxima com sua mãe e distante de seu pai. Ele percebe seu pai através dos “olhos” de sua mãe. Portanto, Pedro sente dificuldade de criar um vínculo afetivo com seu pai, primeiro, em função da sua percepção distorcida e, segundo, pela lealdade implícita a sua mãe.

Pedro ao casar-se com Mariana, mantém seu comportamento automático, desta vez, distancia-se dos pais na expectativa de construir um vínculo afetivo com sua esposa. No entanto, quando surgem problemas entre o casal, Pedro utiliza-se dos mesmos mecanismos de defesa vivenciados com seus pais. Sua resposta emocional impulsiva é de encerrar-se em si mesmo e afastar-se das pessoas, inviabilizando a intimidade com o parceiro e a possível resolução dos problemas. Isto ocorre, porque só experimentou em sua família de origem: ou distanciamento, como era com o pai, ou superenvolvimento com a mãe, que o leva ao medo de perder sua suposta independência e o seu auto-controle. A esposa, por outro lado, sente-se abandonada e descuidada pelo marido e concentra seus esforços na relação com os filhos.

Contudo, é importante não perder de vista que os riscos existem nas mudanças, sendo assim, a solução para Pedro pode significar uma ameaça e não uma solução para os problemas. Ele pode imaginar que ao se aproximar de seu pai, algo muito ruim poderá acontecer à sua mãe, que por sua vez, deixará de amá-lo.

Outra relevante questão aponta para o risco de Pedro enfrentar as próprias emoções e a intimidade a partir da interação de dois a dois, ora com a sua mãe, ora com seu pai, ora com sua esposa. Ao construir uma intimidade com o pai, por exemplo, talvez a ansiedade da mãe alcance um nível insuportável, a ponto de desenvolver um sintoma de depressão, e é provável que Pedro não suporte a culpa devido ao compromisso implícito de lealdade com ela. Ainda com base na mudança, existe o risco dos problemas conjugais dos pais de Pedro serem revelados a família, quando ele deixar de exercer a função imposta pelo padrão do sistema. Com frequência, mitos como o

“casamento perfeito” pode inviabilizar o enfrentamento dos conflitos e sustentar a dificuldade da mudança.

Este exemplo mostra que evitar os conflitos e não enfrentá-los é o mesmo que adiar soluções, e inclusive tornar mais complexa, a resolução do conflito. O gérmen da triangulação filial continua latente, sendo que o passado se funde com o presente e o futuro.

Como já mencionado, o triângulo parental primário é considerado como base essencial para a aprendizagem emocional dos indivíduos. A maturidade emocional de cada cônjuge pode ser medida pela intensidade da ansiedade e expressão de cada um deles. Outro fator importante é à disposição do casal em se comprometer e investir no novo relacionamento.

Com a construção desse vínculo é preciso que ambos estejam dispostos a substituir a primazia da relação parental pela primazia da relação conjugal. O casal deverá se fortalecer a medida que for experimentando maior intimidade, condição necessária para suportar as adversidades da vida.

No entanto isto não significa que os cônjuges tenham que se afastar ou impedir as influências da família de origem. Estes contatos são importantes para equilibrar as emoções do novo núcleo familiar, desde que a hierarquia e os limites do sistema sejam estabelecidos. No convívio diário, surgem as diferenças do casal que podem influenciar a relação. Se por exemplo, o marido não tiver resolvido o seu apego emocional com sua mãe, o resultado será menor disponibilidade para formar o vínculo primário com sua esposa.

Bowen entende que o apego emocional “existe em todos os graus de intensidade possíveis. O grau de apego emocional não resolvido equivale ao grau de indiferenciação” (1979: 72). Nestas circunstâncias, as relações posteriores serão contaminadas pelo mesmo padrão de funcionamento do triângulo parental. É importante salientar que isto não quer dizer que o filho tenha que se afastar da mãe, mas que haja uma transformação deste apego infantil por uma conduta adulta, com fronteiras demarcadas entre os subsistemas.

Com as fronteiras mais nítidas os membros envolvidos gozam de mais espontaneidade e liberdade para agir e, conseqüentemente atingem um desenvolvimento mais eficaz de suas habilidades interpessoais.

## 4.2 Exemplo 2

Júlio cresce em um ambiente com um pai distante e idealizado, e com uma relação de conflito e excessiva proximidade com sua mãe. Júlio desenvolve uma tendência a escolher mulheres distantes e repete o seu padrão de funcionamento na tentativa de manter uma relação de excessiva proximidade. De outra forma, a esposa Fernanda, sempre se manteve distante de seu pai, já que seus pais separaram-se quando ela tinha apenas três anos. Ela entende que sua mãe foi vítima de um marido “mulherengo” que não amava a esposa e sua filha. Por outro lado, a mãe de Fernanda manifestava um comportamento dominante e controlador, provocando um movimento do subsistema que oscilava entre uma excessiva aproximação e afastamento. Através das experiências vivenciadas com a família de origem, Fernanda aprendeu de forma subliminar que se deve evitar falar sobre assuntos minimamente perturbadores, e assim manter o sistema funcionando sem “quebrar” a regras familiares.

