



Thiago de Almeida é psicólogo, pesquisador e professor universitário que se especializou em dificuldades do relacionamento amoroso, atuando principalmente nos seguintes temas: amor, relacionamentos amorosos, ciúmes, timidez e casais.

Escreveu vários livros como:

“Ciúme e suas consequências para os relacionamentos amorosos”;

“A arte da paquera: inspirações à realização afetiva”;

“Sexualidade, cinema e deficiência”;

“Enigmas do amor”;

“Relacionamentos amorosos: o antes, o durante... e o depois” (Volume 1 e 2).

Faz parte do corpo editorial de conceituados periódicos científicos dentro e fora do Brasil. Maiores informações sobre seu atendimento, especializações a acesso integral a sua produção científica acessar:

<http://www.thiagodealmeida.com.br/sites>

Muito se questiona a respeito do amor e dos relacionamentos e muitas dúvidas assaltam as pessoas que sempre o procuram nas suas mais diversas formas. Como analisar e entender as questões relacionadas ao amor e suas consequências nas vidas das pessoas? Muitos aspectos relacionados quando se trata de relacionamentos amorosos parecem estar distantes de uma pessoa, não obstante, outros, podem ser a dúvida crucial de outra, então, nada pode ser desprezado, nenhum pormenor pode ser ignorado, pois você pode vir a precisar de ajuda para suas incertezas atuais ou futuras.

Este livro procura analisar algumas questões que suscitam algumas dúvidas na vida das pessoas sob o ponto de vista de alguns autores como a autoestima, a busca de parcerias, sobre a importância da beleza física, problemas de relacionamento sexual com o parceiro, ciúme, redes sociais e rompimento amorosos. Esses são apenas alguns dos tópicos presentes neste volume, onde os autores procuram analisar os problemas e situações presentes no cotidiano dos relacionamentos amorosos seja antes, durante, ou mesmo depois que eles acontecem em nossas vidas.



 **PoloBooks**



THIAGO DE ALMEIDA

**Relacionamentos amorosos:
o antes, o durante... e o depois Volume 3**



THIAGO DE ALMEIDA
(organizador)

Relacionamentos amorosos:

o antes,

o durante...

e o depois.
volume 3

Taisa Cristina Del Vecchio • João Marcos Panho • Otávio Augusto Gonçalves • Helena Centeno Hintz • Bruna Germano Cirelli • Fabiana Rosini • Ana Paula Duizith • Isabela Machado da Silva • Marii Kath Sattler • Cristina Fiad Aragonez • Tamara de Andrade Alves • Jaqueline Soccol • Edna de Oliveira Corral • Patrícia Galdino Lague • Letícia Rosito Pinto Kruehl • Letícia Lovato Dellazzana-Zanon • Paula Centeno Hintz Baginski • Marlei Teresinha Rigo Bonissoni • Melina Carvalho Trindade • Juliane Toschi • Grazielle Martini Bronzatti • Heloisa Stoppa Menezes Robles • Maria Luiza Lourenço



Com grande prazer estamos publicando o volume 3 do título “Relacionamentos amorosos: o antes, o durante... e o depois”.

Depois do sucesso dos volumes 1 e 2, damos continuidade ao tema dos relacionamentos amorosos. Tema este nunca esgotável e sempre presente na vida das pessoas.

Afinal, quem nunca passou pelas dores e amores das relações amorosas?

Desde o encontro com o outro, as fases do conhecer, paixão, entrosamento, brigas, ciúmes, reconciliações, partidas, perdas, separações ou simplesmente viver um grande amor, seja ele por quanto tempo for.

Diversos autores nos mostram neste livro um panorama de problemas e possíveis soluções numa relação interpessoal e as diversas fases e histórias por que passam os casais dentro dos relacionamentos.

Que todos tenham uma prazerosa leitura dos textos e que esses possam ajudar quem precisa de ajuda ou que seja simplesmente para partilhar dos conhecimentos nele contidos.

THIAGO DE ALMEIDA
organizador

Relacionamentos amorosos:
o antes,
o durante...
e o depois
vol. 3

São Paulo

 **PoloBooks**

2015

Copyright© 2015 Thiago de Almeida (org.)
Vol. 3, São Paulo, 2015.

Projeto: Thiago de Almeida
Capista: Denis Aguirra
Diagramação: Anne Charlyne Raviani
Bibliotecária responsável: Maria Luiza Lourenço
Editora: PoloBooks
Impressão: PoloPrinter

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Almeida, Thiago de
Relacionamentos amorosos: o antes, o
durante... e o depois. / Thiago de Almeida,
org. -- vol. 3. São Paulo: PoloBooks, 2015.

352 p.

ISBN: 978-85-5522-013-5

1. Psicologia. 2. Relacionamento amoroso. 3.
Amor. 4. Afeição. I. Título

CDD 152.41

PoloBooks
Rua Antônio das Chagas, 550 - 04714-000 - São Paulo - SP
Tel.: (11) 3791-2965 / 3034-0066
www.poloprinter.com.br
e-mail: atendimento@poloprinter.com.br

Dedicatória

Mais do que um ser amado as pessoas buscam uma boa história de amor, tal como a nossa. Por tanto tempo eu imaginei a pessoa que eu queria, para juntos compartilharmos minhas histórias e a minha vida. E que sorte a minha, pois a vida deu um jeito de materializar essa pessoa em você para edificarmos juntos uma história e um legado nosso. Mas, ao contrário do que eu supunha, você não agiu da maneira que eu imaginava que fosse fazer. Você foi mais e além. Você foi imprevisível. Tal como para Sherazade em *As mil e uma noites*, o que era para ser uma noite, se tornou para sempre. E foi maravilhoso. Desde o começo, você sempre teve as respostas certas e eu odiava isso. Éramos tão diferentes, mas uma única coisa era o nosso denominador comum: o amor que sempre mantivemos um pelo outro. Afinal de contas, ninguém disse que seria fácil, mas valia a pena tentar. Você sempre apostou no melhor para a sua vida e, me incluiu em seus desejos e suas elevadas aspirações. Logo, apesar de tantas e de todas as histórias e experiências que você passou, você escolheu a mim.

Eu nunca tive o medo de te perder, mas sempre tive o medo de não reconhecer você na sua coerência, nas suas atitudes, no seu equilíbrio, tal como você é. E assim, para que nos tornássemos um, eu nunca precisei ser diferente ou me alterar, pois você sempre validou a minha essência. No entanto, você me tornou o que eu sou hoje. E eu gostei de você de um jeito que eu não imaginava poder gostar de ninguém. Eu me envolvi com muitas pessoas descartáveis, com as quais eu não quis criar vínculo algum, até conhecer você e eu me conectei para toda a eternidade.

As pessoas buscam ser a saudade de alguém, assim como você é a minha saudade. As pessoas mais do que um final, buscam uma orientação e sentido para suas vidas, e eu caminho para você. É o seu amor que me mantém inteiro, são e equilibrado. As pessoas buscam um lugar de descanso. E você é a minha família, minha pátria e o meu porto se-



guro. Voltando para você eu vivo sabendo que eu volto para encontrar você na outra metade do caminho. Você me ensinou de diversas maneiras que os amores não são feitos para durarem para sempre. Eles foram forjados por tempo suficiente para terem sentido para as nossas vidas. E, mais ainda, que o tempo que eles foram feitos poderia ser... para sempre. E como é que poderíamos saber os desdobramentos do nosso amor se não começássemos a tentar, no instante em que nos conhecemos? Para cá e para lá carrego o seu coração comigo, aonde quer que eu vá, jamais estou sem ele. Eu te amo pelo o que você foi, pelo o que você é e pelo que você será. A você dedico este livro e todo o meu viver.

Thiago de Almeida



Prefácio

A tarefa editorial de se coordenar um livro versando sobre as relações amorosas em suas múltiplas significações existenciais exige do seu organizador esmero intelectual, paciência e, sobretudo, visão holística. Thiago de Almeida efetiva essas três disposições em *Relacionamentos amorosos: o antes, o durante... e o depois*, em seu terceiro volume. O organizador, dedicado de corpo e alma ao tema e honorável referência profissional no tratamento das dificuldades das relações amorosas, lega ao leitor uma contribuição fundamental para os estudos sobre o amor em uma perspectiva multidisciplinar, pois diversa é a fortuna crítica que fundamenta os textos reunidos nesse inestimável exemplar. Impossível não nos afetarmos pelas ideias de Thiago de Almeida e, por conseguinte, de seus colegas colaboradores.

O estudo do amor na denominada sociedade de consumo e a fragilidade das relações humanas mediadas pelos signos fetichistas do capitalismo constitui um dos eixos de minhas pesquisas, e afirmo publicamente que conhecer e estudar as obras de Thiago de Almeida é um estímulo para a ampliação de meu repertório crítico sobre o tema. Isso evidencia a importância intelectual de um pesquisador estar sempre atento aos debates sobre questões que permeiam cotidianamente seus pensamentos.

Ainda que a Psicologia seja o norte diretor das atividades de pesquisa e de profissão dos autores envolvidos, contribuições fundamentais da Filosofia, da Antropologia, Semiologia, da Sociologia e da Economia não foram excluídas, circunstância que evidencia a importância do diálogo entre os saberes para que os segredos do amor sejam razoavelmente desvendados. Com efeito, alguém ousa decifrar de forma tão peremptória os sentidos do amor? Perante um afeto tão impactante em nossa constituição existencial, não podemos também silenciar, mas sim corajosamente nos aferramos na sua compreensão, de modo que assim quem sabe possamos conhecer a nós mesmos e quiçá sermos um pouco mais felizes em uma realidade social tão crua.

Relações amorosas marcadas pela efemeridade, o poder do dinheiro influenciando a condução das relações amorosas, as ambiguidades da pornografia, a alteridade do amor, os paradigmas do amor na dita pós-modernidade, os fatores que determinam o sucesso nas relações amorosas em tempos caracterizados pela decretação da falência do casamento, o papel do ciúme no fortalecimento e enfraquecimento dos vínculos afetivos, em suma, um caleidoscópio de ideias acerca de um sentimento capaz de mobilizar os seres humanos para as ações mais insólitas. A lista de temas certamente é interminável, e acredito que é angustiante, do ponto de vista intelectual, não conseguirmos dar conta de tantas outras reflexões, em apenas um livro. Daí a esperança de que a pujança criativa continue estimulando novas parcerias, novas contribuições autorais e, acima de tudo, novas leituras, pois enquanto houver um intelectual que analise o amor, o mesmo continuará vivo no mundo acadêmico, pois no mundo da vida o amor sempre será a tônica das nossas existências, nos atos, nos discursos, em tudo.

Não espere o leitor respostas fáceis para os problemas existenciais decorrentes da vivência do amor. Esse livro não é uma panaceia para solucionar impasses e turbulências afetivas, mas a efetivação de um consistente projeto que visa proporcionar um entendimento humano da potência construtiva do amor, base de todas as nossas aspirações existenciais.

Renato Nunes Bittencourt¹

1 Doutor em Filosofia pelo PPGF-UFRJ. Professor do Curso de Especialização em Pesquisa de Mercado e Opinião Pública da UERJ, da Faculdade CCAA e da Faculdade Duque de Caxias-UNIESP.

Introdução

“A cada dia que vivo, mais me convenço de que o desperdício da vida está no amor que não damos, nas forças que não usamos, na prudência egoísta que nada arrisca e que, esquivando-nos do sofrimento, perdemos também a felicidade”.
(Carlos Drummond de Andrade)

Os relacionamentos amorosos em suas muitas etapas, múltiplas facetas, diversidade de intensidade. Cada pessoa vive seu relacionamento diferente do outro, apesar de serem parecidos entre si. Difíceis de se definir. Difícil viver uma relação. Algumas pessoas passam pelos anos de relacionamento e saem vivas e de bem com a vida, enquanto tantas outras saem destruídas. Qual o segredo para se viver bem a dois? Muitas perguntas e muitas respostas certas e erradas que nos confundem. O amor é uma realidade bonita, forte mas também tão cheia de paradoxos. O que é certo pra você pode não ser para o outro, onde o importante, apesar de todas as divergências é tentar ser feliz. Parece simples? Mas, milhões de dúvidas pairam na cabeça das pessoas: “Por que isso aconteceu comigo?”, “por que não deu certo o meu relacionamento anterior?”, “a culpa é minha?”, “o que fazer para apimentar a relação?”, etc.

Infelizmente ou não, não existe uma fórmula matemática ou passe de mágica para que o amor se firme ou se mantenha no ‘coração’ das pessoas. Tampouco há uma estratégia que se aplique e que dê certo para todos os casais nos diversos momentos com os quais eles lidarão. O amor pode ser subjetivo, mas também pode ser palpável quando existe o contato físico e esse contato pode ser o início de tudo, a chama que faltava para acender o estopim de uma relação. Quantos relacionamentos começaram com o contato físico, sem maiores preocupações



de ser sério e viraram caso sério? E assim pode começar uma nova paixão, muitas vezes de uma brincadeira sem maiores pretensões... chega inesperadamente e se apodera das pessoas, muitas vezes sem perguntar nada, sem saber se a pessoa está preparada para receber esse sentimento em sua vida e vai se apossando até quando não dá mais para segurar e as emoções tomam conta dos parceiros.

Muitos relacionamentos se tornam grandes e aí o compromisso com o outro também se torna sério, grande, importante e a vivência no dia a dia muitas vezes se torna extenuante, mas também agradável porque afinal de contas, existe o amor. Como não existe a tal fórmula mágica para uma relação vir a ser perfeita, um relacionamento a dois pode sobreviver a muitos trancos e barrancos da vida: ciúme, dependência do outro, falta de companheirismo, egoísmo dos parceiros, falta de paciência, traições, etc, mas a relação também pode ir para o fundo do poço e não acabar bem. É difícil conviver com o outro, as pessoas são diferentes umas das outras e, muitas vezes, é preciso exercitar a paciência e a tolerância para que um relacionamento possa seguir adiante. Infelizmente, nem sempre isso acontece ou então, existe um fator sério para que a relação não vá adiante.

Também é possível que um mero contato físico ou uma abordagem inadequada foram causas de um rompimento amoroso, de um relacionamento que poderia se traduzir em durabilidade e satisfação para ambos os parceiros. E, aliás, muitas podem ser as causas de um rompimento amoroso. Muitos podem ser os motivos ou simplesmente o amor esfriou, acabou e não existe idade, gênero, tempo para que isso aconteça. Haverá sofrimento, revolta, tristeza e em alguns casos poderá haver até uma volta. E, caberá ao casal resolver da melhor forma possível o rompimento, o fim de uma relação.

Realmente, o tema relacionamentos amorosos é uma das áreas mais importantes (e geralmente problemáticas) da vida das pessoas e podem proporcionar uma das mais ricas recompensas emocionais na idade adulta, seja antes, durante... ou depois deles acontecerem em nossas vidas. Há que se evidenciar que, para muitas pessoas, os relacionamentos são considerados como a principal fonte para o alcance de

felicidade e de satisfação. Neste livro, sábios conhecimentos acerca dos relacionamentos amorosos nos serão compartilhados com vista a melhorar a qualidade e a durabilidade dos mesmos. Então, nesta obra então entraremos em contato no:

Capítulo 1 – A influência de relacionamentos passados para novas histórias de amor.

O capítulo intitulado: *A influência de relacionamentos passados para novas histórias de amor* tem como objetivo analisar a influência dos relacionamentos passados e a sua relevância para as novas histórias de amor formadas ou a surgirem. Consequentemente, buscam-se identificar alguns os critérios de escolha para um relacionamento como, por exemplo, se as decepções passadas podem vir a afetar essas novas escolhas e, também, se o padrão comportamental de um relacionamento para o outro se modifica de uma relação para outra. Também será vista a questão da comparação de um antigo relacionamento em relação a uma nova história de amor e as variáveis que possam contribuir positivamente ou negativamente para o relacionamento atual e para os novos romances que virão a se estabelecer.

Capítulo 2 – O desenvolvimento das relações amorosas: do início do século XX até os dias de hoje.

No capítulo *O desenvolvimento juvenil das relações amorosas: do início do século XX até os dias de hoje*, os autores discutirão as influências históricas e socioeconômicas para a estruturação das relações amorosas contemporâneas. O início do convívio, a fase do namoro, a manutenção do relacionamento rumo, ou não, experiência de um relacionamento em longo prazo e até para a separação realização do desejo individual, podemos observar que as alterações foram profundas e significativas. Percebe-se que essas mudanças foram tornando-se cada vez mais visíveis, influenciadas que foram pelos aspectos culturais, sociais e históricos. Nestas duas áreas grandes avanços aconteceram, que geraram repercussões substanciais tanto para a sociedade e para algumas famílias resultantes dessas relações.

Capítulo 3 – Uniões amorosas após namoros breves.

O capítulo intitulado: *Uniões amorosas após namoros breves* tem o intuito de apresentar como as relações amorosas, na pós-modernidade, vêm sofrendo transformações e já não carregam tão fortemente um caráter normativo com delimitações claras entre modelos certos e errados. Evidenciam-se fenômenos atuais como uniões precoces após rápidos namoros. Este capítulo pretende discorrer sobre as novas uniões amorosas da atualidade (coabitação, “namorido”, união estável e casamento contemporâneo) e os fatores que levam casais a se unirem após breves relacionamentos amorosos, através das mudanças sociais, econômicas e tecnológicas e do ponto de vista do desenvolvimento. Os principais motivos sociais presentes na contemporaneidade, estão relacionados à vivência do amor como algo fluido, efêmero e intenso associado à facilidade para separação. Questões específicas do desenvolvimento, como idade avançada para gestação e gravidez não planejada também colaboram para tal configuração. Muitos são os desafios que esses casais precisam enfrentar, como o respeito à individualidade ao mesmo tempo em que a identidade do casal está constituindo-se, assim como a construção de intimidade e cumplicidade, apesar de algumas etapas do ciclo do casal serem vividas juntas. As autoras, desse capítulo, concluem que o tempo de namoro prévio não é preditor de sucesso da união, dependendo a satisfação conjugal de outros fatores além do tempo.

Capítulo 4 – Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros.

Em *Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros* este capítulo discorrerá que relacionamento amoroso é um dos temas de estudo mais importantes no que diz respeito à vida das pessoas, mesmo porque, esta relação uma vez ou outra já fez parte de nossa história de vida. Neste capítulo, a autora buscará levar o leitor a compreender os principais aspectos envolvidos na manutenção do relacionamento amoroso. E até mesmo quando aqueles elementos mais “ardentes” do início da relação como, por exemplo, a paixão, já não se fazem tão pre-

sententes, uma vez que o ser humano é biologicamente programado para se sentir apaixonado durante um breve período. Independentemente da forma como a relação se iniciou (seja do fenômeno do “amor à primeira vista”, seja de uma amizade mais profunda, seja de um relacionamento virtual ou até mesmo de um relacionamento sem compromisso), estudiosos apontam que um relacionamento se mantém a partir da presença de alguns elementos: compreensão, proximidade, equilíbrio entre apego e autonomia, aceitação entre limitações e decepções e o bom convívio com as diferenças do outro, elementos que serão abordados neste capítulo.

Capítulo 5 – Conjugalidade homoafetiva: construção e possíveis sentimentos.

O capítulo *Conjugalidade homoafetiva: construção e possíveis sentimentos* discutirá a conjugalidade homoafetiva a partir da perspectiva da Teoria Sistêmica, ilustrada por duas histórias de vida, onde as autoras buscarão identificar e apontar para o leitor as escolhas amorosas, a constituição do casal, bem como os múltiplos sentimentos que envolvem casais homoafetivos, em especial, ciúme e posse. As autoras ainda apresentarão, no decorrer do artigo, estudos teóricos sobre aspectos do ciúme como um padrão relacional recíproco, perpassando o relacionamento afetivo e os vínculos, bem como a influência familiar e a transmissão inter e transgeracional na conjugalidade homoafetiva, correlacionando esses temas com os casos clínicos. Nesse capítulo será possível perceber como o ciúme implica na conjugalidade homoafetiva, a dificuldade dos cônjuges em estabelecer fronteiras entre os subsistemas da família de origem e do casal, a intensa influência das famílias de origem na conjugalidade, como também, o quanto as expectativas, tanto consciente quanto inconscientes, interferem na relação.

Capítulo 6 – A expansão da pornografia e o seu efeito nos relacionamentos amorosos.

