



COMO A PSICOLOGIA SISTÊMICA PODE CONTRIBUIR NO PROCESSO TERAPÊUTICO DE CASAIS EM CONFLITO¹

Viviane Mendes Coelho²

RESUMO: Este artigo refere-se a uma revisão de literatura sobre o casamento na contemporaneidade, os conflitos que são mais recorrentes e que aparecem na terapia para casais. O objetivo é compreender como a Psicologia Sistêmica pode contribuir no processo terapêutico para casais em conflito. Aborda-se neste estudo, o difícil processo de tornar-se um casal, ou seja, como dois indivíduos com diferentes histórias se unem buscando formar uma conjugalidade. Discute-se também sobre as diferentes perspectivas da Psicologia Sistêmica e as teorias que as influenciaram. Os resultados deste trabalho revelam os grandes benefícios oferecidos pela psicologia com enfoque sistêmico para casais que procuram a processo terapêutico. Os parceiros, ao explorarem a relação conjugal, em parceria com o terapeuta, começam a se compreender e a se escutar melhor. Os terapeutas sistêmicos funcionam como uma espécie de interlocutores que buscam ajudar os cônjuges a melhorarem a comunicação entre eles, favorecendo, assim, uma relação mais saudável.

PALAVRAS-CHAVE: Casais; Conflitos; Psicologia Sistêmica; Processo terapêutico.

CONJUGALIDADE: SEUS CONFLITOS E DILEMAS

Nos últimos anos, o mundo tem sofrido transformações profundas; tudo é muito rápido e efêmero. Vivemos em uma sociedade de excessos, na qual alguns aspectos merecem ênfase, como o enfraquecimento dos coletivos, o culto ao individualismo e a importância do sucesso e da beleza. Dentro dessa realidade capitalista, das leis de um mercado consumista e cheio de padrões de vida, tais como o da beleza, do bem-estar e do conforto; diante do imediatismo e do individualismo; da busca exagerada pelo prazer e gozos sexuais momentâneos; da entrega ao dinheiro; da racionalização tendo como pilares a ciência e a técnica, o que se pode esperar das relações conjugais e da família na sociedade moderna?

Aun (2005) afirma que nos anos 50 do século XX, predominava entre as sociedades ocidentais o modelo de família moderna, que foi gerada pelo desenvolvimento da família burguesa oriunda do capitalismo. Tal modelo era conjugal monogâmico, hierárquico e constituído de pai, mãe e filhos. Nos anos 60 e 70, no contexto pós-guerra, ocorreram muitas transformações na organização familiar, passando da forma conjugal hierarquizada para uma forma mais igualitária e democrática, que enfatiza o projeto do indivíduo em detrimento do projeto coletivo social familiar. Foram muitos os fatores que contribuíram para essa mudança

¹ Orientação: prof. Dr. Manoel Deusdedit Júnior e profa. Ms. Rosana Figueiredo Vieira.

² Graduanda em Psicologia da PUC Minas - Betim, participante do projeto de extensão "Fala Sério", monitora em psicopatologia, destaca acadêmico – 1º semestre de 2015.

familiar, dentre eles o grande desenvolvimento técnico-científico em várias áreas do conhecimento sendo facilitado pelos meios de comunicação, que favoreceu à população leiga acesso ao próprio desenvolvimento científico, como o desenvolvimento da genética, os métodos de controle da natalidade, dentre outros. Também houve muitos movimentos de transformação social que emergiram, como o da libertação da mulher, liberação da sexualidade e questionamento das instituições em geral. Houve transformações quanto aos valores, as crenças e os padrões de relacionamento dentro da família, formando, assim, uma grande diversidade de organizações que não cabem mais dentro de um único rótulo.

Miranda e Ramos (2008) partem do princípio de que, em nosso tempo, diante da fragilidade em que se encontram as relações, são inaugurados novos formatos para os laços emocionais. Já para Jablonski (2001), a sociedade moderna tem assumido uma postura de ambivalência frente ao casamento, pois, ao mesmo tempo em que se estimula a união do casal, incita cada parte a não permanecer junta. Para Menezes (2006), o casamento sofreu grandes transformações ao longo da história; há mudanças referentes às configurações de casais, famílias, papéis e as relações são consideradas uma maneira de responder às exigências da sociedade atual, sendo esta marcada por regras e valores que estão em constante modificação.

Paiva (2009) discorre que não se pode pensar mais em um único modelo de casal e de família, não sendo possível também fazer previsões quanto a durabilidade de um vínculo matrimonial, uma vez que vivemos em um momento em que muitos vínculos amorosos assumem um caráter mais fluido e passageiro.

Com o avanço das novas tecnologias e a desenfreada globalização, pode-se afirmar que vivemos em uma época em que a distância física já não é um empecilho para que as pessoas possam se aproximar. No entanto, cada vez mais, vivenciamos o sentimento de vazio e solidão que persegue e assombra homens e mulheres, e estes por sua vez, têm buscado parceiros com o intuito de serem felizes e depositam sua esperança, almejando encontrar, muitas vezes, em suas relações amorosas, a satisfação até então não atingida. Entretanto, percebe-se uma dificuldade de aproximação do outro e o estabelecimento de vínculos amorosos gratificantes e isto está muito presente na atualidade (PAIVA, 2009).

Férez-Carneiro (1998) citando Caillé, afirma que outro ponto a se pensar sobre o casamento moderno é o fato de o casal vivenciar forças contraditórias causadas pela tensão entre a conjugalidade e a individualidade. O momento histórico em que vivemos, gera essa tensão, visto que há uma apologia à liberdade de cada indivíduo, em detrimento do grupo. A dificuldade vivida por alguns casais giraria em torno de conseguir conciliar o projeto individual a um projeto comum de casal.

Paiva (2009) acredita que na nossa sociedade as pessoas têm procurado parceiros que completem existencialmente a própria vida, reforçando assim, a ideia de individualismo, o projeto individual e narcisismo exacerbado, tão presente na atualidade.