Fernanda ao casar-se com Júlio pretende uma relação diferente dos seus pais e tenta buscar refúgio no matrimônio, mas não tem consciência do quanto poderá ser influenciada pelo padrão de funcionamento da sua família primária. Com o decorrer do tempo, a atitude “cuidadora” do marido adquire outro significado para Fernanda, a qual se sente angustiada e sufocada nesta relação. Fernanda com medo de ser controlada pelo marido, visto que o mesmo mantém uma posição semelhante a sua mãe de excessiva proximidade, distancia-se e maneja uma nova triangulação, tendo um caso extraconjugal. Esta atitude é mantida pela crença de Fernanda de que não se deve falar o que se pensa ou sente para não piorar as coisas, e assim sua solidão se intensifica com a impossibilidade de diálogo entre o casal. A nova triangulação compensa sua irritação, frustração e medo de enfrentar os conflitos, no entanto não a preserva de um comportamento disfuncional e de conseqüências indesejadas. Mesmo assim, algumas vezes, este é o único recurso aceito pelo indivíduo, para dar vazão a sua ansiedade e manter o equilíbrio do sistema.

Guerin et al. (1996) enfatiza que o processo reativo no triângulo original influencia a relação conjugal. Inicia-se pela sensibilização do indivíduo a certos acontecimentos que desencadeiam sensações emocionais internas e depois é seguido pelo conseqüente comportamento reativo.

A reatividade pode ocorrer de diversas maneiras e encontra-se presente nas atitudes polarizadas como no afastamento do indivíduo, na sua negativa de falar, comportamentos violentos,

etc. Geralmente, não se tem consciência de que os conflitos não resolvidos e a disfunção do sistema continuam a conduzir os comportamentos. A reatividade emocional é designada como uma das características destes padrões repetitivos. Aprender a controlar os impulsos é fator primordial para quem deseja “dirigir” a sua própria vida.

O desencadeamento destas emoções pode ser evidenciado através do trabalho com triângulos que permite ao terapeuta organizar o seu foco e impede que a concentração se perca nos discursos sobre o conflito diádico, assim como mantém o pensamento circular. Os triângulos estão sempre presentes, embora ocultos pela ênfase do sistema, que mantém a ilusão de que o verdadeiro problema entre as pessoas é o indivíduo eleito como portador do problema.

De acordo com as experiências de Guerin et al.(1996), a intervenção do terapeuta nestes casos, elege alguns objetivos. Em primeiro lugar, o comprometimento do cônjuge infiel no fim da aventura, se for de seu desejo a evolução da terapia conjugal. Aceitar a dor e o sentimento de perda da relação extraconjugal em sessões individuais. Trabalhar a responsabilidade de cada um pelo estado emocional do matrimônio e os ganhos que cada um obtém na posição que ocupa.

Outro aspecto importante que deve ser considerado para restabelecer o vínculo de confiança entre o casal é que o cônjuge que traiu a regra do compromisso assuma a responsabilidade das suas atitudes e expresse o seu arrependimento desculpando-se com o outro. Também é necessário investigar outros triângulos intrafamiliares, principalmente a triangulação primária, que contribui para a manutenção da aventura extra-matrimonial.

Bowen (1979) sugere ainda que o casal inicie uma relação entre dois com cada um de seus progenitores. Esta tarefa exige empenho dos envolvidos, no entanto pode ser compensadora. O esforço por conseguir uma relação entre dois melhora o sistema relacional da família, e também constitui exercício para se conhecer. A prática se faz por meio da observação familiar, do auto-controle emocional e da busca por maior intimidade, para que o fluxo das emoções se mantenha na díade, dispensando a triangulação. Este esforço é construtivo, à medida que os membros da família se relacionam com maior liberdade, sem tomar partido, e assim todos são beneficiados.

Por último, indica-se a tentativa de restabelecer o vínculo de credibilidade do casal. Ajudá-los a identificar seus ressentimentos, no sentido de diferenciar o que é provocado pelo cônjuge e o que é provocado pelo triângulo de origem. Esta atitude proporcionará a destriangulação com os



devidos pais e a possibilidade do cônjuge em conseguir deslocar a sua lealdade da família de origem até seu parceiro.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A autora acredita que a escolha do tema sobre triangulação não foi uma escolha casual. No decorrer do curso de especialização sentiu-se muito atraída pelo assunto, no entanto, pensou que seria difícil escrever sobre algo ainda pouco pesquisado e com múltiplos aspectos. Então, num primeiro momento buscou outros temas para trabalhar, mas foi encorajada pela sua orientadora a persistir em sua primeira escolha.

Iniciou-se o estudo com muitas dúvidas, entretanto, com a empolgação das descobertas e aprimoramento das idéias, a autora adquiriu maior familiaridade com o problema e paulatinamente pode controlar a ansiedade e alcançar seu objetivo.