Em *A expansão da pornografia e o seu efeito nos relacionamentos amorosos*, os autores falarão sobre como com o avanço das tecnologias da

comunicação, se tornou indiscutível a facilidade com que a pornografia pode ser obtida no mundo contemporâneo. Podemos encontrar facilmente esse material na internet ou apenas esperar ele chegar por algum aplicativo de mensagens no celular. Mas, os autores encaminharão seus leitores a perceber como todo e qualquer estímulo em demasia acarreta em mudanças no nosso comportamento. Dessa forma, os autores não questionarão somente se a pornografia traz benefícios ou malefícios, se ela é boa ou ruim para os relacionamentos amorosos, o texto vai além e procurará tratar de explicar não só essas questões como também trazer à tona uma reflexão sobre o contexto sociocultural no qual a pornografia está inserida, do mesmo modo que tentarão historiografar as primeiras representações pornográficas, que são muito mais antigas do que costumamos pensar.

Capítulo 7 - Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações da chegada dos filhos para a relação conjugal.

O capítulo intitulado *Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações da chegada dos filhos para a relação conjugal* trata de um assunto que afeta todos os que querem constituir uma família com filhos. O relacionamento conjugal traduz a convivência de dois indivíduos que se amam e escolhem viver suas vidas juntos. Espera-se que esta convivência íntima possa consolidar esta relação, tornando-a estável, capaz de enfrentar as mudanças do ciclo de vida familiar e as vicissitudes da vida cotidiana. Entretanto, percebe-se que casais, após o nascimento de um filho, modificam o seu relacionamento, passando a viver conflitos e fragilidades no vínculo conjugal. A intimidade saudável, antes compartilhada pelo casal, pode ser perdida, o que gerará um distanciamento e a quebra de espontaneidade entre ambos. Nesse sentido, as autoras discorrerão sobre a transição da conjugalidade para a parentalidade, período de expectativas mútuas que, se não forem correspondidas, poderão gerar sensações de incompreensão e de fracasso mútuos. Considerando-se que: a) a chegada dos filhos inaugura uma nova fase do ciclo de vida do casal; b) que o relacionamento conjugal pode sofrer prejuízos em função da chegada dos filhos, os objetivos deste capítulo são discutir a literatura sobre conjugalidade e parentalidade e focar as implicações da chega-

da dos filhos para o relacionamento conjugal. Neste capítulo, as autoras apresentarão, primeiramente, o desenvolvimento da relação conjugal, situando-a no contexto mais amplo do ciclo vital da família. Em segundo lugar, apresentarão como ocorre a transição da conjugalidade para a parentalidade. A seguir, apresentarão alguns conceitos-chave para o entendimento da transição para a parentalidade. Por fim, apresentarão as implicações da chegada dos filhos para a relação conjugal e damos nossa contribuição para a resposta da seguinte pergunta: “como fica o casal após a chegada do bebê?”. E, ao longo do texto, apresentarão alguns exemplos de casos atendidos para ilustrar aspectos teóricos e para familiarizar o leitor com a temática deste capítulo.

Capítulo 8 – As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências vivenciadas na família de origem.

O capítulo intitulado *As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências vivenciadas na família de origem* discutirá como as experiências vivenciadas na família de origem podem influenciar o ciúme sentido e manifestado nos relacionamentos românticos posteriores. Serão revisadas contribuições de autores clássicos na área da terapia de família e da psicologia do desenvolvimento, bem como pesquisas atuais sobre o tema. Letras de músicas populares de diferentes gêneros musicais serão utilizadas para ilustrar como os temas abordados são vistos no imaginário popular. Inicialmente, o ciúme será apresentado como um complexo de sentimentos, comportamentos e ideias, cuja vivência é afetada por questões socioculturais e particulares. Em seguida, as autoras abordarão as repercussões das relações estabelecidas com os pais e os irmãos na infância, a importância do modelo conjugal apresentado pelos pais, o lugar dos valores, mitos e crenças que perpassam a história de cada família, bem como o encontro das histórias dos dois parceiros contribui para a forma como o ciúme se apresenta em cada relação específica. Demonstra-se, com este texto, como as experiências diretas e indiretas vivenciadas na família de origem são reencenadas e reatualizadas a partir das particularidades do relacionamento atual e do momento por que cada casal está passando. Destacam-se os potenciais benefícios de intervenções terapêuticas e preventivas.

Capítulo 9 - Fatores que levam ao aumento do ciúme nas relações amorosas.

O capítulo intitulado *Fatores que levam ao aumento do ciúme nas relações amorosas* descreve o ciúme como um sentimento que faz parte das relações amorosas e manifesta-se por diferentes motivos e em distintos graus. A sua expressão pode ser percebida tanto como um cuidado com a relação no sentido de preservação do vínculo constituído, quanto como algo que ultrapassa essa função e traz à tona aspectos extremamente disfuncionais, inclusive com fins trágicos. As autoras, com esse capítulo, pretendem refletir juntamente com o leitor sobre os possíveis potencializadores do ciúme na atualidade, baseando-se em revisão bibliográfica aliada a experiência clínica em terapia de casais.

Capítulo 10 – Psicopatas amorosos: uma realidade, talvez, bem mais próxima de você do que você podia imaginar.

Sabe aquele homem encantador que você conheceu: educado, simpático, envolvente, sedutor, cheio de qualidades, enfim, aquele que você acreditou ser o homem da sua vida? Cuidado ele pode na verdade ser um ‘psicopata do coração’. Seja você homem ou mulher e, seja essa pessoa, um homem ou uma mulher, um psicopata do coração é uma pessoa fria, sem sentimentos, que pode vir a ter vários relacionamentos ao mesmo tempo e pode representar um perigo para a sua vida, pois é capaz de te destruir psicologicamente ou até mesmo financeiramente. Ao longo dos encontros e desencontros da vida, você deve ser capaz de identificá-lo (a) e o segredo é permanecer longe dele (a). Nesse capítulo intitulado *Psicopatas amorosos: uma realidade, talvez, bem mais próxima de você do que você podia imaginar*, seus autores compartilharão conosco entendimentos e encaminhamentos acerca desse tema.

Capítulo 11 – Um panorama atual acerca do divórcio e das separações amorosas.

Não se sabe ao certo quando o casamento surgiu, mas podemos afirmar com grande certeza que a separação surgiu logo após ele.

Se podemos dizer que o casamento no Brasil nem sempre foi como é hoje, podemos afirmar que o divórcio como ocorre atualmente também é algo novo. Os autores desse capítulo tratarão acerca desse tema apontando que, desde o Brasil colonial as transformações na nossa cultura vêm acontecendo, desde uma maior liberdade para a mulher como também novas formas de educar os filhos. Hoje as pessoas vivem mais e com uma qualidade de vida melhor, elas também se divorciam e recasam com uma maior frequência. Essas mudanças fizeram com que a Psicologia se debruçasse sobre esse fenômeno, levando a novas compreensões e até mesmo uma nova patologia. O divórcio hoje é uma possibilidade nova que cresce cada vez mais em números, o que fez com que percebêssemos o sofrimento que é vivenciado pelas famílias que passam por essa fase. Mas isso não o torna algo ruim, sabemos que o divórcio não é o fim, mas o recomeço, uma busca pela felicidade. É o que se verá em no capítulo intitulado *Um panorama atual acerca do divórcio e das separações amorosas*.



Mini currículo dos autores

Do organizador:

Thiago de Almeida

Thiago de Almeida é psicólogo, pesquisador (USP/UNESP) e professor universitário que se especializou em dificuldades do relacionamento amoroso tais como: baixa autoestima; ciúme; timidez; inibição; infidelidade; Quadros depressivos associados a relacionamentos amorosos; Tratamento para ejaculação rápida; Tratamento de anorgasmia, frigidez e de falta de desejo com o parceiro; Tratamento de vaginismo; Atendimento psicoterápico a vítimas de violência doméstica; Tratamento de Parafilias (Exibicionismo, Fetichismo, Frotteurismo, Masoquismo, Sadismo, Fetichismo travéstico, Voyeurismo); e Psicoterapia de casal. Possui graduação em Bacharelado em Psicologia/ Formação para Psicólogo pela Universidade Federal de São Carlos (2003) e mestrado em Psicologia (Psicologia Experimental) pela Universidade de São Paulo (2007). Atualmente é doutorando pelo Departamento de Psicologia da Escolar e do Desenvolvimento Humano. Possui consultórios estabelecidos na cidade de São Paulo e na cidade de São Carlos. Tem experiência na área de Psicologia Cognitivo-Comportamental de caráter breve, com ênfase na Psicologia do Amor, atuando principalmente nos seguintes temas: amor, relacionamentos amorosos, ciúme, timidez e casais. Escreveu vários livros como: “Ciúme e suas conseqüências para os relacionamentos amorosos”; “A arte da paquera: inspirações à realização afetiva”; “Sexualidade, cinema e deficiência”; Faz parte do corpo editorial de conceituados periódicos científicos dentro e fora do Brasil. Maiores informações sobre seu atendimento, especializações e acesso integral a sua produção científica acessar: <http://www.thiagodealmeida.com.br/site> ou <http://lattes.cnpq.br/1289628584126736> E-mail para contato com o autor: thiagodealmeida@thiagodealmeida.com.br

Dos colaboradores:

- **Renato Nunes Bittencourt (prefacista):** é doutor em Filosofia pelo PPGF-UFRJ. Professor do Curso de Especialização em Pesquisa de Mercado e Opinião Pública da UERJ, da Faculdade CCAA e da Faculdade Duque de Caxias-UNIESP. E-mail para contato com o autor: renatonunesbittencourt@yahoo.com.br
- **João Marcos Panho:** é graduado em Psicologia pela Faculdade de Pato Branco – FADEP; Pós-Graduando em Terapia Clínica Cognitivo-Comportamental. Maiores informações sobre o autor no site: <http://www.joaopanho.site.com.br>, também <http://lattes.cnpq.br/2033498824949452>. E-mail para contato: joaomarcos_jmp@hotmail.com.
- **Otávio Augusto Gonçalves:** acadêmico do nono semestre de Psicologia da Universidade Paulista. E-mail para contato com o autor: otavio_ag@live.com
- **Helena Centeno Hintz:** é psicóloga, Psicoterapeuta especialista em Psicoterapia Individual, de Casal e Família. Membro da equipe de coordenação, docente e supervisora do DOMUS – Centro de Terapia de Casal e Família. Editora da Revista Pensando Famílias. Presidente da Associação Gaúcha de Terapia Familiar – 2002/2004; 2006/2008. Membro do Conselho Deliberativo e Científico da Associação Brasileira de Terapia Familiar – ABRATEF. Editora da Revista da Associação Brasileira de Terapia Familiar – 2008/2012. E-mail para contato com a autora: hchintz@terra.com.br
- **Bruna Germano Cirelli:** é Psicóloga, Especialista Clínica em Terapia Individual, de Família e Casal. Membro da Comissão Editorial da Revista Pensando Famílias. Membro do Corpo Clínico do DOMUS – Centro de Terapia de Casal e Família. E-mail para contato com a autora: cirellibruna@gmail.com

- **Fabiana Rosini:** é uma pesquisadora independente acerca do tema relacionamentos amorosos. E-mail de contato com a autora: frosini@gmail.com
- **Ana Paula Duizith:** é uma pesquisadora independente acerca do tema relacionamentos amorosos E-mail de contato com a autora: apduizith@hotmail.com
- **Isabela Machado da Silva:** é psicóloga, com formação em Terapia de Família pelo Domus: Centro de Terapia de Casal e Família - Porto Alegre-RS. Doutora em Psicologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), com período de estudos no programa de Counselling Psychology da University of British Columbia (UBC), em Vancouver, no Canadá. Atualmente é Professora do Departamento de Psicologia Clínica da Universidade de Brasília (UnB). Trabalha principalmente com temas relacionados à conjugalidade, à coparentalidade, à intergeracionalidade e ao impacto psicossocial do uso das técnicas de reprodução assistida. E-mail para contato com a autora: isabela.ms@gmail.com
- **Marli Kath Sattler:** Psicóloga. Mestre em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS). Especialista em Terapia Familiar, pelo Monsall Hospital, em Manchester, na Inglaterra. Membro da equipe de coordenação, supervisora e docente do Domus: Centro de Terapia de Casal e Família. Psicoterapeuta de indivíduos, casais e famílias em consultório particular. Porto Alegre – RS – Brasil. E-mail para contato com a autora: marlisattler@gmail.com
- **Cristina Fiad Aragonez:** é psicóloga, Mestre em Psicologia Clínica (PUCRS). Especialista em Psicologia Clínica Individual, Conjugal e Familiar pelo DOMUS - Centro de Terapia de Casal e Família. Membro da Comissão Editorial da Revista Pensando Famílias. Membro do Corpo Clínico do DOMUS – Centro de Terapia de Casal e Família. E-mail para contato com a autora: tina_aragonez@yahoo.com.br

- **Tamara de Andrade Alves:** é psicóloga, Especialista Clínica em Terapia Individual, de Família e Casal. Membro da Comissão Editorial da Revista Pensando Famílias. Membro do Corpo Clínico do DOMUS – Centro de Terapia de Casal e Família. E-mail para contato com a autora: tamara_alves1@hotmail.com
- **Jaqueline Soccol:** é psicóloga, Especialista em Psicologia Clínica. Psicoterapeuta individual, de casal e família. Membro do Corpo Clínico do DOMUS – Centro de Terapia de Casal e Família. Psicóloga da Prefeitura de Alvorada, atuando na área de políticas públicas da saúde e assistência social. RS, Brasil. E-mail para contato com a autora: jaquesoccol@gmail.com
- **Edna de Oliveira Corral:** é psicóloga, Terapeuta Individual, de Casal e Família. Especialista em terapia de casal (DOMUS). Especialista em Ergonomia (Open Ergonomy - EEUU). Formação em Psicodrama (ASP). Membro do corpo clínico do DOMUS - Centro de Terapia de Casal e Família. RS, Brasil. E-mail para contato com a autora: ecorral03@gmail.com
- **Patrícia Galdino Lague:** é assistente Social (PUCRS), Mediadora nos contextos organizacional, familiar e educacional (INTERFAS, ULBRA, DOMUS), Terapeuta de casal e família (DOMUS). Membro do corpo clínico do DOMUS - Centro de Terapia de Casal e Família. RS, Brasil. E-mail para contato com a autora: patiglague@gmail.com
- **Letícia Rosito Pinto Krue:** é psicóloga Clínica, Mestre pelo Programa de Pós-Graduação em Ciências Médicas: Psiquiatria UFRGS (CAPES). Especialista em Terapia de Casal e Família (DOMUS). Especialista em Terapia Cognitivo-Comportamental (INFAPA). Membro do Corpo Clínico do DOMUS. Membro do Grupo de Estudos e Pesquisa em Personalidade (GEP-Personalidade- InTcc). RS, Brasil. E-mail para contato com a autora: lekruel@yahoo.com.br

- **Letícia Lovato Dellazzana-Zanon:** é psicóloga, Especialista em terapia de família e casal pelo DOMUS – Centro de Terapia de Casal e Família. Membro da Comissão Editorial da Revista Pensando Famílias. Mestre e Doutora em Psicologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Professora do Programa Pós-Graduação em Psicologia da PUC-Capinas. E-mail para contato com a autora: leticiadellazzana@gmail.com.br
- **Paula Centeno Hintz Baginski:** é psicóloga, Psicoterapeuta especialista em psicoterapia individual, de casal e família. Membro do Corpo Clínico, professora convidada e coordenadora do Grupo de Estudos da Infância e Adolescência do DOMUS – Centro de Terapia de Casal e Família. Membro da Comissão Editorial da Revista Pensando Famílias. Revisora Técnica da Revista da Sociedade Psicologia do RGS, Brasil – 2000/2011. E-mail para contato com a autora: paula.hintzb@globocom
- **Marlei Teresinha Rigo Bonissoni:** é psicóloga, Psicoterapeuta individual, de casal e de família. Membro do Corpo Clínico e do ambulatório do DOMUS – Centro de Terapia de Casal e Família. Membro da Comissão Editorial da revista Pensando Famílias. Membro do ambulatório e do setor de Dependência Química da Comunidade Terapêutica D. W. Winnicott. Membro voluntário do IPPAD- Instituto de pesquisa e prevenção ao uso de álcool e outras drogas. E-mail para contato com a autora: marleitr1@gmail.com
- **Melina Carvalho Trindade:** é psicóloga, Psicoterapeuta especialista em Terapia de Casal e Família, e em Terapia Cognitiva-Comportamental. Membro da Comissão Editorial da Revista Pensando Famílias. Membro do Corpo Clínico do DOMUS – Centro de Terapia de Casal e Família. E-mail para contato com a autora: melctrindade@hotmail.com
- **Juliane Toschi:** é psicóloga, Psicoterapeuta especialista em Terapia de Casal e Família. Membro do Corpo Clínico do DOMUS

– Centro de Terapia de Casal e Família. E-mail para contato com a autora: psicologajulianetoschi@gmail.com

- **Graziele Martini Bronzatti:** é psicóloga, Psicoterapeuta especialista em Terapia de Casal e Família. Membro do Corpo Clínico do DOMUS – Centro de Terapia de Casal e Família. E-mail para contato com a autora: grazielembr@hotmail.com
- **Heloisa Stoppa Menezes Robles:** é Psicóloga formada pela Universidade Federal de São Carlos (UFSCar) e mestre em Educação Especial pela UFSCar. Atua como psicóloga clínica em consultório particular e é professora e supervisora de estágio no curso de Psicologia do Centro Universitário Central Paulista (UNICEP) – São Carlos/ SP. E-mail para contato com a autora: heloisa.robles@gmail.com
- **Maria Luiza Lourenço:** é Bacharel em Biblioteconomia pela Faculdade de Biblioteconomia e Documentação (FESP/SP) e bibliotecária (CRB 8ª 5037) da Faculdade de Educação da Universidade de São Paulo (FEUSP). E-mail para contato com a autora: malouren@usp.br
- **Taisa Cristina Del Vecchio:** Musicoterapeuta (Universidade de Ribeirão Preto) e Psicóloga formada pelo Instituto Taquaritinguense do Ensino Superior (ITES). E-mail para contato com a autora: taisavecchio@bol.com.br

Sumário

Parte I –	O antes.....	25
Capítulo 1 –	A influência de relacionamentos passados para novas histórias de amor	27
Capítulo 2 –	O desenvolvimento das relações amorosas: do início do século XX até os dias de hoje	51
Parte II –	O durante... ..	91
Capítulo 3 –	Unões amorosas após namoros breves.....	93
Capítulo 4 –	Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros.....	123
Capítulo 5 –	Conjugalidade homoafetiva: construção e possíveis sentimentos	167
Capítulo 6 –	A expansão da pornografia e o seu efeito nos relacionamentos amorosos.....	197
Capítulo 7 –	Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações da chegada dos filhos para a relação conjugal	231
Capítulo 8 –	As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências vivenciadas na família de origem.....	251
Capítulo 9 –	Fatores que levam ao aumento do ciúme nas relações amorosas.....	287

Capítulo 10 – Psicopatas amorosos: uma realidade, talvez, bem mais próxima de você do que você podia imaginar	307
Parte III – O depois	323
Capítulo 11 – Um panorama atual acerca do divórcio e das separações amorosas.....	325

Parte I - o Antes

“O amor só é lindo,
quando encontramos alguém
que nos transforme no melhor
que podemos ser.”

(Mário Quintana)



Capítulo 1

A influência de relacionamentos passados para novas histórias de amor

“Lamentar uma dor passada, no presente, é criar outra dor e sofrer novamente” (William Shakespeare).

João Marcos Panho
Thiago de Almeida

Os critérios de escolha para parcerias amorosas

Tentando salientar algumas dúvidas sobre o que é de fato o amor, Santiago (2003) aponta que, quando crescemos, já não somos mais dependentes, mas a necessidade de nos vermos através de outra pessoa permanece. Estamos, sim, inegavelmente, presos aos nossos semelhantes. Se, quando crianças, temos a necessidade do aleitamento garantido pelos nossos pais e demais tomadores de cuidado, quando adultos, a necessidade é a de nos vermos alimentados em nossas ideias e em nossos sentimentos. E assim, temos a necessidade de vermos nossas sensações derramadas e refletidas no outro, validando-nos com a força do outro que nos confirma em nossas ações e decisões, repetindo, aquela primeira história de simbiose maternal que antes era física e, que agora é psíquica. Vivemos assim, constantemente a procura de alguém com quem dividir e compartilhar pedaços de nossa experiência de vida, o que muitas vezes se consoma no amor que ocorre dentro dos relacionamentos afetivo-sexuais.



Segundo Almeida e Mayor (2006): “A maioria das pessoas, utiliza o termo ‘amor’ para descrever sentimentos por uma pessoa por quem se sente mais fortemente atraída ou a quem se vê mais apegada” (p. 264). Em suma, as pessoas priorizam as interações afetivo-sexuais e os relacionamentos amorosos em suas vidas em suas múltiplas nomeações e contextos tais como a amizade, o flerte, a paquera e ou xaveco, o namoro, o noivado, o casamento, o poliamor, o recasamento, dentre outras situações que estão comumente empregadas à sociedade na qual vivemos. A devida escolha do (a) parceiro (a) adequado (a) para um relacionamento facilita o início de um relacionamento, contribuindo para que seja sim, satisfatório e que dure por um determinado período de tempo. Assim, de acordo com alguns autores (*e.g.* GOMES et al., 2013) “Não é de hoje que a temática da escolha do (a) parceiro (a) tem sido foco de atenção” (p. 02).