A Conjugalidade

Segundo López (2008), a conjugalidade, nos dias atuais, pode ser entendida como a construção de um vínculo que engloba toda a existência dos cônjuges, que partem de um projeto em comum.

O autor ainda discorre que casal é formado por indivíduos com diversidades de desejos e potencialidades. Muitas vezes a individualidade precisa dar espaço para a conjugalidade e isso gera restrições que colocam limites no “eu” em prol do projeto em comum. A conjugalidade abarca a totalidade da existência das pessoas envolvidas e isso a diferencia das outras relações sociais que são caracterizadas pela funcionalidade, limitando a aspectos parciais da vida humana.

López (2008) afirma que:

A construção do vínculo conjugal, nos dias atuais, é o fruto da escolha entre os parceiros, que, via de regra, não visa o valor econômico, ou o interesse, mas que buscam uma realização profunda do ser. O vínculo é percebido, em primeira instância, como uma resposta de amar e ser amado. (LÓPEZ, 2008. p. 11).

Torres, citada por López (2008), salienta que os vínculos conjugais são unidades psíquicas, sociais e sexuais. Considera que a conjugalidade tem papel na produção da identidade e de sentido, pois a convivência com o outro proporciona um novo modo de ver do indivíduo, creditando valores na identidade pessoal, o que é muito gratificante. A conjugalidade também é uma fonte produtora da realidade, porque a construção da relação conjugal envolve temas, como: despesas, as partilhas de recursos, mas também os filhos gerados como novas relações afetivas que fazem parte da dinâmica de ser casado. Por fim, o vínculo conjugal sofre influências do meio social e histórico no qual se está imerso.

A conjugalidade nos tempos atuais

Pode-se dizer que a conjugalidade, em nossos tempos, tem assumido diferentes configurações. Vários aspectos influenciaram essas mudanças percebidas na atualidade, tais como a transformação da sexualidade que aconteceu na metade do século XX, na qual o sexo come-

çou a ser visto como fonte de prazer e liberdade e não somente meio de procriação. Outro fator foi o ingresso da mulher no mercado de trabalho, que passou a ser também provedora e não apenas cuidadora do lar e dos filhos, promovendo assim, uma grande transformação na instituição familiar e, conseqüentemente, na sociedade. Férez-Carneiro (1998) discorre que outro ponto com o qual o casal moderno tem sido confrontado é a tensão entre individualidade e conjugalidade, visto que nossa sociedade tem como valorização o indivíduo em detrimento do coletivo.

Segundo Férez-Carneiro e Neto (2010), a constituição e a manutenção do casamento na atualidade são muito influenciadas pelos valores do individualismo, pois a relação conjugal enfatiza mais a autonomia e a satisfação de cada cônjuge do que os laços de dependência entre eles. Contudo, instituir um casal demanda a concepção de uma zona comum de interação, de uma identidade conjugal. Assim,

o casal contemporâneo é confrontado, o tempo todo, por duas forças paradoxais que é o difícil convívio da individualidade com a conjugalidade. Se por um lado, os ideais individualistas estimulam a autonomia dos cônjuges, enfatizando que o casal deve sustentar o crescimento e o desenvolvimento de cada um, por outro, surge a necessidade de vivenciar a conjugalidade, a realidade comum do casal, os desejos e projetos conjugais. (FÉREZ-CARNEIRO; NETO, 2010. p. 245).

Para Coelho (2013), muitos casais têm buscado a promoção de valores individuais, esquecendo-se da coletividade e da conjugalidade. A autora afirma que, um dos fatores provocadores de conflitos nos casais modernos é o trabalho, visto que há muitos casais que estão em conflito por disputarem salário e carreira. Também por causa do trabalho, não existe muito tempo para a família, afetando até mesmo a relação conjugal. A autora afirma que isso é um fruto de individualismo, pois, cada cônjuge está preocupado com sua carreira, com seu dinheiro, estando sempre correndo de um lado para o outro, sem tempo para nada, seguindo a máxima do capitalismo que “tempo é dinheiro”.

A autora também discorre que outro fruto do individualismo é a banalização do sexo, visto que há uma procura pela satisfação sexual, gozo pessoal e uma busca exacerbada pelo prazer. Em muitos casos, acontece uma procura extraconjugal para tais satisfações, sem importar-se com os sentimentos e a subjetividade de seu cônjuge.

Coelho (2013) ainda afirma que o casamento se tornou uma fuga da solidão e por isso, assume um grande valor e significado na vida dos envolvidos, pois requer um alto grau de desejo, além do investimento afetivo entre seus pares para que ele ocorra. Cria-se grande expectativa com relação ao casamento, este precisa ser sempre feliz e livre de conflitos. Toda-

via, o casamento não pode ser definido por ausência de conflitos e sim pelo constante diálogo e comprometimento frente a esses, pois, podem promover o crescimento da conjugalidade. Isso requer que o vínculo conjugal seja fortalecido, mas, o que se percebe na modernidade é que as uniões duram cada vez menos devido à fragilidade desses vínculos estabelecidos, a insatisfação diante dos conflitos e à busca incessante pelo prazer.

Férez-Carneiro e Neto (2010) corroboram que no imaginário social, tem-se a ideia do casal que se forma por uma associação de vínculos afetivos e sexuais, tendo uma base estável, com um forte compromisso de apoio recíproco e o objetivo de formar uma nova família incluindo, se possível, filhos. Smeha e Silveira (2013) discorrem que, na modernidade, há uma busca pela pessoa ideal que contenha a união das “qualidades, tais como beleza, recursos financeiros, similaridade de valores e que seja responsável pela felicidade e completude do sujeito” (SMEHA; SILVEIRA, 2012. p. 45). Mas nem sempre é possível essa união, portanto, procura-se outro parceiro que proporcione apenas prazer e não sofrimento. Nessa perspectiva, o casamento é comparado ao consumo, quando um objeto apresenta algum problema é imediatamente trocado por outro que promete oferecer mais satisfação.

