CRISES NORMAIS DO CICLO DE VIDA FAMILIAR

Denise Franco Duque[5]

RESUMO

Nesse artigo a autora inspira-se em sua prática clínica em Terapia Familiar para apresentar as fases evolutivas do Ciclo de Vida da Família, descrevendo algumas tarefas relacionais características de cada fase, bem como alguns riscos por elas acarretados. A fim de melhor ilustrar, conclui com uma vinheta clínica.

ABSTRACT

This article is inspired in the author's private experience with family therapy. It presents the evolutive phases of familiar cicle of life describing some typical relational tasks in each phase, as well as some risks caused by them. In order to illustrate it, she concludes with a clinical brief example.

Observar uma família por um intervalo de tempo, é vê-la como um organismo em desenvolvimento, que passa por estágios de crescimento que afetam cada indivíduo em particular e ao sistema familiar como um todo.

Desde que se constituem, por meio da união de um casal, as famílias passam por um certo número de fases evolutivas naturais que se sucedem ao longo de um contínuo, o qual denomina-se ciclo vital.

O desenvolvimento "normal" do ciclo de vida da família, inclui portanto, períodos de transição, de passagem, durante os quais o equilíbrio e a organização familiar são abalados. Estes períodos caracterizam-se por certa dose de conflitos e ansiedade provocados por abalos nas regras e padrões de funcionamento até então estabelecidos, podendo vir acompanhados por manifestações sintomáticas ou queixas somáticas, as quais poderão ser entendidas como o modo da família de expressar suas dificuldades de passar de um estágio a outro.

De forma ideal, estes conflitos dão lugar a padrões de interação mais complexos e criativos. Traduzem a exploração do novo no meio

familiar, trazendo como conseqüência, resoluções em níveis cada vez mais altos de crescimento e maior diferenciação e individuação de cada um dos seus membros.

Para que o crescimento ocorra, o sistema tem de suportar este abalo no seu sistema de crenças, de forma a poder criar novas condições de convivência, rediscutindo e renegociando regras e funções anteriormente determinadas a cada um, incluindo necessidades e reivindicações afetivas anteriormente inexistentes.

A noção de crise portanto, aqui é fundamental, definindo-se por seu caráter transitório, limitado no tempo. Esta nos permite diferenciá-la de um funcionamento patológico crônico em que o sintoma agravar-se-ia diante de cada demanda de adaptação do sistema familiar a um novo acontecimento interno ou externo.

A seguir, veremos algumas etapas ou fases pelas quais passam as famílias ocidentais típicas, descrevendo algumas tarefas relacionais características bem como alguns riscos que as mesmas acarretam.

1- FORMAÇÃO DO CASAL

Penso poder iniciar pela formação do casal, uma vez que didaticamente é útil conceituar o começo da família como o momento no qual dois adultos se unem com o propósito de formá-la. Em geral, é a cerimônia de casamento que ritualiza esta passagem. Entretanto, para que esta união de fato ocorra, o par terá de passar por uma fase de adaptação mútua, necessitando aprender a conviver com o conjunto de crenças, atitudes e expectativas que cada um traz de sua família de origem. Este período é marcado por um processo de negociações verbalizadas ou não, em torno destas convicções que cada um traz consigo, de modo a possibilitar ao par "casar" ou sincronizar suas expectativas e estilos diferentes até que possam desenvolver seus próprios meios de se relacionar e de lidar com o afeto. Isso implica desenvolvimento de regras sobre proximidade conjugal, sobre padrões de colaboração nos afazeres domésticos, freqüência com que se faz sexo, estabelecimento de fronteiras ou limites com parentes e amigos, entre outros.