Para vivenciarmos a situação amorosa precisamos interagir com uma parceria em potencial. O mecanismo psicológico relacionado à seleção de parceiros é considerado um conjunto, dentre outros, selecionado no decorrer da filogênese da espécie humana a serviço da perpetuação da mesma (BORRIONE; LORDELO, 2005; BUSS, 2006).

Ao se tratar do processo de seleção natural, Darwin (1859/2007) reconhece-a como um processo principal que vem a operar na evolução das espécies. Além deste operante, Darwin notou que a seleção natural ocorre basicamente por meio de pressões seletivas sobre as escolhas ou disputas por parceiros entre os membros de uma espécie. Os atributos ao qual se faz presente grande parte da seleção natural, sejam ele de preferência e ou sucesso, oferecem vantagens para a sobrevivência e sucesso reprodutivo. Marquezan (2005) enfatiza os critérios de escolha entre homens e mulheres e sugere que as mulheres seriam mais seletivas do que os homens em relação às características almejadas em um parceiro que poderiam indicar melhores condições para a criação dos filhos. Essa seleção natural é visível durante o longo da evolução onde estes determinantes funcionam como uma espécie de seleção sexual e ou seleção natural. Englobando todo este esquema delineado pelo processo de seleção natural, Buss (2006) aponta que através de seus



Capítulo 1 - A influência de relacionamentos passados para novas histórias de amor

estudos, constatou que mulheres tendem a valorizar mais do que os homens a capacidade de ganho material, por outro lado, as características mostram para a capacidade reprodutiva, ou seja, boa aparência, são mais valorizadas por homens do que por mulheres, enquanto que os homens mostram-se mais propensos a se engajarem em relacionamentos de curto prazo pelo fato de que seu investimento não é tão alto quando o da mulher na criação da prole.

Pode-se observar por meio desses pressupostos que as pessoas, em seus relacionamentos amorosos, procuram estabelecer padrões e regras de seleção ao recrutarem um “verdadeiro amor” ou quando buscam sua “alma gêmea” ou “parceiro (a)”, estes padrões estabelecem conceitos pessoais, isto é, preferências como a cor do cabelo, cor da pele e olhos, dentre outros critérios de seleção, que influenciam preponderantemente suas escolhas a respeito de com quem devem compartilhar suas vidas, por um tempo maior ou menor. Esses padrões funcionam como uma condição para escolha de uma determinada pessoa, ao qual, vem a dar início a um relacionamento estável. Através desses conceitos as pessoas passam suas vidas em busca de um (a) parceiro (a) com as características de um “príncipe encantado” e ou de uma “mulher dos sonhos”.

Apenas recentemente o tema escolha de um (a) parceiro (a) tem sido foco de atenção dentre algumas áreas estudo da Psicologia. A Psicologia Social, por exemplo, é uma delas e busca identificar e compreender esses determinados padrões de escolha, como destacado por Sternberg (2000).

A escolha de parceiros (as) segue um conjunto de princípios gerais. As pessoas em geral usam estes princípios para deduzir as qualidades que querem e os defeitos que não querem num parceiro amoroso, ou seja, quando uma pessoa é admirada, significa que possui qualidades que o (a) admirador (a) valoriza e gostaria de ter em si e ou para si.

Scribel, Sana e Benedetto (2007) ressaltam que, na busca do entendimento e da complexidade das relações amorosas, o ser humano acaba por travar lutas internas, isto é, com desejos, crenças, necessida-



des não atendidas e etc. Segundo Almeida (2003) o ser humano vive, geralmente, em um estado de incompletude, ou seja, tem o desejo de encontrar-se através do acréscimo do que lhe é exterior. “[...] sentir essa plenitude idealizada será alcançada através da união com uma outra pessoa, detentora de tudo aquilo que o ser humano julga não possuir em si mesmo” (p. 22).

Além dessas características internas do indivíduo Michener, Delamater e Myers (2005) sugerem que, a atração inicial por uma pessoa é influenciada por normas sociais, variando de cultura para cultura, porém, a atração física, assim como semelhanças da idade, raça, religião e *status* socioeconômico, vêm a tornar uma pessoa mais ou menos adequada para se tornar uma parceria em potencial, segundo cada critério de cada pessoa. Complementarmente Vasconcellos (1997) afirma que a procura da “alma gêmea” atende tanto as necessidades próprias, como as exigências sociais.

Desta forma, existe uma tendência de uma pessoa repetir um determinado “padrão” de relacionamento e ou escolha de um novo relacionamento, baseado em suas próprias características. Conforme citado acima cada pessoa possui características de seleção, adequadas ou não para si. Silva; Menezes e Lopes (2010) afirmam que: “Apesar da ideia comum de que os opostos se atraem, um número significativo de estudos afirma que, de forma geral, as pessoas buscam aqueles que são similares a elas próprias” (p. 02). Levando-se em consideração essas características, dificilmente as pessoas vêm a mudar seu padrão e ou critério de escolha, devido ao fato deste estar integrado em suas crenças internas, ao qual, nos vem à pergunta do tema que será abordado a seguir, “buscamos personalidades iguais ou diferentes das quais já tivemos contato?”.

Em busca de novos relacionamentos: iguais ou diferentes aos quais já tivemos contato?

Segundo Suplicy (1983), várias forças atuam na seleção de um (a) parceiro (a) amoroso, dentre as quais, as de maior influência são as



Capítulo 1 - A influência de relacionamentos passados para novas histórias de amor

forças de ordem inconsciente. É este processo psicológico que determina o tipo de escolha do (a) parceiro (a), sendo este resultado da história psíquica e experiências do indivíduo. A mesma autora destaca que os processos determinantes da escolha e ou seleção mais importantes, são eles:

- ✓ O indivíduo escolhe um (a) parceiro (a) na qual seja possível, por características de personalidade desta pessoa, projetar partes suas que não são compatíveis com a que gostaria de ter. Então, através do mecanismo de projeção, estes traços passam a ser do outro e não dele próprio, diminuindo assim a ansiedade que ele sente pelo conflito. Ou seja, nesta operação mental, o indivíduo, ao projetar partes de si no outro, espera do outro, compreensão e transformação do seu pensamento e de suas atitudes emocionais;
- ✓ A pessoa escolheria o oposto de si mesma, com a premissa de que o outro pode completá-la, dando o que ela não tem, sendo o que ela não é. A escolha por reação também pode ocorrer quando o indivíduo não tem bem resolvido seus conteúdos sexuais. Quanto mais diferente o parceiro for do progenitor mais seguro o indivíduo se sente. Ou seja, o indivíduo como um todo, vive em constante procura de parceiros (as) de sua imagem oposta, sendo com isso, decorre suas buscas em suas diferenças, dando créditos a pessoas, ao qual, por suas diferenças vem a completar de alguma forma;
- ✓ As escolhas se relacionariam com a capacidade de aceitar as diferenças entre cada um dos parceiros. Almeida (2003) corrobora ao afirmar que a seleção de um (a) parceiro (a) bem feita é tão importante quanto o próprio relacionamento em si, logo este, economizaria o tempo e os investimentos de ambos os componentes na relação. O autor destaca também que a maturidade de uma escolha é importante e que pode ocorrer em qualquer idade, mais para que tal ocorra deve haver atração entre as pessoas, seja ela física ou de qualquer outra ordem (ALMEIDA, 2003).



Vários princípios norteiam a escolha de um (a) parceiro (a). Muitas pessoas julgam que beleza e ou o atributo riqueza são determinantes essenciais para a efetivação de um relacionamento amoroso, porém pode-se dizer que não são. Segundo Féres-Carneiro (1997), em uma pesquisa sobre a escolha amorosa e interação conjugal, realizada no Rio de Janeiro, constatou-se que a atração física é importante, mas não é um determinante na hora da escolha. Ou seja, a beleza não necessariamente é um fator de escolha do cônjuge, levam-se também outras influências e atributos.

Ao falarmos sobre a atração física Maner (2003) revela que, a beleza torna-se um fator relevante, somente na hora da paquera ou do flerte. Referente a essas circunstâncias, o corpo é abordado em termos estéticos, tornando-se objeto de desejo e fonte de prazer (CHAVES, 1994). Estes fatores têm destaque positivo, segundo Brasil et al. (2007), pois ao identificarmos um padrão de beleza compatível com nossos critérios de escolha, dá-se início à fase do flerte sendo importante para a formação do par romântico, este faz com que as pessoas se aproximem e se conheçam.

Conforme delineado por Suplicy (1983), os padrões de escolha são aspectos idiossincráticos, ou seja, cada um tem seu padrão de seletividade amorosa. Em uma dinâmica de tendência à repetição os indivíduos acabam a repetir suas escolhas, mesmo que essa escolha seja realizada com outra pessoa em outro relacionamento. Mesmo assim, essa tendência vem a ter um padrão seguido pelo indivíduo. Isto é, as pessoas tendem a repetir um padrão antigo de relacionamento e/ou critérios, mesmo se estabelecer outros relacionamentos.

Bauman (2004) em sua obra “Amor líquido” enfatiza que a expressão “até que a morte nos separe” encontra-se decididamente fora de moda. O autor nesta obra sugere que as pessoas não estão mais presas a um (a) mesmo (a) parceiro (a). No entanto, o casamento já não é mais considerado “desculpa” para continuar um vínculo amoroso. Consequentemente, uma escolha que venha a gerar arrependimento, não se torna mais motivo de sofrimento em relação à convivência.



Capítulo 1 - A influência de relacionamentos passados para novas histórias de amor

Dessa forma, como fica o ditado popular, “os opostos se atraem?”. Pois bem, essa questão que constantemente é debatida entre as pessoas. Os autores Botwin, Buss e Shackelford (1997) destacam que, embora os indivíduos difiram em termos das características desejadas, eles tendem a preferir a se relacionar com companheiros que sejam similares a si mesmos. Isto é, por mais que escolhamos nosso “par perfeito” ainda assim desejamos mais manter vínculos afetivos com pessoas que se assemelham com nós mesmos. Pensando nesses aspectos existe uma grande probabilidade de voltarmos a nos relacionar com pessoas com características pontuais ao antigo romance.

A discussão se os opostos se atraíam foi pauta de análise por alguns autores da década de 70, eles questionavam se escolhas ocorriam mais por semelhanças ou por diferenças e também se seria o fator da semelhança que gerava a atração ou se era o fator da atração que gerava a semelhança (e.g. RUBIN, 1973). Analisando esses pressupostos Almeida (2003) destaca que:

[...] quando dois parceiros em potencial vêm as diferenças complementares, elas as vêm como algo motivador, desafiador e excitante, evocando, assim, nos seus respectivos parceiros, lembranças positivas. Assim, se por um lado, quando mais se gosta das pessoas, mais se julga que elas são semelhantes entre si, por outro lado, quando mais elas são semelhantes entre si, mais se gosta delas. Deve-se ressaltar que nem todas as diferenças existentes entre as pessoas são complementares: algumas chegam a ser até antagônicas. (p. 30)

Segundo Silva, Menezes e Lopes (2010) um elemento que influenciaria a escolha do cônjuge seria a busca, no outro, por similaridades, isto é, por características semelhantes àquelas que encontram em si mesmos. Os estudos mostram que a semelhança entre os parceiros da relação funciona como um antecedente-chave na fase de atração, onde a proximidade faz-se necessária a este processo, de tal forma que as pessoas que vivem frequentemente em contato procuram mais atributos valorizados nos outros, como se estivessem diante de um *check list* que se presta para triar essas parcerias amorosas em potencial.



Analisando esses dados apresentados sobre os critérios de escolha de um (a) parceiro (a), logo se observa que as pessoas vivem em busca de suas próprias idealizações e ou com determinadas expectativas do que seria a “pessoa amada” ou “o pai ou a mãe ideal dos meus filhos”, essa bagagem encontra-se cristalizada nas pessoas de um modo em geral, por meio de preceitos, histórico, sociais, ambientais e genéticos, ou seja, fatores tanto quanto genéticos e ou ambientais do meio vem a influenciar os critérios de escolha do sujeito, seja para com a escolha de um (a) parceiro (a) até para demais designações. Almeida (2003) destaca também que o princípio de escolher, ainda que inconscientemente como destaca Suplicy (1987), um parceiro afetivo, mesmo para envolvimento breves, o que se procura é o prazer, podendo-se dizer que o fator de escolha seja voltado para a satisfação.

Desilusões com parcerias anteriores podem afetar a nova escolha?

Após a separação, uma sobrecarga de sentimentos confusos com intensidades diversas atingem ambos os cônjuges. Algumas pessoas buscam desesperadamente manter a mesma rotina, ou até sair em busca de novos (as) parceiros (as) a fim de minimizar os sentimentos de perda do antigo romance. Quando isso acontece, vivem a dor de uma ferida, colocando em questão sua capacidade de ser amado, vindo a criar dúvidas de seu próprio valor. O ressentimento e o ódio pela perda das ilusões depositadas no casamento ou no parceiro provocam um desejo de aniquilar o outro (LEVY; GOMES, 2011). Em determinado momento, as desilusões amorosas mal elaboradas na fase de luto, tal como apontam Almeida e Aguirra (2014), podem vir a se tornar traumáticas, acarretando em dificuldades para uma nova escolha. Lidar com essa perda e dar a volta por cima é uma tarefa árdua que se resume em reconstrução, ou seja, usar desse turbilhão de sentimentos ao próprio favor, apreendendo sobre si e sobre o outro a fim de dar sentido a um novo relacionamento.

A necessidade de se livrar de sentimentos ruins, gera uma espécie de ansiedade, ou seja, esses tipos de sentimentos geralmente acabam fazendo com que a pessoa se envolva em outra relação, mes-



Capítulo 1 - A influência de relacionamentos passados para novas histórias de amor

mo que ela não seja aquela que mais lhe agrada no momento. Neste momento, faz-se presente esses determinados estímulos, como, o fim de uma relação, a ansiedade dar início a uma nova, a necessidade de voltar a se relacionar, juntamente com os sentimentos negativos de fracasso o relacionamento antigo, podem vir a gerar uma escolha não tão adequada para um novo parceiro, pois possivelmente, os critérios de escolha a serem empregados serão mais guiados por sua vontade de provar para si mesmo (a) que pode ter um novo relacionamento do que por critérios mais ajustados e ‘resetados’ para a promoção de um novo relacionamento amoroso. Muitas vezes, esse provar para si mesmo (a) que se é capaz de vincular-se em um novo relacionamento, acaba gerando padrões de repetição do relacionamento passado, ou seja, o que segundo Ramos (2010) ocorre com a evocação de sentimentos de inadequação, compreendidos em Psicologia pelo termo compulsão à repetição.

A passagem da vida afetiva romântica com um parceiro para uma nova fase de solteiro (a), também gera nervosismo e ansiedade, assim como o medo do que está por vir, o sofrer por antecipação, o medo da mudança. Como citado anteriormente, algumas pessoas alteram seus padrões seletivos nessa fase para migrarem para um novo relacionamento. Diga-se, de passagem, que grande porcentagem das pessoas torna-se mais eletiva quanto à nova escolha, isso ocorre devido à grande frustração do processo de idealização ocorrido no passado. Consequentemente, algumas pessoas sentem-se devidamente amarradas a iniciar um novo relacionamento, pelo medo da repetição do fracasso.

Em função dessa frustração, os princípios de seleção tendem a tornarem-se mais criteriosos. A seleção de parceiros segue um conjunto de normas ou princípios, que ajudam a pessoa decidir as qualidades que querem e os defeitos que não querem no outro, facilitando assim as escolhas que acabam sendo feitas através destes critérios (BRASIL et al., 2007).



Tenho um padrão comportamental semelhante ou diferente ao que já tive na relação passada?

Antes de salientarmos sobre a pergunta anterior, pauta desse subtópico, é necessário compreender alguns conceitos da Psicologia. Esses conceitos enfatizam uma gama de comportamentos do ser humano, aos quais, alguns padrões comportamentais vêm a se repetir de indivíduos a indivíduos, variando em determinadas situações individuais, porém, a análise de sua função para esse determinado sujeito ocorre da mesma forma.

No decorrer dos capítulos acima, exemplificamos como ocorre determinada seletividade do (a) parceiro (a). Para entendermos melhor se uma pessoa seja ela do sexo masculino ou feminino vem a seguir um padrão comportamental semelhante e ou diferente durante uma nova relação, vamos entender antes o que são os conceitos de: reforçamento; contingência; discriminação.

- ✓ **REFORÇAMENTO:** Esse termo denominado é utilizado pela Psicologia, para designar qualquer operação que altere a chance de uma resposta ocorrer no futuro. Esses reforçadores de comportamentos podem ocorrer tanto positivamente quanto negativamente, ou seja, um exemplo de *reforçamento positivo* seria: “Meu (minha) namorado (a) fez um ótimo café da manhã para mim, em recompensa a isso, eu a (o) tratei com carinho, respeito, agradei o belo gesto e falei o quanto o (a) amo por isso”. Nesse sentido a figura do (a) namorado (a) agiu de forma a reforçar positivamente a relação com o cônjuge (acrescentando algo positivo). Provavelmente essa atitude por parte do (a) parceiro (a) irá ocorrer mais vezes, ou seja, irá ocorrer com maior frequência, pois para a pessoa é gratificante receber esse reforço positivo em troca, por isso mantém o padrão deste determinado comportamento (Deverá então pensar: “eu faço café da manhã e sou muito bem tratada (o) pelo meu cônjuge, vou fazer mais vezes”). Um exemplo de *reforçamento negativo* seria: “Hoje vou fazer café da manhã para meu (a) namorado (a) porque dessa forma ele (a) não vai brigar comigo”. Neste caso, a figura do namorado



(a) que não estava presente no momento, provavelmente esteja reforçando negativamente a relação, ou seja, o (a) companheiro (a) para evitar uma possível situação dolorosa, tende a se comportar de determinado modo a eliminar essa possível ameaça (briga), ou seja, o (a) cônjuge nesse sentido preparou o café da manhã para seu (sua) parceiro (a) de modo a evitar uma possível discussão caso não a tivesse feito.

- ✓ **CONTINGÊNCIA:** Assim como os demais temas que aqui serão explicados, esse designa um efeito de resposta sobre a probabilidade de um estímulo, ou seja, contingência é a forma de representar como determinados comportamentos surgiram e se mantêm com o passar do tempo. Vamos ilustrar: o cônjuge ao chegar em casa do trabalho, retira os sapatos e os joga em algum cômodo da casa. Sua esposa fica furiosa com essa atitude do marido que deveria colocar os sapatos junto a sapateira, porém ele a responde: - “Se eu jogar meus sapatos em qualquer lugar quando chego do trabalho, eles aparecem no outro dia na sapateira, por que tenho que coloca-los lá?” Este é um exemplo divertido e, que geralmente vem a ocorrer, de formas similares, mais é bem comum para a maioria das mulheres, porém, será que a culpa é só do marido nessa situação? Em uma possível compreensão deste comportamento do casal fictício, pode-se observar que algumas operações acontecem quanto uma resposta é emitida, neste contexto parece haver uma espécie de discussão entre o casal. A impressão é que a parceira está discutindo com o marido, pois ele, ao chegar todos os dias do trabalho, joga seus calçados em qualquer lugar da casa. O marido faz uma pergunta um tanto quanto pertinente, ou seja, se os sapatos dele ao serem jogados ao chão aparecem no outro dia na sapateira, qual a necessidade dele colocá-los lá? Na realidade a resposta da figura do marido de jogar os sapatos em qualquer lugar foi reforçada positivamente pela esposa, pois a mesma os pegava todos os dias e os guardava na sapateira. Neste caso, criou-se uma relação de contingência reforçadora, fortalecendo a resposta de jogar os sapatos ao chão, assim para toda essa situação de emissão de respostas e reforços se dá o nome de contingência.

- ✓ **DISCRIMINAÇÃO:** Esse conceito se dá a capacidade de perceber as diferenças entre os estímulos e, responder diferentemente a cada um deles, ou seja, é quando uma resposta se mantém na presença de um estímulo, mantendo certo grau de extinção na presença de outro. Um exemplo de um controle discriminativo seria: uma pessoa criada por pais extremamente rígidos, onde a família pregava por crenças onde, não se podem sair as noites, ingerir bebidas alcoólicas e etc. Essa mesma pessoa possui um relacionamento sério, ao qual, tem crenças de vida completamente distintas, que permite saídas a noite e a ingerir bebidas alcoólicas. O parceiro com esses devidos estímulos é capaz de discriminar as diferenças entre os dois âmbitos e se comportar de maneira diferente em cada uma das situações.