Féres-Carneiro (1994) discorre que o relacionamento conjugal é uma construção de significados, aliás, todo relacionamento proporciona construção de valores e de novos sentidos. O casamento é uma ampla ocasião de aprendermos a lidar com nossas emoções e com as emoções do outro, desenvolvendo inteligência interpessoal e intrapessoal, visto que cada cônjuge leva para o casamento suas próprias vivências, sua cultura e sua construção de significados. Portanto, ser casal não é tarefa nada fácil, pois a pessoa precisa conviver com seus próprios conflitos e também com os do outro.

Marum (2006) discorre que, quando duas pessoas se casam, passam a buscar uma identidade conjugal, o que exige um período de adaptação que necessita de muita paciência e tolerância do casal. Trata-se do desenvolvimento do vínculo, o qual se sustenta devido ao estabelecimento das metas, o que dá equilíbrio entre as diversas redes sociais interligadas ao casal, como as famílias de origem, grupos de amigos e grupos de trabalho.

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

Conforme Búrigo (2010), para que haja um bom funcionamento do casamento, é necessário que se tenha clareza dos objetivos de vida e torna-se fundamental que ambos os cônjuges tenham consciência do que cada um está disposto a oferecer pela relação. Assim, torna-se essencial um diálogo aberto entre as partes, estabelecendo certo tipo de contrato em que fique claro o que cada um quer do outro e dará de si. Alguns conflitos se estabelecem devido a essa falta de clareza, visto que um dos parceiros pode pensar que se doa pela relação mais que o outro, mas está esperando algo que não fora combinado. No entanto, às vezes de forma inconsciente, esse contrato pode ser boicotado, pois, apesar dos cônjuges saberem o que querem do outro e o que querem ser, frequentemente não conseguem se mostrar como são realmente. É comum que os parceiros camuflam algumas características por perceberem que o outro pensa diferente e acabam fazendo a opção pela renúncia da própria vontade, ao invés de enfrentarem seus sentimentos e comunica-los com a outra parte envolvida. Essa renúncia, não preserva o casamento; ao contrário, com o tempo pode-se transformar em sérios conflitos.

Alguns outros conflitos também nascem do comprometimento emocional de um dos cônjuges, por exemplo, o ciúme. Para Búrigo (2010) geralmente pessoas ciumentas são inseguras e apresentam baixa autoestima, já que esta é constituída ao longo da vida, quanto mais o sujeito buscar desenvolver suas potencialidades, mais sentirá segurança em si e menos dependerá do outro, portanto sentirá menos ciúmes. O ciúme faz com que a pessoa se anule, deixe seus sonhos e seus objetivos para agradar o outro, colocando a razão de sua felicidade toda concentrada na figura do cônjuge. Podemos dizer que se torna uma falsa doação, pois a pessoa se sacrifica para obter ganhos para si. O ciúme tem levado muitos casamentos ao fracasso.

A autora também afirma que tem sido cada vez mais comum perceber “nos relacionamentos situações nas quais os cônjuges esperam que o outro saiba exatamente como se deve agir para agradá-lo. Como na maioria das vezes não acontece acaba gerando brigas e discussões entre o casal” (BÚRIGO, 2010, p. 18).

Búrigo (2010) discorre que outra causa de conflitos de casal é a insatisfação sexual com o parceiro, sendo uma das principais queixas nas terapias de casal. Por fim, e com um grande número de reclamações, encontra-se a questão da relação dos cônjuges com a família de origem. Os problemas oriundos desta relação geralmente se dão no início do casamento.

A PSICOLOGIA SISTÊMICA E A TERAPIA FAMILIAR

Vasconcellos (2005) afirma que muito se fala sobre o pensamento sistêmico e suas práticas com seus novos paradigmas. Essa visão sistêmica do mundo é considerada algo con-

temporâneo, muito novo, em que se destacam três dimensões. A primeira dimensão é o reconhecimento da complexidade organizada do universo, ou seja, ver e pensar as relações existentes em todos os níveis da natureza, buscando a compreensão dos acontecimentos, podendo ser eles físicos, biológicos ou sociais, em relação aos contextos onde ocorrem; a segunda dimensão é a visão sobre o dinamismo das situações em que não há previsão de situações, pois o mundo está em constante processo de mudança; a terceira dimensão diz do reconhecimento de que não há realidades objetivas, mas vamos nos constituindo à medida que nos interagimos com o mundo.

Riveiro (2009) afirma que a abordagem sistêmica, como todas as demais abordagens da psicologia é complexa, desenvolvendo-se ao longo da história. Tal abordagem permite a visão do todo e das múltiplas relações e funções dos seus componentes, permitindo-nos ganhar perspectiva sobre a realidade social, o que nos poderá facilitar a compreensão e intervenção.

De acordo com Miranda (2014), a construção do modelo teórico sistêmico partiu de indagações aos modelos tradicionais de abordagem do ser humano, dando ênfase às relações sistêmicas, nos contextos no qual está inserido o sujeito, havendo uma passagem de uma perspectiva individual para uma sistêmica. Tal processo, segundo Nichols (2007), foi uma mudança revolucionária, fornecendo aos terapeutas uma poderosa ferramenta para entender e resolver os problemas humanos.

Para Vieira Coelho (2005), foi uma mudança revolucionária porque, durante muito tempo na história, houve uma predominância do pensamento introduzido por Descartes, que consistia na ruptura das ciências naturais com a filosofia. A própria psicologia, na tentativa de compreensão da subjetividade humana, aproximou-se muito do pensamento filosófico, afastando-se da ciência tradicional, não percebendo em muitos casos o sujeito em seus diversos sistemas de relação. Para Vasconcellos (2005), a ciência tradicional tem como base três pressupostos: simplicidade, estabilidade e objetividade. Porém, a ciência contemporânea se enraíza nos princípios da complexidade, instabilidade e intersubjetividade. O pensamento sistêmico é um paradigma emergente desta ciência contemporânea e visa a aproximação dos diversos ramos da ciência, valendo-se de pesquisas e conceitos até então não incorporados à Psicologia. Foi procurando compreender o homem em seus diversos contextos e sob suas diferentes perspectivas que apareceu a Terapia Familiar tal como conhecemos hoje.