O processo de estabelecimento de fronteiras com parentes é freqüentemente forte fonte de estresse em nosso meio, uma vez que, para a grande maioria das famílias latino-americanas, o casamento consiste no momento em que os jovens pela primeira vez deixam a casa dos pais. Assim, as tensões nessa etapa são amplamente sentidas por toda a família extensa. Quem sai terá que aprender a viver tanto emocional-

mente quanto economicamente longe dos pais, ao mesmo tempo em que passa pelo período de adaptação ao novo companheiro. Quem fica, os pais e os irmãos, terão de reorganizar a casa lidando ao mesmo tempo com a ausência e com a aprendizagem de novos padrões de interação com o membro da família que estará lutando para formar com seu companheiro um novo compromisso de lealdade, que necessariamente implica relativo distanciamento e exclusão dos demais.

Se a separação da família de origem se faz com dificuldades, pode-se observar profunda tristeza em um dos noivos ou em algum dos parentes nos dias que antecedem a cerimônia. Também são comuns algumas queixas somáticas, como mal-estar gástrico, enxaqueca ou até mesmo herpes em pessoas habitualmente muito resistentes a todas infecções. Durante os primeiros períodos de casamento, podem aparecer dificuldades de sono ou sexuais até então inexistentes. A infertilidade, por exemplo, pode ser algumas vezes entendida como dificuldade em afrouxar os laços de lealdade com a família de origem. Ter um filho, seria uma maneira de quebrar concretamente o vínculo com os pais, o que para um dos cônjuges é muitas vezes inconscientemente intolerável (5).

2 - NASCIMENTO DO 1º FILHO

Com o nascimento de uma criança, novos grandes ajustes serão necessários. O par terá que modificar radicalmente seus padrões de interação para permitir a inclusão de um novo membro e ao mesmo tempo poder continuar com sua relação de casal.

A etapa mais difícil é a imediatamente após o parto, enquanto o recém-nascido é completamente dependente de cuidados responsáveis. Durante este período os pais são, como nos diz Tilmans-Ostyn, invadidos pelo filho, justamente na etapa de vida em que necessitam lidar com dificuldades existenciais importantes como problemas profissionais, preocupações com aquisição de bens e moradia etc., o casal necessitará aprender a dividir seu tempo e sua lealdade tendo de lidar com demandas completamente diferentes e às vezes contraditórias.

Como ela fará para atender as necessidades constantes de seu filho e ainda estar disposta e receptiva às expectativas de companheirismo e desejos do marido? Poderá ela conciliar seus interesses pessoais e profissionais com as reivindicações domésticas? Será ele capaz de adaptar-se às transformações em sua rotina sem excluir-se e distanciar-se? Terá ele maturidade para compreender e ajustar-se a função paterna?

Se esses problemas são insuficientemente resolvidos padrões disfuncionais de interação poderão surgir. Por exemplo, a esposa poderá incluir a sua mãe como *expert* em cuidados infantis e elas, unidas, responsabilizarem-se inteiramente pela criança. O pai, inexperiente, poderá sentir-se sem capacidade de reivindicar seu espaço e distanciar-se cada vez mais da esposa e do filho. A criança, que ainda não adquiriu a linguagem verbal e não compreende o significado das palavras, capta a tensão familiar e não compreende o significado das mensagens, podendo traduzir o conflito através de seu único meio de expressão: a linguagem somática. Deveremos então, nesta fase, estar atentos a manifestações de insônia, asma, distúrbios gastrointestinais e de alimentação.

3- FAMÍLIAS COM FILHOS EM IDADE ESCOLAR

Nesta etapa os pais terão de aprender a lidar principalmente com questões relacionadas a limites e à socialização.

A criança em crescimento manifesta maiores indícios de independência e autonomia com os quais os pais nem sempre têm facilidade para lidar. Discussões a respeito do que é permitido ou não fazer aparecerão: regras sobre horário de ir para cama, sobre o tempo de lazer, de estudo, sobre o que a criança pode comer, pode fazer desacompanhada etc...Além disto, à medida que a criança cresce, surgem necessidades de alargamento de fronteiras, que possibilitarão uma abertura cada vez maior para o exterior, de maneira que a(s) criança(s) possa(m) ter convivência com outras crianças da mesma idade e experiências com diferentes adultos de forma a enriquecer sua experiência pessoal e individuação.