Você deve estar se perguntando, qual a necessidade de saber essas coisas para entender um padrão comportamental de um relacionamento para o outro. Veja só, a chance de um padrão antigo se repetir, de fato, existe sim, pensando em um contexto geral da pessoa, pode ser que ela ainda não tenha aprendido um novo jeito de fazer e ou um novo jeito de agir em seu mais novo relacionamento. Entretanto, se esse novo relacionamento for uma contingência reforçadora e que promova uma mudança de novos comportamentos, ou seja, promova bem-estar psíquico para o indivíduo ensinando-o a atuar de outra maneira, esse padrão antigo pode vir a alterar.

Nesses casos de rompimento de relacionamentos e, em especial, os de longo prazo, há geralmente uma falta de discriminação dos comportamentos que levaram a esse determinado rompimento e/ou fracasso no relacionamento, a tendência dessa repetição torna-se mais provável. Outro fator importante que também vem a exemplificar essa repetição de comportamentos está na frequência dos seus padrões antigos, estando ligada a crenças enraizadas que esta carrega desde a infância, a forma como essa pessoa “ama” é construída socialmente, onde, crença e valores, juntamente com as expectativas determinam a conduta íntima a ser adotada entre os pares formados.



Capítulo 1 - A influência de relacionamentos passados para novas histórias de amor

Constantemente, ao visitarmos sites de relacionamentos, nos deparamos com questões pertinentes às atitudes do casal, uma espécie de fóruns onde há infinitas discussões e perguntas frequentes sob como manter um relacionamento. Dentre essas discussões em enfoque a questão da postura do parceiro em relação à comparação entre o relacionamento atual e o antigo vem causando grande discussão no âmbito das comunidades online. No tópico a seguir, tentaremos abortar alguns pontos-chaves a respeito deste enfoque.

Mantenho a postura de ficar comparando os relacionamentos que tive com o meu relacionamento atual?

Conforme discutimos anteriormente, o término ao início de um novo relacionamento está relacionado a muitas situações, que de algum modo, se tornam corriqueiras à medida que as pessoas começam a se relacionar. Saber como lidar com cada situação requer uma devida atenção, pois o que está em jogo é a sua situação amorosa dos pares constituídos, a satisfação que sentirão e se a interação entre eles se traduzirá em durabilidade para o casal.

Entre as mais variadas demandas encontradas em problemas de relacionamentos, uma delas bastante comum, é a postura com que o parceiro passa a lidar com as situações do novo relacionamento e as vivências ou lembranças do antigo relacionamento. Muitas vezes, em função de querer manter uma melhor relação com seu (sua) cônjuge passa a comparar ambos os relacionamentos, ou seja, trazer vivências anteriores para o atual, essas vivências se dão das mais variadas formas.

Na realidade isso acontece, como já explicado anteriormente, por uma falta de discriminação do relacionamento passado para a nova história de amor, ou seja, a pessoa passa a repetir e ou vivenciar as mesmas situações corriqueiras com o (a) novo (a) parceiro (a), além disso, pode também ocorrer discussões de caráter comparativo. Essas tendências tendem a se modificar de pessoa a pessoa, de relacionamento a relacionamento, de vivência a vivência, neste caso, cada indivíduo tem suas próprias concepções de vida, tiveram criações diferentes, tem valores diferentes.



Para entendermos melhor essa temática em discussão vejamos um exemplo fictício de uma análise funcional do comportamento de um determinado relacionamento. Essa pessoa ao qual iremos elaborar teve dois relacionamentos, o *Caso 1* e o *Caso 2*. O caso 1 é consequência de seu passado e o caso 2 é sua nova história de amor.

Caso fictício 1:

AS REGRAS
<ul style="list-style-type: none">➤ “Devo manter um relacionamento liberal onde cada um pode sair, não comprometendo a relação íntima”.➤ “Relacionamento que é relacionamento tem que haver privacidades”.➤ “Relacionamento sexual pode ocorrer sem necessariamente estar casado”.➤ “Posso ir a festas desacompanhado do (a) meu (minha) parceiro (a), não necessito ficarmos os dois juntos a todo o momento”.
OS ANTECEDENTES
<ul style="list-style-type: none">➤ Vínculo social amplo.➤ Hábito de sair em festas com amigos aos fins de semana.➤ Vida sexual ativa.
OS COMPORTAMENTOS
<ul style="list-style-type: none">➤ Frequentar com o cônjuge reuniões e festas com amigos.
AS CONSEQUÊNCIAS
<ul style="list-style-type: none">➤ Redução de conflitos no relacionamento.➤ Manter o grupo de amigos.➤ Ir a festas com o cônjuge.➤ Relação afetiva estável.



Capítulo 1 - A influência de relacionamentos passados para novas histórias de amor

No caso delineado acima, podemos perceber que o sujeito fictício tinha um relacionamento conforme seus ideais de vida, ou seja, seu histórico antecedente e as regras do relacionamento que o mesmo mantinha era embasada dos mesmos princípios, o que lhe permitia manter um vínculo afetivo com seus amigos e seu círculo social sem a necessidade de discussões com o cônjuge, mantendo um comportamento de saírem juntos, o que por consequência acarretava em uma relação estável entre os dois. Por algum motivo inespecífico, o relacionamento veio a romper e esse sujeito migrou para um novo relacionamento que daremos a análise ao Caso 2.

Caso fictício 2:

AS REGRAS
<ul style="list-style-type: none">➤ “Para manter esse relacionamento ambos devem abrir mão de algumas coisas, (festas, bebidas, amigos, etc).”➤ “Posso ir a festas somente na companhia do cônjuge”.➤ “Pessoa compromissadas com alguém não saem sozinhas”.➤ “Não faça para os outros o quer para si mesmo (olho por olho, dente por dente)”.
OS ANTECEDENTES
<ul style="list-style-type: none">➤ Vínculo social amplo.➤ Hábito de sair em festas com a ex-namorada e amigos aos fins de semana.➤ Namorada liberal, onde pregava por um relacionamento a base de confiança e privacidade.➤ Relacionamento anterior sem ciúme.
OS COMPORTAMENTOS
<ul style="list-style-type: none">➤ Ficar em casa.



AS CONSEQUÊNCIAS

- Ficar na companhia do cônjuge.
- Redução de contato com amigos em festas.
- Redução de conflitos no relacionamento.
- Compara o relacionamento anterior com o atual relacionamento.

No caso 2, observa-se um relacionamento com princípios desiguais ao relacionamento posterior ao mesmo. Nesse caso, o nosso sujeito, abre mão e sua vida social e de seus amigos em fim de manter a nova vida amorosa, também compara a relação antiga com a nova relação. Essa indevida comparação entre os distintos relacionamentos passa a ocorrer devido ao histórico que preconiza a vida do sujeito, ou seja, como existe pouca ou nenhuma discriminação do seu relacionamento antigo. Em outras palavras, o sujeito não aprendeu a lidar com as novas situações com as quais lida em um novo relacionamento.

As comparações entre o relacionamento antigo e a nova história de amor podem ocorrer das mais variadas formas, das básicas as complexas, como a pegada, o beijo, o ato sexual, a química que envolve o casal, os gostos, atributos, princípios, dentre outras mais diversas eventualidades. Muitas vezes, devido a sentimentos não elaborados do relacionamento anterior essa comparação vem a ocorrer, onde o indivíduo passa ainda a elaborar o luto do término de seu relacionamento, ou seja, o outro ainda está me afetando, tornando-se algo presente em minha conduta.

Segundo Kovács (1992) quanto maior for o investimento afetivo em decorrência de alguma pessoa, mais doloroso será para o entulhado conseguir desligar-se do objeto perdido. Neste sentido Freud (1917/1996, p. 261 *apud* RANGEL, 2008) “se o objeto perdido não possui uma tão grande importância para o ego – importância reforçada



Capítulo 1 - A influência de relacionamentos passados para novas histórias de amor

por mil elos -, então também sua perda não será suficiente para provocar quer o luto, quer a melancolia”.

De acordo com Maldonado (2000) o luto não se dá somente pela perda do parceiro ou da parceira, mas também pela quebra de expectativas e ideias sobre o casamento. Essa separação desmancha o ideal que vem desde a infância e dos contos de fadas. Neste sentido, Almeida e Aguirra (2013) descrevem 4 fases que antecedem a aceitação, não possuem um certo tempo predefinido para acontecerem. Tudo pode variar de pessoa a pessoa e da situação em que a mesma se encontra, ou seja, depende da perda que essa pessoa está a elaborar. Assim como algumas pessoas podem até décadas para se recuperarem de uma perda, outras podem levar somente alguns dias, a depender da pessoa e da perda envolvida. Geralmente as piores elaborações de um luto estão associadas à perda de um filho (ALMEIDA; AGUIRRA, 2013).

Da fase da negação até a tomada de consciência da perda (aceitação), é um longo caminho, muitos não conseguem elaborar o processo de perda e recomeço da vida sozinha, existem pessoas que passam meses, anos, tentando elaborar essa devida situação e não conseguem alcançar a etapa de aceitação. Como já dissemos anteriormente, isso varia muito conforme a perda e a pessoa em questão.

Então, quando essa elaboração não se encontra devidamente feita, o indivíduo pode sentir dificuldades para se relacionar novamente e ou acabar comparando e trazendo à tona as falhas que acabaram ocasionado o desligamento do antigo casal, ou migrar para uma relação e por critérios comparativos acabar rebaixando sua autoestima em relação a sua atual história de amor. Muitas pessoas se questionam: “Como sei se o outro não me afeta mais?”. Essa resposta é muito simples, na realidade o outro não afeta quando vira uma “flor de plástico”, ou seja, o mesmo já não transmite mais nenhum tipo de afetação positiva ou negativa para a sua vida, lhe deixando livre para ingressar em um novo relacionamento. Em outras palavras, os dois ex-parceiros aderem a uma proposta de coexistência pacífica.



O que pode ser positivo trazer de outra vivência e o que seria negativo de se repetir no novo relacionamento?

Várias discussões embasam o contexto dos relacionamentos amorosos sua qualidade e durabilidade. As ideias do senso comum, histórico, nos trazem a conotação enganadora do ideal “viveram felizes para sempre”, na realidade a efetivação de um primeiro relacionamento que dure para a “vida inteira” é algo possivelmente descartado. Segundo Bauman (2004):

Em todo amor há pelo menos dois seres, cada qual a grande incógnita na equação do outro. É isso que faz o amor parecer um capricho do destino – aquele futuro estranho e misterioso, impossível de ser descrito antecipadamente, que deve ser realizado ou protelado, acelerado ou interrompido. Amar significa abrir-se ao destino, a mais sublime de todas as condições humanas, em que o medo se funde ao regozijo num amálgama irreversível. Abrir-se ao destino significa, em última instância, admitir a liberdade no ser: aquela liberdade que se incorpora no outro. (p.11)

A ideia de “amor à primeira vista” é um tanto quanto fragmentada da verdadeira realidade amorosa. Passar por um número “X” de relacionamentos não significa realmente algo ruim, em questão, cada um dos relacionamentos, seja eles de curta ou de longa duração, faz com que haja antecedentes, aos quais, funcionam de maneira positiva para com uma nova história de amor. O que quer se tratar aqui é que, as vivências acumulam experiências que geralmente são vistas ao influenciar os processos de busca de novas parceiras amorosos com a partir de um novo conjunto de comportamentos e de atitudes futuras para os relacionamentos que se estabelecerão ao longo da vida e dos sucessivos encontros.

O amor é, em sua própria vivência, inefável, e todo o vocabulário é incapaz de lhe dar com precisão sua verdadeira essência. “Por acaso não é verdade que um ser humano jamais compreende inteiramente o outro?” (KIERKEGAARD, 2007, p. 260). Em sua totalidade,



Capítulo 1 - A influência de relacionamentos passados para novas histórias de amor

jamais conseguiremos saber as intenções do outro e/ou agradar de forma completamente satisfatória o outro. Porém, o vivenciar relacionamentos, ou seja, nossas vivências passadas podem ajudar a acertar na nova história e amor. Se a pessoa a qual passou por uma bagagem “X” de relacionamentos souber lidar com eles da forma ao qual já foi explanada nos subitens anteriores, essa pessoa pode vir a somar pontos para com as novas atitudes em seu futuro amoroso, ou seja, ela aprendeu a manejar o relacionamento ideal para ela, ao qual, irá atuar de maneira favorável na vida a dois.

A partir do momento que o relacionamento antigo se torna uma flor de plástico para mim, ou seja, já não me afeta mais, pode-se tirar vantagens do mesmo, extinguindo os erros e inserindo as vivências que efetivamente deram certo. Obviamente cada um sabe o que lhe faz bem e o que deve ser evitado, da mesma forma funciona na vida amorosa, por meio e uma gama de experiências, a pessoa passa a adaptar ao que ela realmente gosta no parceiro. Essas experiências anteriores já permitem fazer com que a pessoa se passe a conhecer seus gostos, seu beijo, sua pegada, suas atitudes, o ato sexual com este (a) parceiro (a), dentre outras variáveis que podem ser inseridas como algo positivo para uma nova história de amor.

Em um relacionamento, não podemos vender nossos olhos e tirar proveito somente dos bons momentos que passamos em companhia dos nossos parceiros. É bom também que lidemos com os momentos desagradáveis na tentativa de superarmos os erros do passado, de tal forma que essa experiência possa vir a ajudar em um futuro relacionamento. Perguntamo-nos, “como posso tirar proveito dos erros que cometi no passado, ou dos momentos que sofri na companhia do (a) meu (minha) ex?”. A resposta para essa pergunta complexa é simples e pode ser respondida com afirmações de nosso próprio cotidiano. Aproveite o que lhe faz bem e deixe de lado o que vem a lhe afetar, ou seja, tudo em nossa vida é baseado de experiências, significativas ou não, essas experiências quando elaboradas de forma correta tornam-se boas ferramentas de lida com a vida.



Para qualquer relacionamento ser duradouro necessita-se de um prévio amadurecimento de cada um dos parceiros que virão a compor o casal, ou seja, ambos os envolvidos pressupõem a capacidade de superação de crises no decorrer da vida conjugal. A forma com que lidamos com as crises, encaminhará os parceiros para uma boa ou má harmonia do casal. Não é fácil viver em harmonia em um mundo a dois, constantes barreiras precisam ser quebradas diariamente e seus resquícios espalhados ao chão precisam ser removidos de forma a não interferir na vida dos cônjuges. Respeito e paciência envolvem o desafio cotidiano de tolerâncias, inserindo assim a existência de valiosas virtudes éticas e empáticas, ao se colocar no lugar do outro.

Considerações finais

Neste capítulo procurou-se discorrer sobre a influência de relacionamentos passados para novas histórias de amor, todavia, a questão em foco é composta por critérios extremamente complexos. Percebemos que os critérios de escolha de de um (a) parceiro (a) / cônjuge podem variar de relacionamento a relacionamento e também, de pessoa para pessoa, e que existem pessoas que preferem manter um determinado padrão comportamental e de escolhas em seus critérios para realizarem essa seleção e outras que por seu histórico preferem variar intermitentemente esses determinados critérios. Em suma, desilusões amorosas podem prejudicar sim os critérios de escolha, onde a pessoa tende a manter um padrão comportamental diferente ao qual se lidou no passado se essas foram devidamente elaboradas, em outros casos pela falta de discriminação pode-se também manter um padrão de repetição, pendendo a novas tentativas novamente.

A postura no relacionamento é algo extremamente importante, ao qual, irá determinar bom andamento da relação amorosa. Comparações indevidas podem vir a prejudicar a autoestima do (a) companheiro (a), ou seja, se para trazer algo do relacionamento passado que seja vivências que possam vir a acrescentar em sua nova história romântica. Deixe os erros para trás e viva intensamente o relacionamento que está estabelecendo com seu (sua) parceiro (a) atual.



Referências

ALMEIDA, T. **O perfil da escolha de objeto amoroso para o adolescente: possíveis razões.** 2003. 131 f. Dissertação (Graduação em Psicologia) – Universidade Federal de São Carlos, Centro de Educação e Ciências Humanas, Departamento de Psicologia, São Paulo.

ALMEIDA, T.; AGUIRA, D. O fim do que era para ser para sempre: o que fazer uma vez que o luto pelo rompimento da relação acabou? In: ALMEIDA, T. (Org.). **Relacionamentos amorosos: o antes, o durante... e o depois.** v. 1. São Carlos: Compacta, 2013. p. 417-435. Disponível em: <http://www.thiagodealmeida.com.br/site/files/livros/relacionamentos_antes_durante_depois.pdf>. Acesso em: 01 jun. 2014.

ALMEIDA, T.; MAYOR, A. S. Amar, o amor: uma perspectiva contemporâneo-ocidental da dinâmica amorosa dos relacionamentos. In: STARLING, R. R., CARVALHO, K. A. **Ciência do Comportamento.** São Paulo: ESETEC. 2006. p. 269.

BAUMAN, Z. **Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos.** Tradução de Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2004. p. 86.

BORRIONE, R. T. M.; LORDELO, E. R. Escolha de parceiros sexuais e investimento parental: uma perspectiva desenvolvimental. **Interação em Psicologia**, v. 9, n. 1, p. 35-43, 2005.

BOTWIN, M. D.; BUSS, D. M.; SCHACKELFORD, T. K. Personality and mate preferences: five factors in mate selection and marital satisfaction. **Journal of Personality**, v. 65, n.1, p. 108-136, 1997.

BRASIL, F. R et al. Escolha de parceiros afetivos: influência das sequelas de fissura labiopalatal. **Paidéia**, Ribeirão Preto, v.17. n. 38. set./dez. 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2007000300008&lng=pt&nrm=iso> Acesso em: 06 jul. 2014.



BUSS, D. M. Strategies of human mating. **Psychological Topics**, v. 15, n. 2, p. 239-260, 2006.

CHAVES, J. C. **“Ficar com”**: um novo código entre jovens. Rio de Janeiro: Revan, 1994. p. 154.

DARWIN, C. **A origem das espécies**: por meio da seleção natural. São Paulo: Martin Claire, 2007. p. 572. (Originalmente publicado em 1859).

FÉRES-CARNEIRO, T. A escolha amorosa e interação conjugal na heterossexualidade e na homossexualidade. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, Porto Alegre, v. 10, n. 2.1997. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-79721997000200012> Acesso em: 27 nov. 2014.

GOMES, A. I. A. S. B et al. Escolha do (a) parceiro (a) ideal por heterossexuais: são valores e traços de personalidade uma explicação? **Psicologia: Reflexão e Crítica**. v. 26, n.1, Porto Alegre, 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-79722013000100004&lng=pt&nrm=iso> Acesso em: 27 jun. 2014.

KIERKEGAARD, S. A. **As obras do amor**: algumas considerações cristãs em forma de discursos. Tradução de Álvaro L. M. Valls. Petrópolis: Vozes, 2007. p. 432.

KOVÁCS, M. J. **Morte e desenvolvimento humano**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1992.

LEVY, L.; GOMES, I. C. Relações amorosas: rupturas e elaborações. **Tempo psicanalítico**. v. 43, n. 1. Rio de Janeiro. 2011. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-48382011000100003> Acesso em: 03 jun. 2014.

MALDONADO, M. T. **Casamento término e reconstrução**: o que acontece antes, durante e depois da separação. São Paulo: Saraiva, 2000.



Capítulo 1 - A influência de relacionamentos passados para novas histórias de amor

MANER, J. K. **Beauty captures the eye of the beholder**: selective attention and physical attractiveness. Arizona State University, 2003. p.78.

MARQUEZAN, R. F. **Diferenças entre gêneros nas preferências para escolha de parceiros em função de fatores biológicos e sociais**. 2005. 74 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2005.

MICHENER, H. A.; DELAMATER, J. D.; MYERS, D. J. **Psicologia social**. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2005.

RAMOS, M. B. J. Narcisismo e depressão: um ensaio sobre a desilusão. **Estudos de Psicanálise** (Aracaju), n.34, p. 71-78, dez., 2010.

RANGEL, V. G. S. **O término do casamento**: o luto feminino decorrente da separação. 2008. 112 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) – Universidade Católica de Pernambuco, Recife, 2008.

SANTIAGO, O. R. **Ah, o amor!** Quantas perguntas, quantas dúvida. Florianópolis: Sophos, 2003. p. 79.

SCRIBEL, M. C.; SANA, M. R.; BENEDETTO, A. M. Os esquemas na estruturação do vínculo conjugal. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**. v. 3, n. 2. Rio de Janeiro, 2007. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872007000200004&lng=pt&nrm=iso> Acesso em: 26 jun. 2014.