Aun (2005) destaca que, entre as décadas de 70 e 80 do século XX, houve um grande foco de discussões nas limitações do paradigma da ciência tradicional, e questões que já haviam sido feitas de modo isolado ganharam uma repercussão mais abrangente. Vários intelectu-

ais, filósofos, cientistas de renome começaram a sugerir novas perspectivas, novos paradigmas.

Vasconcellos (2007) salienta que muitas disciplinas se interagiram na tentativa de compreensão do funcionamento da família, tais como: Sociologia, Serviço Social, Psicanálise, Direito, Psicologia, Economia, Educação, Aconselhamento, Antropologia, dentre outros. Essa integração formou o cenário para o surgimento da terapia familiar, mas a autora destaca, como principais pontos, a ampliação do tratamento para um maior número de problemas pela Psicanálise; as pesquisas sobre a esquizofrenia; a Teoria Geral dos Sistemas; o aconselhamento conjugal e infantil; e, as terapias de grupo.

O campo da terapia familiar não deve ser reduzido a uma revisão simples e linear, visto que, durante a história, houve várias correntes, tendências e metodologias, acontecendo também a evolução das abordagens. Podemos afirmar que a Psicologia Sistêmica, tal como a Psicanálise, o Existencialismo e as demais abordagens da psicologia, encontrou diferentes formas, modelos e escolas para se constituir como uma nova maneira de visão de homem dentro da psicologia. Contudo, todas essas formas visam compreender o sujeito em seus sistemas, ou seja, em sua totalidade, nos contextos em que estão inseridos. Falaremos brevemente sobre alguns autores e suas abordagens, sendo elas: a Terapia Familiar de Bowen, a Terapia Estratégica, a Escola de Milão, a Terapia Estrutural e o modelo Sistêmico-construtivista.

A terapia familiar sistêmica de Bowen

Nichols (2007) afirma que os pioneiros da terapia familiar reconheceram que somos produtos de nosso contexto social, sobretudo pelo núcleo familiar, ou seja, somos influenciados pelo que acontece em nossa família. O autor, citando Bowen, discorre que os relacionamentos humanos são impulsionados por duas forças de vida que se equilibram, sendo elas a individualidade e a proximidade. Para que se tenha o sucesso em conciliar tais polaridades, é necessário que a pessoa aprenda a lidar com a diferenciação do self, ou seja, como aprendeu a lidar com suas próprias emoções. Bowen descobriu que a família continua conosco onde quer que estejamos; mesmo que pensemos que nos tornamos independentes ao nos afastar de nossos pais, sempre levamos o que experimentamos no seio da nossa família nuclear.

O autor também discorre que o interesse de Murray Bowen pela família começou na década de 40 do século XX, quando ele trabalhava como psiquiatra e estudava sobre a esquizofrenia. Percebendo a intensa ligação entre o paciente esquizofrênico e a mãe, resolveu hospitalizar toda a família e descobriu que os membros de tal família perturbada se tornavam

“prisioneiros emocionais” da maneira como os outros se comportavam, gerando uma falta de autonomia pessoal. Ele também fez trabalhos com casos menos graves, que não tinham membros esquizofrênicos e percebeu os mesmos mecanismos que encontrou em famílias de psicóticos, chegando à conclusão de que não há descontinuidade entre famílias perturbadas e as ditas normais, pois todas elas variam ao longo de um contínuo, que vai da fusão emocional à diferenciação. Bowen considera que temos menos autonomia na nossa vida emocional do que imaginamos e que somos dependentes e reativos da relação com os outros, mesmo que não o percebamos. A teoria de Bowen apresenta a família como uma rede multigeracional de relacionamentos, que faz a modelagem da interação entre individualidade e proximidade a partir dos conceitos interligados: diferenciação do self, triângulos, processo emocional da família nuclear, processo de projeção familiar, processo de transmissão multigeracional, posição de nascimento entre os irmãos, rompimento emocional e processo emocional societário.

Terapia familiar estratégica

Nichols (2007) discorre que a terapia estratégica surgiu da teoria das comunicações que foi desenvolvida pelo grupo de Gregory Bateson sobre o estudo da esquizofrenia, dando evolução a três modelos distintos: terapia breve do MRI (Mental Research Institute), terapia estratégica de Haley e Madanes e o modelo sistêmico de Milão. Essa perspectiva estratégica, com sua intensa aplicação da cibernética e da teoria dos sistemas, cativou a terapia familiar nos anos 70 e 80 do século XX.

Aun (2005) descreve o modelo estratégico como modalidade de intervenção do terapeuta, pois os autores estratégicos montavam verdadeiros planos de ação, ou seja, estratégias, geralmente indiretas ou paradoxais que são colocados para a família. Os sintomas eram vistos como contratos entre seres humanos, sendo adaptados às relações que os conservavam. Os sintomas eram considerados o problema, mas, ao mesmo tempo, a solução, embora de forma insatisfatória, para todos os que estavam envolvidos com ele.

Escola de Milão

Féres-Carneiro (1994) afirma que a mais importante representante desse grupo é Mara Selvini Palazzoli, que, ao lado de Boscolo, Ceccin e Prata formou o centro de Estudo da Família. Este grupo nasceu dos pressupostos da teoria estratégica. Considerou que os problemas emergem quando os mapas familiares não são mais adequados, ou seja, se os padrões de comportamentos estabelecidos não são mais úteis às situações atuais.