Nem sempre os pais são capazes de chegar a acordos sobre limites, transformando suas discussões em combates mais ou menos explícitos. Cada um deles, influenciado por seus modelos infantis, passa a querer "fazer exatamente como", ou ao contrário "não fazer como" seus próprios pais, competindo em torno de quem é mais forte, quem é o melhor, qual sabe melhor exercer autoridade e impor limites necessários.

Mesmo que a criança já tenha domínio da linguagem verbal, poderá expressar suas emoções diante desta guerra através da linguagem do corpo. É o período em que surgem enurese, terror noturno, dificuldades escolares, hiperatividade, gagueira ou excessiva ansiedade e agressividade nos contatos sociais.

Mais uma vez, os sintomas poderão ser compreendidos como sinal que alerta para as dificuldades do sistema familiar de integrar o novo e passar uma fase evolutiva para outra.

4- FAMÍLIA COM ADOLESCENTES

Esta é uma das etapas mais críticas e nela se põe à prova a estabilidade familiar. O adolescente interagindo com seu grupo de pares coloca em cheque a ideologia familiar, questionando e muitas vezes afrontando os valores sobre sexo, drogas, maneira de vestir, política, estilo de vida, visão do futuro.

Além disto requisita novos padrões interativos com seus pais e irmãos, testando a autoridade daqueles, através de questionamentos sobre proximidade afetiva, autonomia e controle.

Não raro os pais manifestam muito sofrimento durante esse período, seja por interpretarem as necessidades de independência dos filhos como rejeição a seu afeto, seja por sentirem-se culpados e responsáveis pelas decisões pouco adequadas tomadas por eles. Com intuito de evitar que seus filhos sofram, muitos pais tentam determinar suas escolhas, com a justificativa de já terem passado pelo mesmo tipo de experiência. Agravam desta forma o conflito de rebeldia do jovem que necessita como tarefa normal do desenvolvimento, diferenciar-se para poder individualizar-se.

Este processo de individuação e separação poderá ser lentificado se houver discórdia conjugal e/ou se o jovem perceber um dos pais como excessivamente depressivo ou dependente. Poderá sentir-se ingrato e culpado por deixá-los, principalmente se concluir que ele próprio é o único companheiro deste genitor que lhe dá indícios de que não agüentará viver sem sua companhia. A solução será sacrificar sua própria liberdade, a fim de salvaguardar a unidade da família e o equilíbrio de cada um dos seus integrantes. Neste contexto poderão aparecer uso de drogas, comportamentos psicopáticos, algumas manifestações fóbicas ou em situações extremas, comportamentos psicóticos. Na maioria das vezes, poderemos entrever nestes sintomas, o conflito de dependência x independência. Por um lado o jovem distancia-se dos pais rebelando-se contra os valores familiares (usando drogas p. ex.) e por outro os une mantendo-os ligados a si, movidos por preocupação e acirrado controle.

5 - FAMÍLIAS COM FILHOS ADULTOS - NINHO VAZIO

Nesta etapa, os filhos jovens acabam de passar por um dos períodos mais tormentosos de suas vidas, conquistando uma identidade e independência de seus pais, formando seu próprio estilo de vida, compromissos pessoais com uma carreira, com amigos e por fim, com um parceiro.

A família originária volta a ser constituída por dois. Ainda que o casal que agora reencontra-se só, tenha uma longa história juntos, terão que reaprender a viver como um par sem filhos, ou seja, voltar a ser apenas um par de cônjuges e não mais um par parental.

Este poderá ser um período especialmente difícil para aqueles casais em que a mulher dedicou-se quase exclusivamente à casa e aos filhos e o marido à sua carreira profissional. O casal desaprendeu a conviver como marido e mulher, companheiros, e poderão sentir-se deprimidos com o "ninho vazio" (sem os filhotes) e incapazes de obter uma reaproximação.