SILVA, I. M.; MENEZES, C. C.; LOPES, R. C. S. Em busca da “carametade”: motivações para escolha do cônjuge. **Estudos de Psicologia**. v. 27, n.3. Campinas, jul./set. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2010000300010&lng=pt&nrm=iso> Acesso em: 06 jul. 2014.



Relacionamentos amorosos: o antes, o durante... e o depois - Volume 3

STERNBERG, R. J. Atração interpessoal. In: VALA, J.; MONTEIRO, M. B. (Eds.). **Psicologia Social**. Lisboa, Portugal: Fundação Calouste Gulbenjian, v. 1, p. 330-370, 2000.

SUPLICY, M. **Conversando sobre sexo**. v. 10. Petrópolis, RJ: Vozes, 1983.

VASCONCELLOS, L. R. **Simulação de flerte e de amizade**: uma análise perceptivo-auditiva de emissões vocais, 1997. Dissertação (Mestrado em Psicologia Experimental). Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, 1997.



Capítulo 2

O desenvolvimento das relações amorosas: do início do século XX até os dias de hoje

“Não me lembro mais qual foi nosso começo. Sei que não começamos pelo começo. Já era amor antes de ser” (Clarice Lispector)

Thiago de Almeida
Taisa Cristina Del Vecchio
Maria Luiza Lourenço

Os relacionamentos afetivo-sexuais ao longo das décadas do século XX

Para nossa sociedade ocidental, as relações amorosas ocupam um papel central na vida. Para alguns autores (*e.g.* NEVES, 2008), o amor tem sido entendido como a base para as interações sociais, e a chave de todas as escolhas humanas. Os relacionamentos amorosos são plurais em suas muitas etapas, múltiplas facetas, diversidade de intensidade. Cada pessoa vive seu relacionamento diferente do outro, apesar de serem parecidos entre si. Ao que parece, ao menos contemporaneamente, a maioria das pessoas quer desenvolver um relacionamento amoroso duradouro e satisfatório. Os relacionamentos amorosos ao longo do tempo foram sofrendo inúmeras modificações. Este capítulo tem como objetivo apresentar as mudanças nas relações amorosas des-



de o início do século XX até os dias atuais, levando em considerações alguns aspectos históricos, socioeconômicos, políticos, religiosos e culturais de cada década.

Década de 1900 a 1920

Partindo da premissa que os namoros, anteriores à década de 1900, não eram manifestados pela motivação ao engajamento de cada um dos componentes envolvidos, mas sim, que os jovens que viviam anteriormente a época tinham seu futuro decidido pela imposição familiar, esses eram obrigados a entregar sua vida e a sua intimidade para pessoas que sequer conheciam, mas que eram escolhidas para eles por questões de conveniências familiares e políticas (MATOS; CARNEIRO; JABLONSKI, 2005). Assim eram constituídos, ou melhor, formados a maioria dos relacionamentos amorosos da década de 1910, um período marcante para a história da humanidade, pois nesta época ocorreu a Primeira Guerra Mundial, um tempo de grande imposição política e hierárquica.

De acordo com Lins (2012) a primeira metade do século XX se caracterizou por uma busca crescente de prazer sexual. Se antes, eram utilizados termos vagos e uma linguagem romântica e rebuscada ou mesmo neutra e distanciada, herança do século XVIII, para se referir ao engajamento sexual como “partes sexuais” e “relações” que, de acordo com Hunt (1963): “Eram expressões convencionais, polidas e formalizadas, de modo a permitir que alguém se referisse a uma emoção ao mesmo tempo que quase lhe eliminava a força” (p. 254), sofreram profundas transformações e passaram a ser intituladas como “pênis”, “vagina”, “coito”.

No começo do século, o melhor lugar para o flerte acontecer era a missa, onde os jovens trocavam olhares, beliscões e piscadelas (DEL PRIORE, 2006). Um homem não se dirigia a uma mulher se não houvesse sido apresentado. A relação só seguiria adiante se o homem fosse um pretendente em potencial e se apresentasse formalmente. O encontro acontecia na casa da jovem e na presença dos pais.



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

Nas primeiras décadas do século XX, toda a ameaça ao casamento era alvo de ferozes críticas. O tema do divórcio, por exemplo, era considerado “imoral”; “a pior chaga da sociedade”; “só em casos excepcionais e depois de rigorosíssimo processo” (DEL PRIORE, 2006).

A partir do período entre as guerras, a moral sexual, de rígida que era, foi se tornando cada vez mais liberal. Até então, geralmente, o primeiro contato sexual entre o novo casal formado podia ser desastroso, pela própria ignorância dos seus constituintes, para o resto da vida de um casal. De acordo com Del Priore (2006):

A repressão sexual era profunda entre mulheres e estava relacionada com a moral tradicional. A palavra sexo não era nunca pronunciada e saber alguma coisa ou ter conhecimentos sobre a matéria, fazia que elas se sentissem culpadas. Tal distanciamento da vida real criava um abismo entre fantasia e realidade. Obrigadas a ostentar valores ligados à castidade e à pureza, identificadas pelo comportamento recatado e passivo, quando confrontadas com o marido, na cama, o clima de conto de fadas se desvanecia. (p. 270)

Apesar de a Igreja só aceitar o sexo no casamento para a procriação e, portanto, o prazer sexual ainda ser visto como pecado, um número crescente de pessoas defendia que o amor e o prazer estavam associados. Assim, as interdições, uma vez relativizadas, caíam paulatinamente.

Toda a hierarquia da época influenciava as questões sociais, as noções de tempo e espaço, seus modos de perceber os objetos e, mesmo a maneira de organizar as afeições ou de sentir os outros seres humanos. Contudo, apesar das transformações que chegavam, o Código Civil de 1916 mantinha o compromisso com o Direito Canônico e com a indissolubilidade do vínculo matrimonial. Nele, a mulher era considerada altamente incapaz para exercer certos atos e se mantinha em posição de dependência e de inferioridade perante o marido. Ao marido, cabia representar a família, administrar os bens comuns e aqueles trazidos pela esposa em forma de dote e fixar o domicílio do casal (DEL PRIORE, 2006).



Década de 1920

O período de dez anos após a Primeira Guerra Mundial, conhecido como “Os anos loucos” (de 1920 a 1929), caracterizado como um período de grande prosperidade econômica. De acordo com Del Priore (2006) e Lins (2012) a guerra, terminada há pouco, é uma triste lembrança que deveria ser banida para bem longe. Inaugura-se então um novo estilo de vida, onde todos deveriam aproveitar ao máximo o momento presente. Ser diferente, libertar-se das amarras de preconceitos vividos há tanto tempo, era a grande aspiração da época. Enquanto, na França, Paris transforma-se em um berço de entretenimento, luxo e cultura, nos Estados Unidos, quem melhor representa o período é o escritor F. Scott Fitzgerald, por meio de seu livro “O grande Gatsby”. Nessa obra, Fitzgerald revela bem como é a mentalidade da época: a vida deve ser aproveitada ao máximo em termos de diversão. Este romance, publicado pela primeira vez em 10 de abril de 1925, a história passa-se em Nova Iorque e na cidade de Long Island durante o verão de 1922, e é uma crítica ao “Sonho Americano”. “O grande Gatsby” relata o caos da Primeira Guerra Mundial e o enriquecimento americano. Este romance está impregnado com a percepção do autor Fitzgerald, assim como da personagem Nick Carraway, que embora convivam com os ricos, com os requintes e com o glamour da época, não se conformavam com o materialismo desenfreado e com a falta de moral, que traziam consigo uma certa decadência para a sociedade americana.

A sociedade americana vive um nível sem precedentes de prosperidade durante a década de 1920, assim como a sua economia. Uma onda de consumismo abateu-se sobre este país. Cada vez mais os americanos tinham carros, eletrodomésticos, rádio, telefone etc. O nível de bem-estar e de riqueza da população em geral estava cada vez mais alto. Esta prosperidade deve-se ao fato de os EUA terem sido os principais fornecedores países europeus, exportando grandes quantidades de produtos industrializados, alimentos e capitais (sob a forma de empréstimos) tanto na Primeira Guerra Mundial (1914-1918) bem como depois da dela. Com isso houve uma ascensão econômica da classe média.



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

Após a guerra, os EUA reforçaram a concentração capitalista com a construção de grandes empresas que dominavam os setores mais importantes, formaram-se as holdings que por meio da compra de ações dominavam um grande número de empresas, e surgiu uma nova técnica de trabalho, o Fordismo, fundamentada em princípios como o Taylorismo, que diminui os custos de produção e aumenta os produtos a serem comercializados. Concomitantemente, a proibição de produção e consumo de bebidas alcoólicas, ordenada pelo 18º adiamento, fez grande número de milionários fora do circuito de venda de mercadorias e provocou um aumento do crime organizado. Em Chicago, traficantes e comerciantes ilegais, como Al Capone, montaram grandes esquemas que lucravam com a venda ilegal de bebidas (NÉRE, 1981).

Paralelamente a esses acontecimentos, observa-se que a bolsa de valores produz, a todo momento, novos milionários que ajudam a promover festas deslumbrantes. Nesta década, os relacionamentos amorosos apresentavam novas diferenças, pois, em 1920, iam tomando outro mecanismo de constituição. O mundo neste período, mais diretamente a Europa, sofria com as consequências da Primeira Guerra Mundial, o que permitiria ascensão do Nazismo. Em contrapartida a este acontecimento, o Brasil, em 1922, vive a “Semana da Arte Moderna”, realizada, no Teatro Municipal de São Paulo, que contou com a participação de escritores, artistas plásticos, arquitetos e músicos, tendo como objetivo de renovar o ambiente artístico e cultural da cidade. Eram nesses espaços que os jovens da época encontravam oportunidades e criavam possibilidades de se relacionar.

Durante os Anos Loucos, o jazz e o charme das melindrosas, como eram chamadas as garotas que estavam na moda — cabelos curtos, chapéu cloche, vestido franjado dançando o charleston contribuíram para a mudança das mentalidades (LINS, 2012). Ainda, segundo a autora, saber dançar conquistou uma grande importância e era considerado um passaporte indispensável para o amor. Os jovens adquiriram o hábito de sair aos domingos, de dançar juntos, de se rever. Os pais eram informados com quem seus filhos iam aos bailes. Alguns pais tentavam



impedir a filha de sair, mas havia um conflito porque eles sabiam que elas precisavam arranjar um marido. Por conta disso, aos poucos os jovens adquiriram mais liberdade.

Diferentemente dos espartilhos do século XIX, os vestidos, mais curtos, que deixavam braços e costas à mostra se tornavam cada vez mais populares. Ainda de acordo com Lins (2012) as novas indumentárias quebraram bruscamente a silhueta de cintura marcada; esta foi deslocada para baixo, no meio do quadril. Usavam-se também vestidos totalmente retos. Essa nova moda facilitava os movimentos agitados exigidos pelo o ritmo do charleston. Os colares de pérolas longos, até abaixo da cintura, tornaram-se indispensáveis quando as jovens dançavam. A moda mistura elementos masculinos e femininos. A mulher sensual era aquela sem curvas, sem seios e com quadris pequenos.

Nessa época era muito comum a manifestação do footing, que surgiu na primeira metade da década de 20. O footing era uma prática na qual os jovens se encontravam na praça, geralmente às voltas das igrejas matrizes de cada cidade. No footing, as moças chegavam sempre juntas e ficavam caminhando, enquanto os rapazes ficavam parados, havendo apenas o flerte, apenas olhos nos olhos. De repente ou não, pois, dependia também de uma certa atitude de cada uma das partes, o flerte se efetivava, os olhares se cruzaram, aquela sensação de borboleta no estômago tomava outra e grande proporção. Entre interações tímidas, os olhares poderiam, ou não, evoluir para um acesso em direção à pretendente. Na situação na qual o rapaz se interessava por alguma moça, ele fazia sinal com cabeça como se estivesse pedindo permissão para se aproximar. Caso isso acontecesse, o casal iniciava a conversa, que não passava de diálogos simples como se fosse uma apresentação pessoal e um relacionamento poderia surgir a partir desse momento.

Não havia nesta época muitas oportunidades de lazer entre os jovens, então toda situação se esbarrava na prática do footing, ou seja, o vai e vem descompromissado em que o flerte era regra. Toda uma prática de sedução e de sensualidade principalmente por parte das moças aconteciam neste ir e vir. Esse era o programa da juventude solteira.



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

Outra forma de aproximação da época era o rapaz dedicar para moça uma música, que era reproduzida pelo meio de autofalantes. Assim, se dava como uma concreta manifestação de interesse sério, ou seja, intenção de namoro. O segurar as mãos somente era permitido depois de um mês de convivência e sempre acompanhado por um parente, sendo este denominado de “segura vela”. Se um rapaz aparecesse de mãos dadas com uma garota na praça ou na avenida é porque tinha assumido um compromisso e, desta forma, estava inapto para outro relacionamento, em outras palavras da época, estava “inutilizado para outros amores”. Outros meios também de lazer era o convite para tomar um sorvete com waffle ou um guaraná, a bebida alcoólica não fazia parte do cotidiano desses jovens.

Nesta época, a religião católica era dominante as pessoas se encontravam nas igrejas e algumas vezes tinham festas chamadas de “hora dançantes”, que não passavam da meia noite, porém sempre acompanhados. Pela madrugada, após as famílias se recolherem alguns tipos singulares se apresentavam como, por exemplo, as prostitutas, cafetões e gigolôs. Tudo o que ocorria fora do horário dito próprio para moças de famílias circularem era noticiado nos jornais e comentados por todos.

Década de 1930

O período após a Primeira Guerra Mundial não foi de euforia e diversão para todos. De acordo com Lins (2012) o isolamento e o anonimato, derivados do processo da industrialização, fizeram com que grande parte das pessoas buscasse vínculos mais firmes e um sentido da importância individual. Na década de 1930, muitos filmes e peças de teatro abordavam o amor, especialmente sob os aspectos do desânimo da felicidade ocasional.

Até por volta de 1925, os países europeus lutavam com dificuldades para reconstruir a Europa, arrasada pela guerra. À medida que a reconstrução da Europa foi se reorganizando, Inglaterra, Alemanha e França procuraram atualizar seus sítios industriais e tomaram uma série de medidas protecionistas para reduzir as importações norte-americanas.



Após uma década de euforia, a alegria dos Anos loucos chegou ao fim com a crise de 1929. Ao se aproximar o ano de 1929, os EUA produziam uma enorme quantidade de mercadorias para as quais não existiam compradores. Os preços das mercadorias despencavam e mesmo assim, não encontravam consumidores. A queda no comércio interno ocorreu porque os trabalhadores, que eram boa parte da população, recebiam baixos salários e não tinham recursos para comprar muitos produtos. A crise atingiu o mercado de ações e em 24 de outubro de 1929, com o acontecimento denominado de “quinta-feira negra” ocorreu o crack da Bolsa de Valores de Nova York (NÉRE, 1981). Muitos suicídios ocorreram atrelados a esses acontecimentos. No entanto, de acordo com Hickman (1999):

A crise chegou. Os donos dos bordéis americanos pensaram que iam falir. Mas, na realidade, havia mais clientes do que capacidade para recebê-los: os falidos desesperados vinham em busca de sexo como última etapa antes do suicídio. ‘Eles se portavam como sátiros’, conta um proprietário; ‘atmosfera era mais para asilo do que para bordel’, constata um outro. Os anos 30 chegam marcados pela dissipação e pelo cinismo — fim para a futilidade e a indolência dos anos 20. (p. 53)

Os industriais perceberam então, a necessidade de reduzir o ritmo da produção. Para isso precisavam demitir milhões de trabalhadores. No decorrer da crise, o número de desempregados nos Estados Unidos atingiu mais de 15 milhões de pessoas.

Nos Estados Unidos, Franklin Roosevelt dá início ao plano de recuperação econômica que ficou conhecido como New Deal (Novo Acordo) após a quebra da bolsa de Nova York, em 1929. Por isso, muitos que foram contemporâneos a esse período, a denominaram a pior década do século XX, já que começou com a Grande Depressão e terminou com a Segunda Guerra Mundial.

Depois da Primeira Guerra Mundial, com o colapso da indústria cinematográfica europeia, Hollywood passou ser o carro-chefe das novas produções e dos lançamentos de filmes que destacavam o re-



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

lacionamento afetivo como eixo principal, a maioria das personagens femininas era apresentada em situação de triângulo. Casais secundários personificavam, por vezes, a normalidade (DEL PRIORI, 2006). Ainda de acordo com a autora:

As tramas ficcionais eram semelhantes: duas personagens se batem pelo amor de uma terceira. Depois do triângulo esclarecido, os maus eram punidos e os bons pares, felizes para sempre. Outro traço comum? O casamento como solução para qualquer problema. É por meio dele que personagens de grupos sociais diferentes se encontram. (DEL PRIORI, 2006, p. 291-292)

Em um cenário aparentemente tão caótico, os relacionamentos amorosos adquirem um novo vigor e um duplo sentido. Para os abonados economicamente, os relacionamentos amorosos seriam um ponto a mais no sentido da autorrealização; para os menos afortunados, um consolo para os revezes que encontravam em seus caminhos. De acordo com Lins (2012) o amor romântico foi conservado como o mais ardoroso ideal, capaz de proporcionar as mais doces alegrias e as mais profundas dores emocionais. E, então, o amor como um tema, ocupará um lugar central na nossa vida social em todos os níveis culturais, da poesia aos romances, que tendem a retratá-lo como uma mistura de paraíso e de catástrofe, aos finais felizes dos musicais da Broadway e dos filmes de Hollywood e até as excitações oferecidas pelas revistas populares.

Segundo Lins (2012), cada vez mais, as produções que tematizavam o amor, inculcavam no ideário das pessoas referenciais tais como: (1) a convicção de que, para cada indivíduo, existe “um (a) companheiro (a) certo (a), predestinado (a) e único (a) no mundo, à espera de ser encontrado (a). De tal forma que seria a tarefa de todas as pessoas solteiras esperar ou sair à procura, até que esse ser único seja localizado; (2) o significado do “ato de se apaixonar”. Em geral, presume-se que as pessoas se encontram distraídas e não preparadas para perceber a abordagem do amor, que acontece subitamente, seja à primeira vista, seja após os primeiros momentos com o ser amado; e então, a vítima ao que se supõe



cai, sem possibilidade de defesa, nas garras de uma vontade superior ou de uma Providência divina; (3) A ideia de que o amor é cego, e que a pessoa que ama pouco observa as imperfeições da pessoa amada, seja de caráter, seja de beleza, nem as admite quando lhe são apontadas; (4) O amor tudo conquista e que ele é uma poderosa força que consegue derrubar todos os obstáculos que estejam em nossos caminhos; e (5) atribuir beleza e qualidades extraordinárias a alguma pessoa perfeitamente comum (HUNT, 1963).

Diferentemente dos anos 20, que havia destruído as formas femininas, a década de 30 redescobriu as formas do corpo da mulher por meio da exibição de uma elegância refinada, sem grandes ousadias. As saias ficaram longas e os cabelos começaram a crescer. Os vestidos eram justos e retos, além de possuírem uma pequena capa ou um bolero, também bastante usado na época. Em tempos de crise, materiais mais baratos passaram a ser usados em vestidos de noite, como o algodão e a casimira. O corte enviesado e os decotes profundos nas costas dos vestidos de noite marcaram os anos 30, que elegeram as costas femininas como o novo foco de atenção. Alguns pesquisadores acreditam que foi a evolução dos trajes de banho a grande inspiração para tais roupas decotadas.

Diferentemente também do século anterior, houveram grandes mudanças nos encontros e na forma de conquistar uma pessoa. Até então o flerte que comumente acontecia por ocasião da missa dominical, onde trocavam-se olhares, na presença de acompanhantes. Com as bicicletas e, sobretudo, com os automóveis chegando ao mercado, esses meios de transporte contribuíram para novas formas de encontros entre os jovens. O automóvel é visto como muito mais perigoso. Segundo Lins (2012), desde 1902, os anúncios diziam “Para se divertir é preciso uma namorada e um carro”. Se, nos anos 1920 um carro era “um pecado sobre quatro rodas”, agora tornava-se o meio mais simples de escapar dos olhares e da pressão social. Telefonar para uma moça passa a ser o meio de comunicação preferido pelos rapazes. E, ainda a tradicional moralidade restringisse a interação entre os pares formados, a vigilância foi relativizada e, portanto, diminuiu. Com isso, a juventude



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

tornou-se mais independente. Assim, as interdições caíam ainda mais tornando os jovens mais independentes (LINS, 2012).