Para Féres-Carneiro (1994), um dos princípios fundamentais desse grupo é a conotação positiva dos comportamentos da família, ou seja, quando qualificam-se como positivos os comportamentos sintomáticos, motivados pela tendência homeostática do sistema. Outro princípio de intervenção é o de ritual familiar, que são ações que levam todos os membros da família a participarem, sendo usados para engajar as famílias em uma série de atitudes que se opunham ou exageravam as regras e as normas rígidas do contexto familiar, sendo também usados para dramatizar conotações positivas.

A autora ainda afirma que Palazzoli estabeleceu três princípios indispensáveis ao terapeuta: a formação de uma hipótese, a circularidade e a neutralidade. Todas as hipóteses devem ser sistêmicas, incluindo todos os membros da família na explicação da função da relação, sendo obrigatoriamente reformulada ou até mesmo descartada durante a sessão; e, se rejeitada, o terapeuta deve se fazer valer de outras; contudo, não deverá terminar a sessão sem uma hipótese formulada; a circularidade é a capacidade do terapeuta de conduzir a sessão, baseando-se no que foi recebido pela família como resposta à informação em termos relacionais que solicitou; a neutralidade diz respeito à atitude de imparcialidade do terapeuta que se une a cada membro da família, sem qualquer tentativa de coalizão ou de preferência por qualquer um do grupo familiar. O terapeuta deve intervir; todavia, deve permanecer neutro, ou seja, o terapeuta aceita as soluções familiares como sendo as únicas possíveis para o momento presente, tentando agir como um estímulo, um elemento perturbador que faz a família obter suas próprias soluções.

Terapia familiar estrutural

De acordo com Féres-Carneiro (1994), o principal teórico da escola estrutural é Salvador Minunchi, que na década de 70 do século XX tornou-se referência em terapia familiar para o mundo inteiro. Ele fundamentou sua teoria em três construtos principais: estrutura, subsistema e fronteiras.

Nichols (2007) afirma que a estrutura, o primeiro dos construtos, refere-se ao padrão organizado pelos membros da família e como ocorrem as interações trazendo ordem e significado às transações. A estrutura familiar torna-se mais fortalecida pelas expectativas que se estabelece com relação às regras na família e por padrões duradouros, visto que muitas situações se repetem continuamente. Esse conceito de estrutura familiar permite aos terapeutas uma intervenção sistemática e organizada. Outro construto de Minunchi é a ideia de subsistemas. Para ele a família é um sistema e o casal um subsistema que se define dentro dos limites

de uma organização hierárquica. O sistema familiar se diferencia através de seus subsistemas baseados em geração, gênero e interesses comuns. Cada membro da família desempenha muitos papéis em vários subgrupos. O último construto foi chamado por Minuchi de fronteiras, que, de acordo com Féres-Carneiro (1994), são as normas que determinam quem participa de um subsistema; para que o funcionamento da família seja apropriado, elas devem ser claras. Para Nichols (2007), a descoberta de que as famílias estão organizadas em subsistemas com fronteiras, regulamentando o contato que os membros da família possuem entre si, se revelou uma das ideias mais definidoras da terapia familiar. Igual importância teve somente a introdução das técnicas do psicodrama, no qual os familiares encenam, sendo encorajados a conviver diretamente uns com os outros na sessão, o que permite ao terapeuta observar e modificar suas interações. O que a terapia familiar estrutural acrescentou é o reconhecimento da organização total que sustenta e mantém essas interações.

Sistêmico-construcionista

Nichols (2007) afirma que as teorias visam trazer ordem ao caos, organizando nossa consciência, nos ajudando a compreender o que as famílias estão fazendo. As várias perspectivas do campo da terapia familiar procuram nos auxiliar a entender a dinâmica familiar buscando modificar suas relações e comportamentos.

De acordo com Grandesso (2008), as teorias sistêmicas pós-modernas estão cada vez mais próximas entre si, sendo redefinidas a partir da epistemologia construtivista e do acompanhamento da evolução da cibernética de primeira ordem para segunda ordem. O terapeuta pós-moderno deixa o lugar de especialista, como era difundido pelas teorias estruturais e estratégicas, para ser um iniciador do jogo da linguagem, ou seja, um articulador que interage com os familiares em busca da solução de problemas.

A autora ainda afirma que, nos dias atuais, vivenciamos na terapia familiar uma “multiplicidade de abordagens, tantas quantas forem os terapeutas em questão” (GRANDESSO, 2008. p. 116). Todavia, essa multiplicidade não significa desordem, pois há uma coerência epistemológica que une as práticas pós-modernas de terapia, organizando, assim, a ação dos terapeutas. Pode-se dizer que tal coerência parte dos seguintes pressupostos:

- O terapeuta é um co-construtor no sistema terapêutico, tendo uma ação conjunta com a família para solução de problemas;

- O terapeuta deve ser o responsável pela organização da conversação terapêutica, mas a mudança só pode acontecer a partir da própria pessoa e de sua organização sistêmica autopoietica;
- A legitimação do saber local das pessoas e contextos;
- A concepção não-essencialista de self que passa a ser construído no contexto das relações;
- A pessoa é autora de sua história e existência, responsável pelas suas escolhas, podendo criar e expandir suas possibilidades;
- A ênfase nas práticas de conversação e nos processos de questionamentos como recursos de reflexão e mudanças, conforme o aumento da interação entre terapeuta e cliente.

Vasconcellos (2007) afirma que, no processo de tratamento, há uma exploração das forças que interagem, tanto dentro do indivíduo, como entre os indivíduos. Portanto, as abordagens dirigem-se a dois níveis de compreensão e intervenção: o que está reprimido dentro de cada sujeito, seus conflitos inconscientes, suas emoções e lembranças; e, as interações entre os membros e a dinâmica familiar, visto que “o sintoma individual torna-se uma unidade de comportamento interpessoal, manifestado em um contexto de conflito, ansiedade e defesas compartilhados pela família” (VASCONCELLOS, 2007, p. 244).