Mas nem sempre é assim. Poderá ser uma etapa de vida de grande desenvolvimento e realização em que o par poderá reconquistar espaços anteriormente perdidos, podendo aproveitar o tempo disponível para juntos ou separados realizarem sonhos e experiências antes inatingíveis. Além disto, se a separação dos filhos se deu de maneira construtiva poderão desfrutar do convívio com os netos. Para os avós, esta fase poderá permitir o redescobrimento da ternura entre eles bem como uma melhor resolução de antigos conflitos com os filhos, que agora, através de sua própria experiência como pais têm mais capacidade para compreender e tolerar os "erros" de seus velhos pais.

CONCLUSÃO

Em nosso esquema vimos desenvolvendo somente as etapas evolutivas de famílias constituídas por esposa, marido e filhos, não sendo incluídas vicissitudes também comuns ao ciclo de vida.

Cada vez torna-se mais provável que as famílias passem por divórcios ou recasamentos bem como é possível haver perdas por mortes acidental ou causada por enfermidade. Como sabemos, são estas situações de perdas por ausência ou por morte, fontes de estresse e sofrimento, exigindo reestruturações às vezes brutais ao núcleo familiar.

Sérias dificuldades adaptativas estarão também presentes em situações de inclusão de elementos novos à família, seja por recasamento, seja por inclusão de um parente idoso ou enfermo que requeira cuidados especiais.

Além destas, outras experiências também importantes passíveis de ocorrerem em qualquer etapa do ciclo vital são as mudanças de local de moradia, e/ou mudanças de emprego.

Quaisquer que sejam as circunstâncias, o que desejamos salientar é que a família sempre atravessará por novos estágios

adaptativos de crescimento e amadurecimento, devendo enfrentar crises naturais aos períodos de transição.

Os processos de transição, de adaptações às novas situações, são sempre acompanhadas de muita ansiedade podendo ser esta manifestada através de sintomas que representam ao mesmo tempo "uma tentativa de dominar a crise e o sinal de que o sistema não pôde encontrar solução para o problema em suas modalidades de interação já programadas" (1, pág.31).

A crise então é resultante do sofrimento acarretado pela necessidade de mudar e se define, como já dissemos, por seu caráter transitório. Na maioria das vezes, os sintomas desaparecem com o tempo sem que seja necessária alguma intervenção terapêutica. O próprio sistema encontra recursos para superar a crise e buscar novas formas funcionais de organização.

Outras vezes, a intervenção terapêutica se faz necessária, para que a família adquira uma nova compreensão e significação do problema apresentado por seus componentes.

Como nos sugere Minuchin, o rótulo de patologia poderia ficar reservado para famílias, que face a situações estressantes, aumentam seus padrões interacionais e de suas fronteiras e evitam ou resistem por tempo prolongado a qualquer exploração de alternativas (3 pág. 65). Esta impossibilidade de explorar alternativas termina por bloquear as negociações que poderiam levar a uma transição bem sucedida.

Por outro lado, se a família busca ajuda, a exploração do contexto familiar poderá permitir encontrar significação positiva para o sintoma, compreendendo-o como sendo ele a melhor solução atual encontrada pela família para manter sua unidade. Possibilitará considerá-lo como multideterminado, diminuindo os riscos de culpabillidade possíveis de ocorrer quando um enfoque de investigação linear tradicional (causa efeito) é adotado.

Como nos indica Tilmans-Ostyn(5) deveremos explorar com a família, principalmente as seguintes questões:

- Por que este sintoma aparece justamente neste momento? Em que contexto relacional aparece? O que tem mudado?
- Qual é a função do sintoma?
- Quem ou o que é ameaçado pela evolução das relações?
- O que provoca o sintoma como mudança relacional?

Para melhor ilustrar lhes darei como exemplo, a exploração sistêmica realizada em uma única entrevista familiar.

Trata-se de uma família composta de pai, mãe e duas filhas provenientes do Norte do país.

Chegaram à consulta poucos meses após a filha mais velha V., de 15 anos na época da entrevista, ter viajado para o exterior em intercâmbio cultural.