No Brasil, de acordo com Del Priore (2006), entre anos 30 e 40 do século XX, a figura do mulato sambista, malandro, esperto e cheio de ginga juntou-se à da mulata cabrocha, faceira e sensual. Mulatos e mulatas passam a sintetizar uma cultura alegre e descontraída, fundamentada em ingredientes como a sexualidade e a musicalidade. É desse berço que nasce desse uma das manifestações culturais mais privilegiadas para a análise das relações entre homens e mulheres: a música popular brasileira (MPB).

No período entre as guerras, o casal foi cada vez mais se erotizando, e o beijo na boca que até o século passado era considerado em muitos lugares como um atentado ao pudor, passou a ser difundido pelo mundo e considerado uma prática essencial para as carícias amorosas e para o casal constituído.

Nos anos 30, incorporou-se na vida dos jovens o esporte, a vida ao ar livre e os banhos de sol. Seguindo as exigências das atividades esportivas, os saíotes de praia diminuíram, as cavas, ou seja, as aberturas por onde passam os braços ou em que se pregam as mangas aumentaram e os decotes chegaram até a cintura, assim como alguns modelos de vestidos de noite. Esse, sem dúvida, é um período em que se predominou acentuadamente e firmemente o forte afeto e desejo pelo sexo.

Alguns modelos novos de roupas surgiram com a popularização da prática de esportes, como o short, que surgiu a partir do uso da bicicleta. Os estilistas também criaram pareôs estampados, maiôs e suéteres. Um acessório que se tornou moda nos anos 30 foram os óculos escuros. Eles eram muito usados pelos astros do cinema e da música.

Como nessa época, não era tão difundida a psicoterapia para lidar com questões afetivas, tampouco uma farmacopeia específica para tratar as dificuldades dos relacionamentos amorosos, o suporte da época ficava por conta das revistas e dos manuais com conselhos matrimoniais



passavam a falar da harmonia da vida sexual do casal, e recomendava-se muita serenidade no tratamento e na vivência à dois. O ícone para mulher dessa época devia ser magra, bronzada e esportiva, materializada no modelo de beleza da atriz Greta Garbo. Seu visual sofisticado, com sobrancelhas e pálpebras marcadas com lápis e pó de arroz bem claro, foi também muito imitado pelas mulheres.

Aliás, o cinema foi o grande referencial de disseminação dos novos costumes. Hollywood, através de suas estrelas, como Katharine Hepburn e Marlene Dietrich, e de estilistas, como Edith Head e Gilbert Adrian, influenciaram milhares de pessoas. De acordo com Tannahill (1983) os filmes produzidos por Hollywood esforçavam-se a condicionar as mulheres à crença de que o lugar e o destino delas estavam fadados ao lar. Não porque, como no passado, inexistissem opções para ela, mas porque essa mulher estava voluntariamente destinada a esse objetivo de vida, pelo mágico poder e influência do amor e do romantismo. A sociedade ocidental é a única cultura da História que tem a experiência do amor romântico como um fenômeno de massa. Somos os únicos a cultivar o ideal do amor romântico e a fazer do romance a base de casamentos e relacionamentos amorosos. É inegável a participação hollywoodiana para a difusão dessa maneira de se conceber a vida e de se pensar os relacionamentos, principalmente, a partir de 1940.

Década de 1940

Ao final da década de 30, movimentos totalitários por toda a Europa começam a eclodir, com Mussolini na Itália, Salazar em Portugal, Francisco Franco na Espanha e Stálin na União Soviética, além de Hitler na Alemanha. A década seguinte, ou seja, 1940, fora um período marcado pela explosão das bombas em Hiroshima e Nagasaki, matando milhares de civis no Japão, e supostamente precipitando o fim da guerra.

De acordo com Lins (2012) a guerra forjou muitos casais incompatíveis. O número de casamentos aumentou 50% depois de Pearl Harbor; os homens queriam ter alguém para quem voltar. Enquanto a guerra prosseguia, a média de idade dos recém-casados diminuiu sensivelmente.



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

Como uma das diversas noivas que se casaram em 1942 lembrou, cinquenta anos depois: ao declarar que provavelmente não teria se casado tão rapidamente se não fossem aqueles tempos de guerra. Por volta de 1944, havia 2,5 milhões de mulheres casadas a mais do que em 1940.

Consequentemente, a guerra gerou muitos bebês: na despedida e na chegada dos maridos. Os EUA e outros países envolvidos no conflito conheceram o baby boom, fenômeno causado pela taxa de nascimentos, que aumentou. A taxa de natalidade pulou de 2.466 milhões nascimentos, em 1939, para 2.703 milhões em 1941 e 3.104 milhões em 1943. Duas vezes mais famílias com três filhos e três vezes mais com quatro. Ainda, de acordo com Lins (2012) situação a guerra deixou muitas mães solteiras, mas o maior número de mães solteiras não estava entre as adolescentes e sim entre as mulheres de 30 a 35 anos. Um relatório de 1944 lamenta o comportamento “predador” de algumas mulheres que se envolveram com três ou quatro soldados americanos para se garantirem com pelo menos um parceiro em potência para o sustento do futuro filho.

Se durante a Depressão o trabalho da esposa tinha sido objeto de imensa discórdia por “ter tirado o emprego dos homens”, agora ela era convidada e abençoada por trabalhar (LINS, 2012). Depois da Segunda Guerra Mundial, as conquistas femininas permitiram que as jovens namorassem no portão, mas com horário predeterminado, por pais e irmãos, pensando-se que desta forma o encanto entre os dois pudesse acabar. Nesta época também houve a popularização das novelas transmitidas pelo rádio e o comportamento amoroso dos amados geralmente não ia além de um leve toque de mãos. A prática dos beijos era proibida. Nesta década, observa-se outro comportamento: os pais não criavam empecilhos ou dificuldades para o namoro da filha se o moço fora “de futuro”, ou seja, se fosse de família rica e posição social próspera. Complementarmente Lins (2012) aponta que:

Depois da guerra, as mulheres americanas começaram a ficar ansiosas para arranjar marido. Dezesseis milhões de jovens soldados foram enviados ao outro lado do mar; 250 mil foram mortos; 100 mil se casaram



com mulheres inglesas, francesas e de outras nacionalidades. “Elas perceberam que já não havia homens em número suficiente e, mais grave ainda, que os veteranos estavam exigindo mulheres maduras, sofisticadas, iguais às que tinham conhecido na Europa, e não tinham tempo a perder com moças de cabeça oca. Surgem então as ‘caçadoras’, ‘ladras de homens’, admiradas em lugar das outras. Frequentar o colégio tornou-se uma forma de pegar marido, ‘ser diplomada como madame’ — e se, em outubro, a moça ainda não tivesse parceiro, então era mesmo um fracasso.” (p. 193-194)

A moda feminina dessa década é considerada uma das mais lindas e sensuais do século XX. Foi também nos anos 40 que Marilyn Monroe surgiu pela primeira vez nas telas. Seguindo esta linha de beleza forte da “femme fatale” e alegre da “pin-up” tentava-se compensar a tristeza da guerra. A maquiagem ficou carregada, com muito batom vermelho, lábios cheios e delineados e sobrancelhas bem desenhadas.

De acordo com Lins (2012) o advento do cinema, no final do século XIX, multiplicou as possibilidades do erotismo artístico, antes limitado à pintura, às gravuras e aos daguerreótipos. A imagem em ação e movimento trouxe um realismo impensável ao sexo representado. E também surgiram alguns ícones do cinema, tais como: Rodolfo Valentino. Entre as atrizes podemos destacar algumas, tais como Rita Hayworth, Theda Bara, Eleonor Glyn, Greta Garbo, Lana Turner e Marlene Dietrich. De acordo com Lins (2012):

O exotismo do Oriente compôs o primeiro mito cinematográfico masculino: O Sheik, misterioso personagem vivido por Rodolfo Alfonso Raffaello Pierre Filibert Guglielmi di Valentina d’Antonguolla ou apenas Rodolfo Valentino (1895-1926), como ficou conhecido por uma geração inteira de mulheres, que suspiravam por ele em uníssono. O filme rendeu 4,5 milhões de dólares e provocou uma paixão pelo tango.

O Sheik fez de Rodolfo o símbolo sexual da década. Seu olhar parecia dizer: “te amo, te desejo”. Os homens americanos se julgavam sheiks e beijavam a mão de suas namoradas, a quem chamavam shebas. Em



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

contrapartida evitavam levar suas mulheres ao cinema nos filmes de Valentino. Elas rejeitavam suas bolinações durante as cenas quentes. (p. 177)

Como em períodos anteriores, aos maridos as relações extraconjugais eram consentidas e/ou toleradas. Não eram criticados os infieis desde que fossem discretos e continuam como provedores da família. E, quanto mais mulheres eles conquistavam, mais eram considerados viris e valorizados. Em contrapartida, as mulheres deveriam manter contida a sua própria sexualidade para serem vistas como esposas respeitáveis. Afinal, a honra do marido dependia muito da conduta da esposa. Descoberta uma relação extraconjugal, ela era atacada e, em caso de separação, corria o risco de perder a guarda dos filhos, pois a mentalidade dessa época determinava que um homem que fosse incapaz de tratar com violência a mulher que lhe fora infiel ou de se separar dela perderia o respeito de seus iguais e passa a ser visto como ‘corno manso’, um insulto considerado gravíssimo para a época (DEL PRIORE, 2006; LINS, 2012).

Década de 1950

Findada a Segunda Guerra Mundial apesar de as mulheres terem provado o gosto da igualdade e da liberdade econômica, cedem à supremacia masculina e desistem de trabalhar fora de casa para que os homens recuperem seus empregos (YALOM, 2001). Assim, se voltam para o trabalho doméstico e reassumiam o cuidado com a família, como donas de casas e esposas e criavam filhos e filhas com essa mentalidade de que formarem na cabeça das filhas a ideia de que uma parceria boa, deveria ser uma excelente dona de casa. Aliás, continuava-se a acreditar que ser mãe e dona-de-casa era o destino natural das mulheres de boa forma. Agora que os homens estavam de volta da guerra, já não havia nenhuma necessidade de as mulheres trabalharem. As mulheres concordaram em desempenhar, no pós-guerra, o papel de esposas dedicadas exclusivamente ao lar e submissas ao marido. No entanto, essa situação não duraria muito tempo; era uma questão de tempo para ocorrer o movimento de emancipação feminina prosseguia.



Os fabricantes do pós-guerra produziram aspiradores de pó, torradeiras, liquidificadores, máquinas de lavar roupas e pratos mais potentes e mais baratos para substituir os modelos ineficientes criados antes da guerra, além de outros aparelhos para economizar tempo.

Os anos 50, ou anos dourados são considerados como uma época de transição entre os períodos de guerra da primeira metade do século XX e o período das revoluções comportamentais e tecnológicas da segunda metade desse século, tendo assim a chegada da televisão em Portugal e no Brasil. O padrão de beleza, a arte de ser bela, ter a pele perfeita simbolizava sucesso. Neste período pós-guerra, retornaram os valores conservadores e nos relacionamentos homem-mulher, observava ainda o flerte ou o namorico (jogo de gentilezas, olhadelas, gestos, sorrisos). O jovem casal apaixonado neste período ganhou o direito de atravessar o portão e de se instalar na sala de estar da família, mas ainda sob os olhares atentos de bastiões da moral e dos bons costumes.

Na primeira metade do século XX a mulher consegue igualdade com o homem em diversos aspectos da vida cotidiana, mas vive em conflito entre sua capacidade e o medo de não corresponder às expectativas masculinas. Ela teme que isso lhe custe a oportunidade de viver um relacionamento amoroso, de que suas escolhas e atitudes a requeiem à situação de solteirona (LINS, 2012; HUNT, 1963). Para que tal situação não viesse a acontecer, as mães aconselham as moças sobre o risco de se tornarem “perdidas”, ou seja, de perderem a virgindade antes do casamento. O desenvolvimento do uso de maquiagem, de tintura de cabelos nos anos 1920, do culto ao corpo e da juventude são sinais de um desejo de amar e de ser amada que se acentuava cada vez mais. De acordo com Bassanezi (2006) a reputação das moças se apoiava em sua capacidade de resistir aos avanços sexuais dos rapazes. A ideia era a de que se ela não resistisse ao namorado, não resistiria a outros homens depois de casada.

Regras mínimas para os encontros eram bastante conhecidas. Primeiramente, o rapaz interessado devia ir buscar a moça em casa e depois levá-la de volta — mas, se ela morasse sozinha, ele não poderia sequer entrar; o homem sempre pagava a conta; as chamadas “moças



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

de família” não abusavam de bebida alcoólica e, de preferência, não bebiam; conversas ou piadas picantes eram consideradas impróprias; os avanços masculinos, abraços e beijos deviam ser firme e cordialmente evitados; a moça tinha de impor respeito (BASSANEZI, 2006). Independentemente deste corolário de regras, os homens insistiam por mais intimidade, mas os que alcançavam seus intentos se desencantavam.

Casar, para a mulher, era a principal meta a ser alcançada na vida. E para isso era necessário impor respeito. Então, a mulher “fácil”, aquela que permitia certas liberdades, ficava mal falada, diminuindo assim suas chances de encontrar um marido. Ainda, segundo Bassanezi (2006), era importante que as mulheres soubessem distinguir o certo do errado e encontrar o chamado “bom partido” de forma a conservar suas virtudes e a conter sua sexualidade, dando-se ao respeito. Ficava mal para a reputação de uma jovem usar roupas sensuais, sair com muitos rapazes diferentes ou ser vista em situações que sugerissem intimidade com um homem. Seria prejudicial a seus planos de casamento ter fama de leviana, namoradeira, enfim, de ser uma garota fácil, que se permite beijos ousados, abraços intensos e outras formas de manifestar a sexualidade (BASSANEZI, 2006; LINS, 2012; DEL PRIORE, 2006).

De acordo com Del Priore (2006) o tempo de namoro também seguia alguns padrões, e não poderia — como no início do século — durar muito, e levantar suspeitas sobre as verdadeiras intenções do rapaz, nem tão pouco que catalisasse e precipitasse decisões sérias e definitivas. Além disso, o namoro muito longo comprometia a reputação da moça que se tornava alvo de fofocas maldosas.

As mulheres deveriam cuidar-se para não ter sua “reputação maculada”. Esse medo das mulheres não infundamentado. De acordo com Hunt (1963) o padre francês Grimaud Charles Abbe, em seu livro “Aux grands jeunes gens - futurs époux” (Aos grandes jovens – futuros esposos), que havia sido lançado em 1920, era um dos pilares do pensamento que reforçava a mentalidade até essa época ao aconselhar aos homens que evitassem as intelectuais e as mulheres que trabalham fora tanto quanto as prostitutas. Essas e outras obras, de acordo com Aze-



vedo (1986), validavam os valores morais da primeira metade do século XX quanto à escolha de parceiras possíveis, bem como quanto a forma de se relacionar no namoro, ou mesmo, quanto regras para o noivado e também em relação aos papéis de cada um no casamento. Esses supertes literários visavam também aprimorar o caráter, fortalecer a vontade, orientar a jovem leitora para os valores consagrados da pureza, honra e beleza moral segundo o modelo apontado pela ética e pela hagiografia católicas, que tinham a preservação da virgindade como supremo objetivo, condição última da tranquilidade de consciência e atributo insubstituível para o casamento e a dignidade da mulher. Hollywood, a mídia e o ideário comum anunciavam o quanto interesses culinários e aparelhos eletrodomésticos como eram “o sonho de toda mulher”.

E toda a iniciativa da conquista era atribuída única e exclusivamente ao homem. O casamento para as mulheres era considerado ascensão social, pois se ficassem solteiras seriam consideradas fracassadas socialmente falando. Para atrair os pretendentes as moças utilizavam de estratégias. Estavam sempre bem vestidas, demonstravam bom humor e apresentavam-se amáveis. Consequentemente, a mulher dessa época se sente confusa. Por um lado, tem o desejo de fazer uso dos seus direitos tão duramente conquistados, desenvolvendo-se tanto quanto o homem, mas por outro lado, ela deseja ser protegida pelo homem e de ser dependente dele.

Publicações da época como as revistas “*Jornal das Moças*” “*Vida doméstica*”, “*Você*”, “*Capricho*”, “*Querida*”, além de a seção feminina de “*O Cruzeiro*” e “compartilhavam de uma mesma mentalidade da época que tiranizava as mulheres. Nesses textos, família, Igreja e Lei são praticamente incontestáveis. Os artigos contidos nessas publicações tratavam de questões como: Como deveria se comportar uma boa esposa?; O que seria moralmente aceito ou de se esperar de uma mulher?; Como e por que refrear os impulsos e as paixões?; O que significa ser uma boa mãe, esposa ou boa filha?; Como entender, conquistar e manter os homens?

Outros pontos e questões buscavam legitimar as aventuras extraconjugais dos maridos e procuravam definir o futuro das mulheres



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

como esposas, mães e rainhas do lar. Por exemplo, em uma das edições do *Jornal das Moças* dessa época aconselhava para as leitoras que uma “boa esposa” deveria proporcionar, sem questionamentos, sossego e liberdade ao seu marido, a fim de preservar com suas atitudes obedientes e submissas a “felicidade conjugal”. Para isso, a esposa não deveria incomodá-lo com suspeitas, quaisquer que essas fossem, sobre sua conduta. Não deveria duvidar de suas explicações sobre os atrasos. Não deveria demonstrar ciúme. Deveria também saber esquecer as aventuras de seu marido com outras. Os homens têm direito à liberdade. Outro exemplo é o da revista “*O Cruzeiro*”, que, em sua seção feminina, recomendava às moças que se mantivessem virgens até o altar, para que não estragassem a felicidade do casal, como uma maneira de coibir as manifestações presentes nos filmes de Hollywood que agrediam a decência e o decoro da época (DEL PRIORE, 2006)

Enfim, a moral sexual dominante nos anos 1950 exigia das mulheres solteiras a virtude, muitas vezes confundidas com ignorância sexual e sempre relacionadas à contenção sexual e à virgindade (BASSANEZI, 2006). De acordo com Perrot (2006) quando a moça se casava lhe era imposta uma mudança na maneira de vestir — uma mulher casada deveria usar roupas de acordo com sua nova condição, e quanto mais importante fosse a posição do seu marido, maior seria essa imposição, pois estava sob a mira do julgamento social. Sua aparência, sua beleza, suas formas, suas roupas, seus gestos, sua maneira de andar, de olhar, de falar e de rir são objeto de uma perpétua suspeita. Suspeita que visa o seu sexo, vulcão da terra. A estratégia da época, segundo a autora foi:

“Enclausurá-las seria a melhor solução: em um espaço fechado, controlado, ou no mínimo sob um véu que mascara sua chama incendiária. Toda mulher em liberdade é um perigo e, ao mesmo tempo, está em perigo, um legitimando o outro. Se algo de mau lhe acontece, ela está recebendo apenas aquilo que merece” (Perrot, 2006, p. 447).

Em suma, é mulher estava reservado o maior quinhão de responsabilidade para com a felicidade no lar. A mulher caberia estar à



disposição de seu marido e da família a qualquer momento. Deveria ser prendada, recatada, e ao mesmo tempo, esmerada em sua aparência, para que o homem não se sentisse atraído pelas mulheres da rua (DEL PRIORE, 2006).

Ao contrário, os homens eram valorizados se tivessem relações sexuais com várias mulheres. Geralmente, eram prostitutas ou garotas com quem não casariam, como as que eram chamadas de fáceis, galinhas, bandidas, biscates. Essas lhes permitiam contatos sexuais proibidos às moças para casar (BASSANEZI, 2006). De acordo com Lins (2012) a moral sexual ainda estava vinculada à procriação, pois não havia ainda pílula anticoncepcional, mas por conta de todos os preconceitos, as mães solteiras eram repudiadas. Afinal, a mulher que tinha relações sexuais antes do casamento era considerada indecente, sem-vergonha, indigna. E, depois de casada, na ausência do marido, deveria restringir a sua vida social.

Com tanta repressão, o sexo não era considerado prazeroso para a maioria de seus praticantes, sobretudo, para as mulheres. O homem chegava à vida adulta com muito pouca experiência e aqueles que tiveram alguma lida com o assunto foi por meio de relações com prostitutas, o que reforçava a ideia de o sexo ser algo pecaminoso e pouco digno (DEL PRIORE, 2006; LINS, 2012).

Aqui no Brasil é o início da bossa-nova, da venda dos discos de vinil e do lançamento do disco de 78 rotações que atrairiam mais e mais a atenção dos jovens.

Década de 1960

Desde a década de 1920, a partir dos estudos de Wilhelm Reich (com o lançamento do livro “A função do orgasmo”, em 1927), de Alfred Kinsey (com o lançamento do livro “Comportamento sexual do homem”, 1948 e 1953) e do casal Masters e Johnson, que em 1950 observaram pela primeira vez os aparelhos genitais masculinos e femininos durante o ato sexual, e em 1966 publicaram “A conduta sexual hu-



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

mana”, estudos científicos lançam luz sobre o erotismo desmistificando o casal em sua intimidade.