Por fim, podemos dizer que a terapia familiar sistêmica, procura entender o sintoma individual não isoladamente, mas na sua relação com a família. Machado (2012) afirma que a Terapia Familiar pós-moderna centra-se na família como um todo, não a considera como uma mera soma de suas partes. Essa terapia baseia sua intervenção na família enquanto sistema, composta de elementos que possuem relações de interdependência entre si, mas proporciona o desenvolvimento uns dos outros. Pode-se dizer que a Terapia Familiar é um bom método terapêutico, no qual permite que todos os membros da família trabalhem pela resolução do problema, responsabilizando-os e permitindo que eles consigam tomar suas decisões necessárias para o progresso do ciclo da vida. A mudança individual favorece a mudança familiar, mas também a mudança familiar favorece a mudança do indivíduo.

O PROCESSO DE ATENDIMENTO SISTÊMICO PARA OS CASAIS EM CONFLITO

Pontes (2006) afirma que a crise de um dos cônjuges certamente deve ser encarada como um problema de ambos os parceiros; afinal, a conjugalidade somente acontece devido à união das individualidades e, se uma das partes não está bem, toda a estrutura conjugal estará comprometida, pois a relação do casal é muito dinâmica, visto que está sempre em contínua construção, tanto no que se refere à relação a dois, quanto como indivíduos. Diante dessa complexidade que envolve o casal, torna-se necessário “abrir espaço para um pedido de ajuda e, também, oportunidade para que surjam possíveis modificações de atitude: aceitar, decidir, ressignificar, negociar” (PONTES, 2006, p. 56). A terapia para casais é esse espaço, na qual o terapeuta analisará “cada conduta em função da sua repercussão na dinâmica conjugal e sobre o ecossistema no qual está inscrito o casal” (MIERMONT, 1994, p. 121).

Miermont (1994) aconselha a terapia conjugal quando há a presença de uma sintomatologia em um dos parceiros e que não seja possível ser tratada fora do contexto conjugal; quando o cônjuge não pode realizar uma terapia individual, devido à pobreza das informações trazidas consigo; quando há a possibilidade da cura de um membro gerar sintomas no outro ou provocar o divórcio; quando os conflitos individuais afetam a conjugalidade; e quando existir um período de crise entre o casal.

Fráguas (2006) salienta que, quando o casal encara o problema de um como um problema de ambos, chegou à consciência da influência que um tem na vida do outro e no casal em si; uma forma de se perceber tal tomada de consciência é a própria decisão de procurarem uma terapia conjugal; esta promoverá a oportunidade do cônjuge sintomático compartilhar com o outro o significado de seus sentimentos, suas angústias e ansiedades, retirando, assim, o véu que encobria sua dor, ou seja, “situações muitas vezes evitadas anteriormente, sem a presença de um interlocutor” (FRÁGUAS, 2006, p. 195). Contudo, a terapia de casal não pode ser concebida como uma terapia individual de um dos cônjuges com a presença do outro, visto que ela é uma intervenção na própria relação conjugal; isto é, necessita da presença dos dois, porque são eles os criadores e ao mesmo tempo as criaturas da relação.

O autor ainda discorre que um casal, geralmente, busca a terapia conjugal quando se encontra em conflito, ou quando há uma insatisfação com a vida conjugal, sejam estes problemas oriundos da dificuldade na regulação da intimidade, do ciúme, da disputa de poder, da não satisfação sexual ou da traição de um dos cônjuges. Pode-se dizer que os conflitos e as insatisfações conjugais estão entre os maiores estressores da vida do ser humano, podendo ser

desencadeadores de depressão e doença ligadas ao estado emocional. Portanto, ao se procurar a terapia de casal, visa-se a uma melhor qualidade de vida, pois ela vem se apresentando como um instrumento importante, capaz de auxiliar no tratamento da depressão, muitas vezes, com maior eficiência do que a medicalização.

De acordo com Búrigo (2010), o terapeuta que adota o pensamento sistêmico não age como um especialista, definidor de verdades e do caminho pelo qual o casal deve percorrer. Mas o terapeuta é um participante ativo em uma conversa, na qual lança mão de seus conhecimentos e habilidades, procurando modificar o funcionamento das relações.

A autora também afirma que a psicoterapia é o momento no qual os participantes se abrem para possibilidades até então inacessíveis, e o terapeuta irá abrir este caminho através de seus recursos terapêuticos. Assim, na terapia de casal, o terapeuta tem a função de “ajudar seus clientes a revisar seus modelos de funcionamento do mundo do self” (BÚRIGO, 2010, p. 26). Portanto, o terapeuta deve promover uma comunicação aberta entre os membros, para poder compreender a opinião individual sobre o que é importante para a relação conjugal ou familiar.

É por meio desta comunicação aberta, que o terapeuta irá co-construir com o casal, alternativas, seja para darem continuidade a um projeto de vida juntos, ou separados. Por isso, é necessário criar um espaço terapêutico colaborativo e reflexivo, no qual os cônjuges se sintam à vontade para abrir as bagagens que trouxeram para o casamento, bem como externalizar seus pensamentos, e auxiliar o casal a estabelecer uma boa comunicação. (BÚRIGO, 2010, p. 26).

Torna-se possível, então, a construção de novos espaços relacionais no que se refere à rotina do casal, possibilitando a inclusão das discussões cotidianas – como o uso do dinheiro, frequência sexual, distribuição de tarefas domésticas e responsabilidade com os filhos, como empregar o tempo livre, dentre outros – visto que, o espaço terapêutico para atendimento a casais é o lugar onde novas histórias podem ser escritas, recriadas e negociadas. É o espaço do amadurecimento entre a individualidade e o pertencimento. Além disso, Machado (2012) ressalta que o terapeuta e o casal formam um sistema terapêutico em que se mantém a organização e autonomia.