Os estudos aqui citados apontam para a complexidade do contexto familiar. De forma geral, os autores referenciados, estão atentos ao processo de diferenciação, autonomia e conectividade dos membros da família e demonstram com clareza que estamos todos conectados e interligados. A mudança de cada membro afeta todo o sistema. Portanto, justifica-se pensar no conjunto de relações no qual a pessoa está envolvida, como o objeto de estudo da psicologia familiar.

Os exemplos de algumas triangulações ativas na parte final do trabalho demonstram como cada personagem, ao mesmo tempo influencia e é influenciado na maneira de agir e pensar. É possível observar que nenhuma pessoa é possuidora de um controle unilateral sobre qualquer outra pessoa, e que embora a dupla, vítima e vilão, sejam aceitas naturalmente pela sociedade sem contestação, é importante recordar que talvez o papel de “coitadinho” seja a única forma de garantir o controle, assim como uma forma metafórica de expressar aquilo que não pode claramente ser revelado. O poder e o controle surgem da maneira como o sistema se organiza, de acordo com suas exigências funcionais e de acordo com regras implícitas e impostas por crenças aprendidas.

Outro aspecto relevante segundo os autores é a questão da comunicação, na medida em que pode modelar o relacionamento das famílias e revelar a reatividade emocional dos seus membros.

A agressividade faz parte da condição humana, em virtude disto, todas as pessoas são suscetíveis a estas experiências. No entanto, o problema não está na agressividade vivenciada e sim na forma como é comunicada nos relacionamentos. Na presença da reatividade o indivíduo não consegue ser pró-ativo ou assertivo em suas relações. Não há como controlar as pessoas, é preciso voltar-se a si mesmo e controlar as próprias emoções. Isto significa demonstrar a agressividade de

maneira diferente, sem agredir, sem destruir e poder demarcar fronteiras nítidas entre o que é espaço pessoal e espaço interativo. Falar sobre os motivos que geraram a tensão e o desconforto e negociar as diferenças sem imposições pode favorecer muito a comunicação e o entendimento.

Do ponto de vista clínico é tarefa do terapeuta ajudar o cliente a diferenciar o sistema afetivo do intelectual e a melhorar o nível de comunicação e relacionamento. Trata-se de um grande desafio ao lidar com todos os aspectos que levam à triangulação e suas conexões. Acredita-se que uma das dúvidas mais comuns dos psicólogos sistêmicos, seja em relação a eliminar ou não a triangulação quando descoberta em um processo terapêutico, devido às implicações da mudança.

É necessário considerar os riscos, ou seja, os problemas subjacentes que podem aparecer com a prematura destriangulação. Se o profissional não conseguir lidar de forma adequada com a sua ansiedade e avançar o processo sem considerar a situação na sua totalidade, poderá ampliar as dificuldades do sistema. Deve-se avaliar criteriosamente a retirada do “suporte” (triangulação), porque em determinada circunstância talvez esta estrutura familiar seja a única solução viável para o equilíbrio do sistema.

A partir destas considerações e do fato deste estudo ter como eixo condutor a abordagem sistêmica, a autora sugere a ampliação deste tema com as idéias de outras áreas psicológicas como a Psicanálise, Psicologia social, Gestalt, etc. Acredita-se que a visão de outras abordagens pode enriquecer o estudo sobre a triangulação, devido às conexões entre as diversas teorias, e assim contribuir para novas possibilidades.

## 6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDOLFI, M. et al. **Por trás da máscara familiar.** Trad. de Maria Cristina R. Goulart. Porto Alegre: Artes Médicas, 1984.

ANDOLFI, M. **A Linguagem do encontro terapêutico.** Trad. Rosana Severino Di Leone. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.

BOWEN, M. **De la familia al individuo:** la diferenciación del si mismo em el sistema familiar. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica, 1979.

CARTER, B.; MCGOLDRICK, M. Trad. **As mudanças no ciclo de vida familiar.** Maria Adriana Veríssimo Veronese. 2.ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.

CERVENY, C. M. O. (Org.). **Família e – Comunicação, divórcio, mudança, resiliência, deficiência, lei, bioética, doença, religião e drogadição.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004.

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

IMBER-BLACK, E. **Os segredos na família e na terapia familiar.** Trad. Deise Batista. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.

MICHAELIS. **Moderno dicionário da língua portuguesa.** São Paulo: Companhia Melhoramentos, 1998.

MIERMONT, J.; MOLINA-LOZA, C. A. **Dicionário de terapias familiares:** teorias e práticas. Porto Alegre, Artes Médicas, 1994.

MINUCHIN, Salvador. **Famílias:** funcionamento & tratamento. Porto Alegre, Artes Médicas, 1982.

SCHULTZ, N. C. W. **Fatores de risco e de proteção para o desenvolvimento da criança durante a transição para a parentalidade.** 173f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2006.

TAGLIAFERRO, A. R. et al. **Emoção, afetividade e a relação com a educação, segundo a Teoria Histórico – Cultural.**

Disponível em: <<http://www.lite.fae.unicamp.br/cursos/ep127/emocao.htm>>. Acesso em: 02 ago 2007.