Na década de 1960, segundo Del Priore (2006):

“As músicas de Bob Dylan, Joan Baez exportavam, mundo afora, a idéia de paz, sexo livre, drogas como libertação da mente e, mais uma vez, amor. Os países onde boa parte da população adotava o protestantismo — Estados Unidos, Inglaterra e Holanda — consolidavam uma desenvoltura erótica antes desconhecida” (p. 321).

Ainda, segundo esta autora, a moral sexual brasileira flexibilizava-se cada vez mais e casais não casados eram cada vez mais aceitos, e já podiam circular socialmente. A sexualidade ainda era vivida como um pecado, aos olhos da Igreja, mas um número crescente de católicos — e, em 1950, 93,5% da população brasileira declarava-se apostólica romana — começava a acreditar que amor e prazer podiam andar juntos (DEL PRIORE, 2006). No entanto, os crianças e adolescentes ainda eram “protegidos”, pelos adultos, de informações mais diretas que utilizavam com eles de subterfúgios como evitar falar sobre aspectos da vida sexual, ou quando falavam sobre isso utilizavam de eufemismos como, por exemplo, dizer que por meio de uma sementinha colocada na barriga da mãe nasciam os bebês.

Em 1960, nos EUA, John F. Kennedy vence as eleições e, no Brasil, João Goulart torna-se o primeiro presidente trabalhista com a renúncia de Jânio Quadros. Uma verdadeira onda de contracultura modifica os valores morais desta década. Com a incorporação dos métodos anticoncepcionais, e o incentivo da promiscuidade sexual, os namoros da época aceitaram a tese de “é proibido proibir”, e beijos, abraços e até mesmo filhos precoces refletiam a rebeldia da época, os casamentos eternos neste período eram questionados. Calmantes e anticoncepcionais estão são largamente difundidos em todo o mundo.

De acordo com Yalom (2001) apesar das tentativas midiáticas de incentivo a autoestima das donas de casa, sobretudo nas propagandas



americanas dirigidas para as mulheres, muitas delas sofriam de determinado grau de insatisfação crônica consigo mesmas e com a vida. Não suportavam a monotonia, o tédio e isolamento vividos no dia a dia. Nas palavras da autora:

Nem todos os produtos que surgiram para facilitar seu trabalho e tornar sua vida mais agradável (de acordo com os peritos de marketing daquela época), todas as modernas pílulas de humor — como o Dextrodine, prescritas por médicos indulgentes, todos os discursos do destino das mães biológicas e do local sagrado dentro da família poderiam esconder o senso de frustração e alienação que algumas esposas sentiam em suas casas. (YALOM, 2001, p. 403)

“O segundo sexo”, originalmente publicado em 1949, da autora Simone de Beauvoir, torna-se a bíblia das moças que se vangloriavam de estarem desgostosas de viver, aproveitando para compensá-la com os mais diversos prazeres. Paulatinamente, as mulheres nutriam uma insatisfação em relação às suas vidas e em relação a vida que os respectivos maridos levavam. De acordo com Lins (2012) frequentemente as mulheres, quando se casavam, perdiam a maioria das amigas. Estas passavam pelo crivo de aceitação do marido, que procurava afastar a “má influência” das amigas mais liberadas ou as mais independentes, situação essa que poderia ameaçar a sua hegemonia familiar. Complementarmente Bassanezi (1996, 2006) aponta que, a “boa esposa” da época, deveria fazer tudo para agradar o marido, mesmo em detrimento do seu próprio bem-estar. Além disso, não deveria discutir com ele nem se queixar de algo que a insatisfizesse.

Em 1942, o artigo 315 do Código Civil estabeleceu a separação sem a dissolução do vínculo, ou seja, instituiu o desquite. A mulher desquitada, então, era mal vista e qualquer deslize dela seria motivo para a perda da guarda dos filhos. Mas, apesar do preconceito, os censos demográficos entre 1940 e 1960 apontavam para o aumento das separações.

Se antes dessa época, por exemplo entre a década de 1940 a 1950, o beijo dos enamorados se limitava a um mero colar de lábios, na



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

década seguinte, as carícias generalizavam-se e o beijo tornou-se mais profundo — o beijo de língua ou beijo francês — antes escandaloso, e mesmo considerado um atentado ao pudor, passava a ser sinônimo de paixão. Na intimidade sexual, a sexualidade bucal, graças aos avanços da higiene íntima, estende-se a outras partes do corpo. Esse fica inteiro à mercê de ser explorado pelos lábios. As preliminares tornam-se mais longas. As sucções mais profundas. A limpeza do corpo e um certo hedonismo alimentam carinhos antes inexistentes (DEL PRIORE, 2006).

Além da participação da música, do cinema e da televisão que invadira 4,61% dos domicílios brasileiros em 1960 continuava martelando o ideal do amor romântico, as novelas diárias como a telenovela “Ocupado”, transmitida pela antiga Rede Excelsior, que começaram a ser exibidas pela televisão brasileira a partir de 09 de setembro de 1963. Esta foi a primeira produção a mostrar o casal romântico Glória Menezes e Tarcísio Meira, como protagonistas desta novela.

Nos anos sessenta e setenta, no Brasil, São Paulo era uma cidade muito musical. Se na tevê a efervescência da música se podia notar nos festivais de Música Popular Brasileira, na Jovem Guarda e em outros programas, nas ruas e garagens dos bairros de classe média, os jovens da época caprichava em suas tentativas de tirar as músicas dos Beatles, Animals, Rolling Stones. Há de se evidenciar que “Os Beatles” começaram a aparecer no final de 1962, com “Love Me Do”, mas só estourariam mesmo no Brasil, dois anos depois. Começava o tempo das “domingueiras”, em que os conjuntos reinavam absolutos nos clubes de São Paulo. Nas pistas improvisadas quase sempre na quadra de esportes dos clubes, os jovens dançavam, paqueravam, namoravam ou simplesmente ficavam de olhos vidrados naqueles deuses que tiravam um som idêntico aos conjuntos de seus ídolos lá de fora. Dessa forma, uma tarde de domingo no clube era um programa imperdível para garotos e garotas. Ao som de músicas como “You Really Got Me” e de “Well All Right” e entre um refrigerante e um sanduíche, os jovens se socializavam. Quem não aparecesse na domingueira, certamente, ia passar uma semana por fora das novidades: por exemplo, estava namorando quem, que grupo tinha comprado guitarra nova, qual o comprimento (ou a falta de) da



minissaia da fulana ou de sicrana, qual a nova música do momento que era um hit de sucesso.

Com toda essa liberação sexual da década de 60 e suas consequentemente insatisfações, a década seguinte, sofre consequências.

Década de 1970

No início dos anos 70, os jovens estavam norteados pelo lema “sexo, drogas e rock n roll”. A busca por situações de êxtase por métodos físicos e, principalmente, químicos é incansável. Janis Joplin, Jim Morrison, vocalista do grupo The Doors, e Jimmy Hendrix tornam-se mitos, grandes expoentes e modelos da época. Os três tiveram uma morte prematura por causa do excesso de drogas e viraram ícones do movimento hippie.

Na década de 1970, a AIDS e outras doenças sexualmente transmissíveis inserem-se nos cenários dos jovens, e então, a camisinha torna-se um item obrigatório para quem pretendia levar uma vida sexualmente ativa. Os jovens ainda impedidos de ter suas relações sexuais em casa recorriam a motéis, ou mesmo, lugares com pouco movimento. Surgiram também, nesse período, os antibióticos e a pílula anticoncepcional, que, tornaram possível a revolução sexual nas décadas de 1960 e 1970 no Ocidente. O primeiro eliminou os riscos da promiscuidade, uma vez que tornou as doenças venéreas facilmente curáveis (HOBSBAWM, 2003).

Nos anos 70 os jovens estavam buscando sua “liberdade”, era a época dos hips, época de “paz e amor”. Esta paz e amor meramente humanos acabou com o início da guerra do Vietnã e Estados Unidos. Consequentemente, o final dos anos 60 e início dos anos 70 do século XX promoverão a chamada “revolução sexual”, com conquistas até então nunca vistas devido à descoberta da pílula anticoncepcional, que desvinculou a mulher do sexo ligado à procriação, promovendo uniões fortuitas. Então, as relações sexuais passaram a ser vividas sem o temor da gravidez indesejada (ROCHA-COUTINHO, 1994). Com a dissociação do sexo da gravidez, as mulheres passaram a questionar seus



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

papéis e lugares na sociedade. Assim, de acordo com Duarte (2003): “a tecnologia anticoncepcional torna-se o grande aliado do feminismo, ao permitir à mulher igualar-se ao homem no que toca à desvinculação entre sexo e maternidade, sexo e amor, amor e compromisso” (p. 165).

O movimento feminista também questionava a sexualidade feminina. Quando a mulher fez uso de anticoncepcionais, ela adquiriu controle do seu corpo, da sua sexualidade, da possibilidade de ser (ou não) mãe. Logo, a pílula trouxe muitos benefícios em relação à liberdade das mulheres, uma das quais era experimentar os prazeres do sexo desvinculados da procriação. O sexo passou a ser visto com menos pecaminoso e a gravidez tornou-se mais facilmente controlada, assim houve um aumento do sexo pré-matrimonial, ao mesmo tempo não foi tão simples deixar algumas ideias já preconcebidas para trás. De acordo com Kehl (2006):

Beneficiou-nos, mas não deixou de cobrar seu preço. Foi muito bom para as moças da minha geração perder a virgindade sem culpa, fora do casamento. Foi bom poder diversificar a experiência sexual, ter parceiros diferentes, aprender, perder preconceitos, perder o medo e, para as mulheres, saber que o primeiro homem não tem de ser necessariamente o definitivo. Mas tentamos abolir a posse e o ciúme das relações amorosas e com certeza não conseguimos...” (p. 37).

Entretanto, a Igreja ainda exercia forte coerção contra essas manifestações. Mesmo com todas as mudanças que aconteceram a partir das décadas de 60 e 70, com as mudanças de comportamento e valores morais e sociais e as pessoas tenham deixado de ver o sexo e o prazer sexual como algo extremamente pecaminoso, aconteceu “uma diminuição da religiosidade” e a religião de fato perdeu um pouco de sua influência sobre as pessoas como tinha nas décadas passadas (RAMALHO, 2005), mas ainda exercia sua força sobre a sociedade. De acordo com Lins (2012):

A partir dos anos 1960, grandes transformações — ligadas principalmente ao advento da pílula anticoncepcional e ao movimento feminista, que contribuiu para o aumento do nível de instrução feminina e para



o crescimento da participação das mulheres no mercado de trabalho — afetaram a situação das mulheres na sociedade e na família: sua autonomia pessoal e financeira foi consideravelmente ampliada em relação aos homens. (p. 250)

Com a eclosão dos movimentos feministas, as mulheres passaram a lutar por uma igualdade maior entre os sexos e a questionar a limitação de seus papéis como esposa, como dona de casa, como educadora e como mãe. Elas procuravam desenvolver atividades laborais que não estivessem atreladas ao serviço doméstico que até então eram funções de uma mulher casada. Levando-se em consideração esses e outros acontecimentos, houveram muitas mudanças. Até os anos 1970, as mulheres que se separavam do marido eram bastante hostilizadas. Como o casamento era a sua principal fonte de segurança financeira, sem um parceiro-provedor, elas poderiam perecer certamente. Além disso, ela e os filhos eram discriminados, em caso de tornarem-se mães solteiras.

Conforme aponta Hobsbawm (2003), a partir da década de 1970 e, principalmente na década de 1980, tornou-se muito comum que as mulheres (tradicionalmente fiéis nos países católicos romanos) lutassem por direitos abominados pelas doutrinas da Igreja, tais como a liberação do divórcio e uma flexibilização das leis do aborto. Nesse período houve, também, um considerável aumento da porcentagem de mulheres que ingressavam nas universidades, de onde podemos perceber que as mulheres começavam a se preparar melhor para a entrada no mercado laboral e em áreas que, até então, eram exclusivas dos homens. Durante esse período, as mulheres começaram a exigir também seus direitos enquanto cidadãs. Começaram a se engajar em questões políticas e sociais, o que era, até então, privilégio dos homens.

No entanto, apesar de as mulheres terem conseguido aos poucos ingressar no mercado de trabalho, não raramente, seus salários eram muito inferiores aos salários dos homens. Ademais, a entrada da mulher no mercado laboral não garantiu o abandono de suas velhas responsabilidades domésticas que eram exercidas até então. Consequentemente,



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

as mulheres acabaram acumulando seus velhos e novos papéis, caracterizando o que é conhecido atualmente como dupla jornada de trabalho feminina.

Década de 1980

Na década de 80, com a repercussão da AIDS, busca ativa da liberdade sexual, controle de natalidade e busca da independência dos valores passados pelos pais. Nos anos 80 também tivemos a eclosão da chamada “Geração Coca-cola”, pois vivia às margens do imperialismo americano, consumindo seus produtos, dentro os quais o maior símbolo era o refrigerante “Coca-Cola”. Essa tal geração Coca-Cola, que a banda “Legião Urbana” aclamava em sua música há muitos anos, era a geração que desafiava um país que ainda vivia às sombras do regime político. Foi uma geração que desejava o embate pelas causas sociais, mesmo que o confronto viesse a ser literal. Era a geração do deboche inteligente, que lia livros de grandes pensadores, de jovens que tinham e defendiam uma consciência política, das Diretas Já.

Este é um período em que o casamento acontece mais tarde e os casais esperam mais para ter o primeiro filho e mesmo o número de filhos se torna menor comparativamente a épocas anteriores. É nesta década que surge a expressão “ficar com”. Essa expressão representa uma nova condição de relacionamento em que as pessoas irão manter contatos físicos e afetivos durante um curto tempo, sem que isso signifique um vínculo duradouro. A falta de compromisso entre os membros do casal, que tem como objetivo a busca pelo prazer, a partir do exercício da sedução. O grau de desenvolvimento deste fenômeno pode ir de uma simples troca de beijos e abraços até uma relação sexual completa com intercurso e gozo, sendo que esta não essencialmente ocorre. Assim, há espaço para uma intimidade, mas se mantém, ao mesmo tempo, um relativo afastamento, é a maneira mais fácil de chegar perto de um outro sem se comprometer.

Segundo Chaves (1993) o “ficar” é um tipo de relação independente de qualquer outra, ou seja, não está vinculada a um conhecimento



prévio da outra pessoa, a um namoro, amizade etc. e apresenta-se de maneira frequente entre os jovens. Um questionamento concernente a esse fenômeno diz respeito a uma possível banalização das relações estabelecidas, quando jovens ficam como “usando o outro como objeto”, o que muitas vezes pode provocar frustrações para ambas as partes envolvidas (MATOS; FÉRES-CARNEIRO; JABLONSKI, 2005). No entanto, diversos são os motivos que podem levar os jovens a se relacionar dessa forma.

Chaves (1993) enumera algumas dessas possibilidades: o objetivo é busca por evitar a solidão, ou seja, diminuição da carência, ainda podendo ser uma brincadeira de passatempo. O “ficar” pode ser uma forma mais atraente de conhecer melhor alguém, “incrementar” uma amizade, ou tornar uma conversa mais agradável, um meio de ampliar a sociabilidade, de elevar a autoestima, ou ainda um modo de interação com o grupo na busca de ser aprovado pelo mesmo. Pode ter finalidade de manter contato com um alguém de quem se gosta, por exemplo, um (a) ex-namorado (a), sendo também uma espécie de ponte para um futuro relacionamento. O “ficar” pode servir de busca pelo esquecimento de outro relacionamento frustrado, ou mesmo pode ser um meio de quebrar a rotina de um namoro. Ainda a autora acrescenta que este código de relacionamento ganha sentido na sociedade urbana contemporânea, pois o que está em pauta é autossatisfação e a tentativa de evitar a frustração que poderia decorrer de um compromisso afetivo com o outro, que se torna descartável e utilitário.

Fato interessante também sobre o desenvolvimento dos relacionamentos amorosos por ocasião dessa época é o fenômeno dos “bailinhos de garagem”. Bailinhos de garagem, eram assim chamadas as festas privadas que reuniam adolescentes, homens e mulheres, por volta dos 13 anos de idade e que aconteciam na garagem, quintal ou terraço de alguma casa quintal de casa. Para fazer um bailinho não precisava muito: bastava apenas deixar espaço suficiente para dançar, reorganizando o mobiliário do local, determinar quem levava o quê (geralmente as meninas levavam as comidas e os meninos, os refrigerantes), convidar o mesmo número de meninas e de meninos para que todos tivessem



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

um par e ninguém ficasse sozinho, colocar a vitrola portátil num lugar estratégico e, o mais importante, selecionar as músicas. Esses encontros sociais eram caracterizados por ter com músicas ao estilo Love Songs, luz negra ou estroboscópica e cuba libre. Com DJs contratados ou com pessoas que se aventuravam como Djs e ao som de Bee Gees, Donna Summer, Elton John, e seguindo os passos de Jonh Travolta, em “Os embalos de sábado à noite”, os adolescentes que delas participavam dançavam sozinhos ou conjuntamente uns com os outros de rostinho colado. Nessas festas, havia pouca bebida, nenhuma droga. As roupas e o visual eram copiados de filmes e de seriados que faziam sucesso, como “As Panteras”, e da última novela das oito, tinham muito estampado, muita maquiagem. Eram festas de família, com a família lá presente, em algum lugar da casa. Um beijo na boca, por ocasião dessas reuniões entre jovens era sinal de namoro iniciado. Essas situações promoviam encontros entre pessoas desconhecidas e entre os jovens que se paqueravam há tempos e que não tinham uma outra oportunidade para se aproximar e se declararem. Na mesma época dos bailinhos de garagem aconteciam nos clubes da cidade as chamadas “Domingueiras”. Nestas, podíamos dançar, ouvir e ver, ao vivo e a cores, as bandas que estavam na moda e que faziam sucesso.

Década de 1990

Contudo, na década de 90, o namoro e o sexo incorporam-se às práticas afetivo-sexuais e são paulatinamente aceitos socialmente. Pais mais liberais cedem sua casa para facilitar o relacionamento dos filhos. Este período é marcante devido ao uso da internet que estimula encontros virtuais, favorecendo os jovens que estão a fim de ficar com o maior número possível de parceiros numa só noite.

A premissa básica desta década é do amor confluyente (GIDDENS, 1993), na qual a busca de um relacionamento especial, o amor confluyente é uma forma de amor que estaria mais próxima ao contexto contemporâneo. Nesse cenário, a comunicação entre um e outro é aberta e direta, o amor é ativo, contingente e não se propõe ao “para sempre”, ou seja, a grosso modo, a tônica dos novos relacionamentos



é: “estou com você enquanto você me satisfaz”. Contudo nesta década, a contemporaneidade nos depara com uma ordem do descartável, do “ficar” ou relacionamentos líquidos, da quantidade em detrimento da qualidade, onde as pessoas podem dar prevalência ao exterior ao invés do interior, onde há uma diminuição da complexidade e envolvimento dos relacionamentos, provocando desde fracassos e estragos a novas formas de se relacionar na vida amorosa (BAUMAN, 1998; BIRMAN, 2000). Os fenômenos do amor líquido e das relações fluídas também podem ser vistos como a não aceitação em seguir regras ditas pela sociedade e onde os jovens preferem ficar, ter relações instantâneas, para diferenciarem-se dos demais membros de uma sociedade considerada careta, estamos na chamada pós-modernidade. Esse conjunto de mudanças, também acarretou frustrações e ansiedade em demasia pela própria banalização de sentimentos e das relações.

E as estratégias para encontrar e selecionar parceiros foram alterando-se ao longo do tempo. Observa-se que as estratégias de relacionamento entre os pares foram se transformando de acordo com vários fatores, entre eles a modernização das grandes cidades que não permitia mais, por exemplo, os olhares lânguidos dos rapazes parados nas esquinas às janelas de suas amadas, a troca de cartas furtivas e muitas vezes nem lidas, porque interceptadas antes, o footing (tal como ocorria no início do século) em praças e ruas de passeio, ou os encontros nos bairrinhos de garagem e nas domingueiras. Daí, as pessoas acorreram cada vez mais aos shoppings, boates, bares, discotecas e às baladas, como pontos de encontro para parcerias em potencial.