Machado (2012) salienta que o papel do terapeuta é o de ajudar os cônjuges a se reorganizarem, se estruturarem enquanto casal; para isso, faz uso de si mesmo, sendo um “encenador do drama familiar”, e aproveita o potencial de seus clientes, para a realização das mudanças. Ele exerce um papel ativo, sendo um agente de mudanças que favorecem a ampliação das flutuações do sistema. A atitude do terapeuta não é de observar o indivíduo isoladamente,

tentando explicá-lo, mas sim participar de um processo ativo em que observa as interações entre os parceiros e os outros sistemas nos quais estão interagidos.

Segundo Coelho Guimarães (2009), o terapeuta que atende casais, precisa refletir sobre sua própria existência, trabalhando seu papel enquanto terapeuta, pois sua vivência fará parte de todas as suas ações. Para colaborar com os outros, precisa ter um embasamento teórico e muita disposição. “A partir do momento que o terapeuta se dispõe a ouvir o outro, ele tem que entrar em contato com ele mesmo, rever seus conteúdos internos, familiares, e a valorizar o que o outro está trazendo no momento” (COELHO GUIMARÃES, 2009, p. 8).

A comunicação é fundamental para o atendimento de casal sob a perspectiva sistêmica. Durante todo o tempo da terapia, o terapeuta buscará desenvolver a comunicação entre ele e o casal, e dos cônjuges em si. Muitos desgastes emocionais nascem da falta de compreensão do outro, ou seja, erro na comunicação entre os parceiros.

De acordo com Coelho (2013), os casais poderão encontrar limitações na comunicação, visto que esta se dá entre pessoas mais próximas; todavia, os cônjuges podem não ter conseguido chegar à proximidade necessária para o desenvolvimento da comunicação: a conversa pode chegar até certo ponto e não progredir. E, para que isso não aconteça, é importante que haja regras na forma de comunicar-se em um relacionamento; assim sendo, o casal saberá até onde poderá falar com o outro, sem trazer complicações. Uma das principais regras é saber que o parceiro possui uma história e que, em alguns momentos, devemos limitar os comentários para respeitar o ponto de vista do outro.

A autora ainda salienta que a comunicação é um comportamento no qual se necessita de compreensão mútua. A comunicação é composta de várias mensagens passadas, tanto para quem ouve como para quem se comunica, fazendo com que aconteça uma interação completa. Muitas dificuldades ocorrem quando o indivíduo não permite que o seu parceiro se expresse fazendo que se estabeleça uma disfunção em sua realização. No entanto, toda a comunicação está ligada ao tipo de relação e a o conteúdo que completarão a mensagem enviada.

Coelho (2013) ainda salienta que a dificuldade de comunicação do casal causa danos não somente ao próprio casal, mas em todo o sistema familiar. Cônjuges que não se comunicam têm maior probabilidade de vivenciar diversos tipos de violência; da falta de comunicação surge distorção das mensagens enviadas ao receptor, e a falta de diálogo pode provocar falta de ações práticas na vida cotidiana do casal, podendo afetar até mesmo a relação sexual entre os parceiros. A dificuldade de comunicação entre os casais é um fenômeno complexo e ainda não foi compreendido em todas as suas dimensões.

Nichols (2007) afirma que é impossível não se deparar com dificuldades na questão da comunicação na relação do casal, pois tratam-se de dois indivíduos distintos, com histórias, construções sociais e experiências diferentes dividindo o mesmo espaço. No entanto, o autor acredita que é possível encontrar meios que superem tais dificuldades, e é nesse ponto que a ajuda de um profissional faz-se necessária. O papel do terapeuta é de levar a comunicação a fluir entre o casal, para que haja uma maior compreensão entre os seus membros.

CONCLUSÃO

Existe uma crença popular segundo a qual os conflitos conjugais se resolvem conversando a respeito deles. No entanto, conversar sobre os problemas nem sempre é suficiente, visto que, muitas vezes, os cônjuges estão entregues a si mesmos, isto significa estar fechados em seus próprios conceitos e em uma verdade pré-estabelecida do outro, portanto, podem agir de forma defensiva, acabando em discussões improdutivas, usando de acusações, críticas e responsabilizando o outro pelos conflitos existentes entre eles.

Percebe-se uma necessidade de que haja um ambiente no qual o casal possa se escutar, e aprenda a enxergar o outro para além de uma idealização. Esse espaço poderá ser desenvolvido em uma terapia para os cônjuges. A terapia sistêmica procura promover essa questão da comunicação, permitindo que os parceiros se escutem e trabalhem as emoções envolvidas em sua relação. O terapeuta é um mediador da comunicação entre os envolvidos no processo terapêutico. Por isso, esse profissional utiliza técnicas e metodologias que tornem possível uma melhor compreensão entre o casal, formando, com ele um novo sistema.

O terapeuta sistêmico não age como um expert, cheio de soluções ou como um definidor de verdades, capaz de mostrar o caminho ou a direção que deverá ser seguida pelos cônjuges. Mas age como um participante ativo de uma conversa na qual utiliza de seus conhecimentos, técnicas e habilidades, construindo junto com os seus clientes um meio de crescimento, abrindo, assim, novas possibilidades o que até então não se tinha acesso.

O terapeuta busca deslocar o foco de tensão trazida pelo casal na terapia, oferecendo novas possibilidades de perceber o mundo, ajudando os cônjuges a transformarem os seus padrões relacionais, de forma que aprendam a interagir um com o outro.

Em resposta ao objetivo principal deste trabalho, o qual consiste em compreender como a Psicologia Sistêmica pode contribuir no processo terapêutico para casais em conflito, podemos observar que os casais têm muito a ganhar com a terapia conjugal. Sabemos que não existem casais sem algum tipo de conflito, mas quando os parceiros procuram uma terapia,

beneficiam a relação, visto que a terapia permite um alargamento da visão de cada um dos cônjuges. Junto com o terapeuta, o casal poderá compreender as narrativas que regulam sua intimidade, tornando possível perceber aquilo que domina e controla as emoções; essa percepção gera autoconhecimento de cada uma das partes envolvidas, aumentando, assim, a tomada de consciência, o que tornará mais possível a mudança e uma melhor qualidade de vida.