Queixavam-se do comportamento da filha menor M., então com 13 anos, por andar "muito rebelde e agressiva". Recusava-se a estar com os pais, passando o tempo com os amigos ou trancada em seu quarto jogando no computador ou assistindo MTV. Pensavam que estes comportamentos deviam-se às péssimas influências destes programas e de seus ídolos de Rock como os "Guns and Roses que se drogam, vestem-se de maneira estranha e só falam palavrões" (sic).

Ao longo da entrevista, contam que sempre foram muito unidos, de poucos amigos e praticamente sem convivência com parentes devido à distância. Costumavam sair juntos, havendo entretanto, programas que somente V. e a mãe faziam juntas como ir às compras, à cidade, ao cabeleireiro, e outros exclusivos de M. com o pai, como participar e assistir a jogos esportivos. Contam também que todos sofriam por saudades e que a ausência de V. estava sendo especialmente difícil para M. pois costumavam ir a festas juntas e passavam longo tempo conversando. M. afirmava sentir-se muito só e freqüentemente chorar por saudades.

Estes últimos dados surpreenderam os pais que só tinham olhos e ouvidos voltados para as "condutas inadequadas" da filha. Passavam grande parte de seu tempo à procura da menina ou preocupados em discutir seu comportamento.

Disse então, a eles, como percebia o "problema" que apresentavam:

"Acho que vocês tem uma filha muito dedicada que resolveu proteger a todos da falta que V. lhes faz. Arranjou um jeito de ocupá-los e uni-los o tempo todo e não deixá-los chorar de saudades. (todos começaram a chorar)...Vocês são uma família muito unida e M. acredita que poderia mantê-los unidos e menos tristes se fosse ao mesmo tempo a filha da Mãe e a filha do Pai (todos riem e choram).

A menina chorando muito acrescentou que estava muito difícil em casa sem a irmã porque a mãe esperava que ela fizesse o que V. fazia e não compreendia que ela não gostava de ver vitrines, ir a supermercados ou a cabeleireiros. O pai por sua vez, também não compreendia que ela deixou de ser seu "molequinho" e que deixou de ser seu companheiro. "Continuo a querê-los mas quero também

ter a minha própria vida. Eles não entendem que meus gostos agora são diferentes".

Os pais nunca haviam pensado assim antes e por não compreenderem sentiam-se muito rejeitados por M. Nunca pensaram que ela estivesse sofrendo tanto.

Discutimos então a necessidade do casal buscar objetivos e interesses comuns e também de procurar, juntos ou separados, a companhia de amigos.

Propus que pensassem sobre o que conversamos e solicitei que me telefonassem dando-me notícias.

Semanas após, a mãe telefonou para dizer-me que estavam bem e agradecendo por ter-lhes ajudado tanto. Em contato telefônico meses depois, afirmava continuarem bem apesar de os pais sentirem-se sós e todos muito saudosos da filha ausente.

BIBLIOGRAFIA

CAILLÉ, P. - **Famílias Y Terapeutas**. Buenos Aires, Nueva Visión, 1990.

FRIEDEBERG, A. - La Tension, su expresión y manejo en familias. **Família: Temas de Terapia Familiar** (2): 2, 53-62, 1987.

MINUCHIN, S. - **Familias: Funcionamento e Tratamento**. Porto Alegre, Artes Médicas, 1982.

MINUCHIN, S.; FISHMAN, H.C. - **Técnicas de Terapia familiar**. Porto Alegre, Artes Médicas, 1990.

TILMANS, OSTYN, E.; KINOO, P.H. - **Alguns aportes de la Terapia Familiar a la Prática Médica Cotidiana**. Hospital Hermilio Valdizan - Departamento de Psiquiatria Familiar. Lima, Peru, 1994.

---

[10] *Psicóloga, terapeuta de casais e famílias, em Florianópolis.*
Fone: (0482) 33-2288
Fax: (0482) 22-2820