A perspectiva sistêmica permite a visão do todo e das suas múltiplas relações, buscando trazer ordem ao caos. Pode-se dizer que a terapia sistêmica procura entender o sintoma individual, não de forma isolada, mas na relação como um todo, e que a mudança individual favorecerá a mudança de todo o sistema familiar, como a mudança deste sistema também influenciará no indivíduo.

O casal que passa pela terapia conjugal poderá desenvolver empatia com o sofrimento do outro, evitando, assim, a culpabilização, a defensividade, permitindo que haja uma reorganização dos sentimentos, e isso favorece uma melhor comunicação e compreensão entre os cônjuges.

REFERÊNCIAS

- AUN, Juliana Gontijo; Contextualização dos atendimentos de Famílias e redes sociais. In: AUN, Juliana Gontijo; VASCONCELLOS, Maria José Esteves de; COELHO, Sônia Vieira. **Atendimento Sistêmico de Famílias e Redes: Fundamentos teóricos e epistemológicos**. Belo Horizonte: Oficina de Arte e Prosa, v. 1, 2005.
- BÚRIGO, Marina Vieira de Araújo. **Terapia de casal: Uma visão Sistêmica**. Florianópolis. 2010.
- COELHO GUIMARÃES, Kênia Almeida. **A Dificuldade de Comunicação do Casal**. Rio de Janeiro: PUC- Rio, 2012.
- COELHO, Maria V. M. **Terapia familiar e a conjugalidade: desafios do psicólogo na atualidade**. Igaracú do Tietê - ed. JCA, 2013.
- FÉRES-CARNEIRO, Terezinha. **Diferentes abordagens na terapia de casal: uma articulação possível?** Rio de Janeiro: PUC- Rio, 1994.
- FÉRES-CARNEIRO, Terezinha; **Casamento contemporâneo: o difícil convívio da individualidade com a conjugalidade**. Rio de Janeiro: PUC-Rio – 1998.
- FÉRES-CARNEIRO, Terezinha; NETO, Orestes Diniz; **Construção e dissolução da conjugalidade**. Rio de Janeiro: Paidéia, v. 20, n. 46, maio-ago. 2010. p. 269-278

FRÁGUAS, A.M. Terapia de casal quando um cônjuge está em depressão. In: COLOMBO, S.F. **Gritos e Sussurros: Interseções e ressonâncias, trabalhando com casais.** São Paulo: Vetor, v.1. 2006.

GRANDESSO, Marilene A. Desenvolvimentos em terapia familiar: das teorias às práticas e das práticas às teorias. In: **Manual de Terapia Familiar.** Porto Alegre: Artmed, 2008.

JABLONSKI, Bernardo. **Atitudes frente à crise do casamento.** Capítulo publicado no livro Casamento e família: do social à clínica, ed. por Terezinha Feres-Carneiro, NAU, Rio de Janeiro. 2001. p. 81-95.

LÓPEZ, Vinícius Farani. **Vínculo conjugal: entre o individualismo e a busca pelo outro.** Salvador: PUC-BA – 2008.

MACHADO, Mônica. **Compreender a terapia familiar.** Portugal – 2012

MARUM, Dilson. Vivendo entre laços conjugais. In: COLOMBO, Sandra Fedullo. **Gritos e sussurros: Interseções e ressonâncias, trabalhando com casais.** São Paulo: Vetor, v. 2, 2006. MENEZES, Clarissa. **A transição para o casamento.** 271 f. Tese (Doutorado em Psicologia) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS. Instituto de Psicologia, Porto Alegre, 2006.

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

MIRANDA, Alex Barbosa Sobreira de. **Teorias sistêmicas.** São Paulo: BBCE, 2014.

MIRANDA, Cássio Eduardo Soares; RAMOS, Juliana de Souza. **A fragilidade dos relacionamentos conjugais na contemporaneidade.** Pouso Alegre: UNILESTE, 2008.

NICHOLS, Michael P. Tradução Maria Adriana Veríssimo Veronene. **Terapia familiar: conceitos e métodos.** Porto Alegre: Artmed, 7ed. 2007.

PAIVA, Maria Lucia de Souza Campos. **As interfaces na constituição do vínculo conjugal.** São Paulo: Revista da SPAGESP - Sociedade de Psicoterapias Analíticas Grupais do Estado de São Paulo, v. 10, n. 2. 2009.

PONTES. M. N. Terapia de casal: coerência de histórias. In: COLOMBO, Sandra Fedullo. **Gritos e sussurros: Interseções e ressonâncias, trabalhando com casais.** São Paulo: Vetor, v. 2, 2006.

RIVEIRO, Catarina. **Psicologia Sistêmica.** São Paulo, 2009.

SMEHA, Luciane Najar; SILVEIRA, Tatiane. **A conjugalidade na contemporaneidade.** Revista Psicologia: Teoria e Prática, 15(2), 33-45. São Paulo, SP, maio-ago. 2013.

VASCONCELLOS, Maria J. Esteves de. Pensamento sistêmico novo paradigma. In: AUN, Juliana Gontijo; VASCONCELLOS, Maria José Esteves de; COELHO, Sônia Vieira. **Atendimento Sistêmico de Famílias e Redes: Fundamentos teóricos e epistemológicos.** Belo Horizonte: Oficina de Arte e Prosa, v. 1, 2005.

VIEIRA COELHO, Sônia. Abordagens psicossociais da família. In: AUN, Juliana Gontijo; VASCONCELLOS, Maria José Esteves de; COELHO, Sônia Vieira. **Atendimento Sistêmico de Famílias e Redes: Fundamentos teóricos e epistemológicos**. Belo Horizonte: Oficina de Arte e Prosa, v. 1, 2005.