Década de 2000 até os dias atuais

Até, a primeira década do século XXI, o comportamento do jovem radicalmente mudou em vista do século passado. Marcantemente, a sociedade contemporânea ocidental possui uma importante característica: o individualismo. Esta característica está relacionada, primeiramente, pela lógica liberal do capitalismo, assim como pela tecnologia da informação. Consequentemente, esses dois principais fatores alteram as relações afetivo-sexuais interpessoais, seja aumentando a polarização da de-



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

sigualdade social e econômica, seja por torna-las efêmeras e descartáveis e, como tais, passam a se tornar fontes de psicopatologias e de mal-estar social. De tal forma que a sensação que os relacionamentos transmitem é a de que faltam pessoas dispostas a amar e se comprometerem com as relações. Ao mesmo tempo, exige-se mais para as relações, uma vez que, ou existe respeito, cooperação, cumplicidade, sinceridade e afeto ou muda-se mais facilmente do que em períodos anteriores de parcerias. Ajunta-se a essa característica o fato de as pessoas ao longo dos tempos se desobrigaram de cumprir as indicações sociais e familiares porque a própria família perdeu esse papel de autoridade sobre a vida do indivíduo, de onde se infere que nesse período passa a ser assumidos, sem tantos desgastes e conflitos do entorno, quem queremos ao nosso lado.

Não raramente, observam-se multiplicar encontros fugazes, falta de tolerância e do gosto por estar ao lado de alguém simplesmente para curtir bons momentos desvinculados de erotismo e de uma relação custo-benefício entre os pares que se formam e quando se formam. Finalmente, outro elemento, que surge como processo de desenvolvimento contemporâneo e desencadeador do fracasso das relações amorosas, é a solidão decorrente da falência de habilidades para formar ou manter relações afetivas satisfatórias (GUEDES; PINHEIRO, 2000). Complementarmente, acerca dessa discussão Guedes e Assunção (2006) apontam que:

Além disso, o acesso à tecnologia de informação também parece favorecer novos modelos comportamentais e de expressão subjetiva. Esse fenômeno pode ser ilustrado com a vulgarização da TV nas residências e a transmissão das telenovelas, por exemplo. Tais programas exploram a difusão de personagens que são freqüentemente ligados a estereótipos demarcados pela ideologia dominante (nas mulheres: bela, magra, rica, nova e saudável, mas desvalorizada em relação ao homem; nos homens: corpo “esculpido”, rico, sedutor, bem-sucedido, novo e saudável), e ilustrados pela figura do “star”, da “celebridade”. Diante desses estímulos, os consumidores da cultura televisiva acabam por introjetar modelos de vida e formas de relações interpessoais que parecem se alimentar desses estereótipos. (p.413)



Nesta nova era e nessa nova década, os jovens adotam comportamentos, como consumir bebidas alcoólicas e usar e abusar drogas ou assumir determinados comportamentos sexuais, sem estarem de fato conscientes dessas atitudes e, portanto, preparados para as possíveis consequências dessas escolhas.

A sexualidade tem sido discutida de forma mais “aberta”, nos discursos pessoais, nos meios de comunicação, na literatura e artes. Entretanto, essa liberdade sexual não torna as pessoas mais “livres”, pois ainda há bastante repressão e preconceito sobre o assunto. Acerca do paradigma da virgindade feminina, que antes era supervalorizada e hoje é vista como um problema para muitas meninas. Muitas garotas iniciam a vida sexual de forma precipitada, mais para responder a uma exigência do grupo do que a uma escolha pessoal, o que as tornam menos propensas a assumirem as responsabilidades que uma vida sexual ativa requer. Essa cobrança do grupo, também é vista como um tipo de repressão, pois parece que hoje as pessoas perderam a possibilidade de assumir ‘ser’ ou ‘não ser’ virgem, diante da cobrança do grupo social. Outro exemplo diz respeito às cobranças exigidas ao papel feminino. Atualmente, cobra-se da mulher a entrada no mercado de trabalho e, por consequência, essa situação pode resultar em uma maior autonomia. Mas, apesar disso, ainda hoje é exigido também da mulher que ela se case, tenha filhos e seja uma boa mãe. Ter que se casar ou ter filhos parecem condições inerentes à felicidade pessoal. A mulher que tem uma opção de vida diferente dessa é vista como infeliz.

Com a popularização da internet foi responsável pelo surgimento de um novo tipo de relacionamento entre os seres humanos: os relacionamentos virtuais, ou seja, a utilização da internet como um novo espaço para a procura de parceiros amorosos (BEN-ZE’EV, 2004). Os relacionamentos virtuais têm características singulares, que diferem dos velhos e conhecidos relacionamentos “reais”.

A primeira dessas características é que eles ocorrem no ciberespaço, ou seja, são relacionamentos mediados pelo computador. Normalmente, eles se dão nos diversos programas e canais de bate-papo



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

existentes na Web (rede), mais comumente conhecidos como chats. Nelles, a comunicação pode se dar por meio da linguagem escrita, da voz, do vídeo e, ainda, de uma combinação entre eles.

Há, também, dois formatos de comunicação online: o síncronico e o assíncronico. No primeiro, os usuários devem estar conectados à rede ao mesmo tempo e se comunicam em tempo real, tal como acontece em uma conversa telefônica. Exemplos de programas nos quais existe a comunicação síncronica são o SKYPE e o Facebook, que substituíram outras formas síncronicas como o MIRC, o ICQ, o MSN e o Orkut. Em contrapartida, a comunicação assíncrona é aquela que não acontece em tempo real. Os e-mails são um exemplo da comunicação assíncrona.

A segunda característica decorre da primeira: se os relacionamentos virtuais ocorrem no ciberespaço, logo, eles acontecem entre pessoas que estão separadas fisicamente. Assim, na maior parte das vezes,

“as pessoas se conhecem em canais de bate-papo sem saber que aparência tem, ficam amigas sem jamais terem se visto ou ouvido, namoram e amam sem jamais terem se tocado ou trocado um beijo. O que conta é o que essas pessoas escrevem, pois são relacionamentos via teclado.”
(COSTA, 1998, p. 206).

Mais do que um fenômeno circunscrito a teens, ou ainda, a adultos solitários, os relacionamentos românticos via internet tendem a se expandir em um futuro próximo e devem, como consequência, provocar um relaxamento das normas sociais e morais tais como as entendemos hoje. Entretanto, assim como o consumo de drogas, o cybering também poderá provocar dependência no usuário, pois, ao “requerer mais e mais doses de imaginação”, ele conduz ao aumento da distância entre a realidade “verdadeira” e o ciberespaço. O resultado disso pode ser a alienação do indivíduo.

A rede social que antes dependia da presença e proximidade física para se manter, hoje surge mediada por ferramentas que potencializam o poder de conexão entre as pessoas. Facebook, Twitter e



Instagram, somente para citarmos alguns, são termos frequentemente presentes quando se estudam as dinâmicas da comunicação na contemporaneidade.

Em nossa era contemporâneo-tecnológica, as formas de firmar novos laços afetivo-sexuais não raramente são mediadas pela internet e, conseqüentemente, pelas redes sociais. Nessa toada, observa-se alguns impactos da evolução tecnológica sobre os relacionamentos amorosos. A internet tornou-se uma variável que atinge diretamente a complexidade afetivo-sexual e, possivelmente, as influências desse processo tendem a se tornar inevitavelmente mais e mais abrangentes futuramente e se estenderem e/ou se relacionarem a situações como o casamento, a coabitação, as práticas românticas correntes relacionadas à sedução, ao sexo casual, aos namoros e à noção de exclusividade romântica.

O que se evidencia na contemporaneidade é que o romantismo, considerado por tanto tempo como uma das molas-mestras de qualquer relação amorosa, esteja circunscrito a abordagens on-line e entremeadas com símbolos digitais. Essa forma de comunicação, nem de longe, capta a intensidade das emoções experienciadas entre os pares, além de, talvez, se constituir como um elemento reducionista da capacidade de expressão humana, e também por não conseguir aferir o grau de aceitação e de empatia do outro a nosso respeito.

Diferentemente de outras épocas, hoje convivemos com tendências correntes de terceirizarmos a escolha de parceiros para softwares habilitados com algoritmos para sugerir e aproximar parceiros em potencial. Vários aplicativos para celular e tablets dão suporte às redes sociais como Tinder, Grindr, dentre outros.

“Tinder” é um aplicativo de relacionamento virtual que, ao selecionar fotos e alguns dados extraídos de sua conta no Facebook, permite que o usuário fique disponível a um eventual relacionamento a ser avaliado por parte das pessoas interessadas em conversar virtualmente, podendo até se conhecerem pessoalmente, para além da interface pessoa-teclado. Por meio da ativação e da utilização dos dados da posição



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

dos utilizadores via satélite permite localizar parcerias em potencial (homens e mulheres heterossexuais, homossexuais e bissexuais) que estejam geograficamente próximos. O usuário desse aplicativo ainda tem o conforto de fazer seu processo de escolha e seleção desde sua casa ou da privacidade de seu ambiente, o que lhe transmite, obviamente, uma maior sensação de controle. Em suma, os usuários desse serviço sequer precisam mais dos ambientes físicos, caso desejem conhecer alguém. Basta se conectarem ao aplicativo e começarem sua seleção de parceiros. Quase como um jogo, entram em contato com diversos perfis de pessoas, e aquelas que forem de seu agrado, serão contactadas, até que, no caso de existir uma correspondência de interesse da outra parte e a esta pessoa tiver interesse afetivo-sexual por aquela, a conversa poder se iniciar. Embora o aplicativo Tinder tenha sido lançado em janeiro de 2013 e, rapidamente, atingido a marca de um milhão de usuários, em dezembro de 2013, já contabilizava 500 milhões de perfis, crescendo na ordem de 15% a cada semana.

“Grindr” é um outro aplicativo, que pode ser usado no Android, iPhone, iPod touch, iPad, Blackberry OS, e que funciona como rede social, reunindo homossexuais, bissexuais e possíveis interessados em encontros afetivo-sexuais, de várias partes do mundo. Grindr foi criado por Joel Simkhai, e busca parceiros homossexuais para estabelecer relacionamento e, tal como o Tinder, serve-se da localização via GPS dos aparelhos que tem o aplicativo instalado. O primeiro passo é criar um perfil com foto e algumas informações básicas como idade, altura, etnia e uma pequena descrição. A partir de sua localização, o usuário poderá visualizar o perfil de até 100 pessoas que estiverem à sua volta, fazendo contato com quem lhe interessar. Além da versão gratuita, há a opção de pagar US\$ 0,99 pelo Grindr Xtra, que tem navegação mais simples e exibe até 200 perfis. De acordo com os números do próprio criador desse aplicativo, em 2012, o Grindr atingiu a marca de 4 milhões de usuários e atualmente são criados 10 mil novos perfis todos os dias.

A separação física entre aqueles que se relacionam virtualmente pode equivaler a uma distância geográfica grande ou pequena. Pode se



relacionar virtualmente com o vizinho de bairro ou com um morador do outro lado do mundo. A distância geográfica se tornou irrelevante na Internet, pois, o importante é que seus usuários se sentem como se estivessem se relacionando no mesmo espaço: o ciberespaço. Cabe ressaltar que, muitas das vezes, os usuários além de se relacionarem com desconhecidos, tantos outros utilizam a Internet para se relacionarem com pessoas que fazem parte de seus círculos sociais do mundo “real”. Ou seja, são pessoas que já se conhecem fisicamente e utilizam a Internet para se comunicarem umas com as outras.

A terceira característica – o anonimato – só se aplica para os relacionamentos virtuais entre usuários que não se conhecem do mundo “real”. É sabido que, na Internet, os usuários utilizam nicknames (apelidos) que os identificam na Rede. Raramente, encontram-se usuários que utilizam seus próprios nomes. Sendo assim, na maior parte das vezes, os usuários estão protegidos pelo anonimato (BEM-ZE’EV, 2004).

Contudo, esse novo formato da contemporaneidade possibilita um novo tipo de relacionamento, o virtual, a distância que facilita a evitação do compromisso e a obrigação de estar presente o tempo todo. Porém, toda essa transformação histórica, socioeconômica, religiosa e cultural ocorrida com o passar do tempo, faz com que entendamos os mecanismos de aproximação dos casais, ou seja, que os relacionamentos amorosos são dinâmicos e relevantes dentro de cada contexto, prática e expectativas.

Com tal aporte teórico, pode-se compreender a afirmação de Batten (1995) que diz que “o casamento por amor é um fenômeno relativamente recente e que também ocorre predominantemente no Ocidente” (p. 208).

Considerações finais

Seja em relação ao início do convívio, seja em relação à fase do namoro, seja em relação à manutenção do relacionamento rumo, ou não, a experiência de um relacionamento em longo prazo ou mesmo



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

em relação a separação dos casais, podemos observar que as alterações foram profundas e significativas. Percebe-se que essas mudanças se tornaram cada vez mais visíveis, influenciadas que foram pelos aspectos culturais, sociais e históricos. Nestas duas áreas grandes avanços aconteceram, que geraram repercussões substanciais tanto para a sociedade e para algumas famílias resultantes dessas relações. Contudo, frente às mudanças históricas, socioeconômicas, políticas, religiosas e culturais fica mais fácil entender a dinâmica de relacionamentos de cada geração. Fazendo-nos entender melhor essas manifestações que ocorreram ao longo do tempo. Apesar de tudo, muitas pessoas acreditam que quase nada mudou nas relações nessas décadas de história e mudanças sociais que tudo continua como antes e que estão insatisfeitos em seus relacionamentos. Goldenberg (2001) já dizia:

Mas se mudou tanto, porque ambos continuam insatisfeitos? Penso que a insatisfação permanente é inerente ao ser humano e não haverá nunca um relacionamento perfeito para os dois. Considerar a insatisfação como uma prova de que nada mudou me parece algo extremamente ingênuo. (p. 53)

Contudo, apesar de todas as mudanças, algumas coisas permanecem enraizadas em nossa sociedade e que muitas pessoas têm dificuldades para assimilar as mudanças. A cada vez mais, passa-se muito mais tempo a procurar que a encontrar e a manter quem se conhece e, conseqüentemente, as pessoas entram em um tal estado de ansiedade procura de alguém; uma pessoa qualquer que preencha este vazio.

Em um artigo, Carpenedo e Koller (2004), que pesquisaram os relacionamentos nas décadas de 40-50, 70-80 e 2000, as pesquisadoras dizem que:

Dentre as semelhanças dos relacionamentos nos três períodos estudados estão os sentimentos de pertença e posse. Estes sentimentos podem ser considerados intrínsecos as relações amorosas, uma vez que quando se ama alguém, se quer fazer parte da vida deste e há também o desejo de ter aquela pessoa só para si. (p. 11)



Mas podemos ter certeza de que houveram mudanças nessas décadas. Houveram alterações significativas na sociedade em seus aspectos histórico, social, político e cultural e no campo dos relacionamentos amorosos desde o início, à sua manutenção e possibilidades de ruptura, mudou, apesar de alguns sentimentos ainda permanecerem intrínsecos às pessoas. As relações e os casamentos deixaram de ter um aspecto puramente de interesse, seja este econômico, familiar ou social e passaram a ser motivações por amor.

Referências

AZEVEDO, T. **As regras do namoro à antiga**. São Paulo: Ática, 1986.

BATTEN, M. **Estratégias sexuais: como as fêmeas escolhem seus parceiros**. Tradução Raquel Mendes. Rio de Janeiro: Rosa dos tempos, 1995.

BASSANEZI, C. **História das mulheres no Brasil**. São Paulo: Contexto, 2006.

BASSANEZI, C. **Virando as páginas, revendo as mulheres**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1996.

BAUMAN, Z. **O mal-estar da pós-modernidade**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1998.

BEN-ZE'EV, A. **Amor em linha: emoções na Internet**. Cambridge: Cambridge University Press, 2004.

BIRMAN, J. **Mal-estar na atualidade: a psicanálise e as novas formas de subjetivação**. 2. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira. 2000.

CARPENEDO, C; KOLLER, S. H. Relações amorosas ao longo das décadas: um estudo de cartas de amor. **Interação em Psicologia**, v. 8, n. 1, p. 1-13, jan/jun. 2004.



Capítulo 2 - O desenvolvimento das relações amorosas:...

CHAVES, J. **“Ficar com” a individualização**: um estudo sobre um código de relacionamento no Brasil. 1993. Dissertação (Mestrado em Psicologia). PUC Rio, Departamento de Psicologia, Rio de Janeiro, 1993.

COSTA, A. M. N. **Na malha da rede**: os impactos íntimos da internet. Rio de Janeiro: Campus, 1998.

DEL PRIORE, M. **História do amor no Brasil**. São Paulo: Contexto, 2006.

DUARTE, C. L. Feminismo e literatura no Brasil. **Estudos avançados**, São Paulo, v. 17, n. 49, p. 151-172, 2003.

HOBSBAWM, E. **Era dos Extremos**: o breve século XX. São Paulo: Cia. das Letras, 2003.

GIDDENS, A. **A transformação da intimidade**: sexualidade, amor & erotismo nas sociedades modernas. São Paulo: UNESP, 1993.

GOLDENBERG, M. Sobre a invenção do casal. **Revista Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v.1, n. 1, 2001.

GUEDES, D; ASSUNÇÃO, L. Relações amorosas na contemporaneidade e indícios do colapso do amor romântico (solidão cibernética?). **Revista Mal-Estar e Subjetividade**, Fortaleza, v. 6, n. 2, set., 2006.

GUEDES, D. D.; PINHEIRO, C. Considerações acerca da vivência de solidão como fenômeno da sociedade ocidental moderna. **Revista de Psicologia**, Fortaleza, 17 (1/2), 18(1/2), 58-64, 2000.

HICKMAN, T. **Un siècle d’amour charnel**. Paris: Éditions Blanche, 1999.

HUNT, M., **História natural do amor**. São Paulo: Ibrasa, 1963.

KELH, M. R. As duas décadas dos anos 70. In: RISÉRIO, A. et al. **Anos 70**: trajetórias. São Paulo: Iluminuras, 2006. p. 31-37.



LINS, R. N. **O livro do amor**: do iluminismo à atualidade. Rio de Janeiro: Best Seller, 2012. v. 2.

MATOS, M., FÉRES-CARNEIRO, T., JABLONSKI, B. Adolescência e relações amorosas: um estudo sobre jovens das camadas populares cariocas. **Interação em Psicologia**, v. 9, n. 1, p. 21-31, 2005.

NÉRE, J. **História contemporânea**. 2. ed. São Paulo: DIFEL, 1981.

NEVES, A. S. A. As mulheres e os discursos genderizados sobre o amor: a caminho do “amor confluyente” ou o retorno ao mito do “amor romântico”? **Revista de Estudos Feministas**, Florianópolis, v. 15, n. 3, dez. 2007.

PERROT, M. **As mulheres e os silêncios da história**, Bauru: EDUSC, 2005.

RAMALHO, E. F. **Par Perfeito**: um novo espaço virtual para a procura de parceiros amorosos. 2005. Mestrado (Dissertação em Psicologia Clínica) - Departamento de Psicologia do Centro de Teologia e Ciências Humanas da PUC-Rio, Rio de Janeiro, 2005.

ROCHA-COUTINHO, M.L. **Tecendo por trás dos panos**: a mulher brasileira nas relações familiares. Rio de Janeiro: Rocco, 1994.

TANNAHILL, R. **O sexo na história**. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1983.

YALOM, M. **A história da esposa**. Rio de Janeiro: Ediouro, 2001.



Parte II - o Durante...

“O valor das coisas não está no tempo que elas duram, mas na intensidade com que acontecem. Por isso existem momentos inesquecíveis, coisas inexplicáveis e pessoas incomparáveis.”

(Fernando Sabino)





Capítulo 3

Uniões amorosas após namoros breves

*“Cumpra sua obrigação de namorar, sob pena de viver apenas na aparência. De ser o seu cadáver itinerante”
(Carlos Drummond de Andrade)*

Jaqueline Soccol
Edna de Oliveira Corral
Letícia Rosito Pinto Kruel
Patrícia Galdino Lague

No campo das relações sociais sempre houve normas muito claras de como as pessoas devem comportar-se em determinada situação, com quem podem relacionar-se e quais as formas aceitáveis de relacionamento para cada idade, sexo, estado civil, poder econômico, classe social, etc. Quando a questão envolvia os relacionamentos amorosos, as proibições, os tabus e a moral ganhavam ainda mais força e rigidez, por vezes, não contemplando os desejos e as paixões de cada indivíduo.

A família - como um dos primeiros e mais significativos espaços de contato social do indivíduo - recebeu por muito tempo o lugar de aprendizagem das normas sociais e o dever de segui-las fielmente para manter o *status* de bom exemplo a ser seguido. No entanto, a família tradicional como a conhecíamos, pai-mãe-filhos, vêm sofrendo uma série de modificações e atualmente não percebemos mais um padrão único, mas sim a coexistência de diferentes modelos de agrupamento familiar, com novas regras e funções sociais. Hintz (2001) problematiza o conceito tradicional de família e descreve as configurações familiares



que vêm ganhando espaço na pós-modernidade: famílias monoparentais, família reconstituída, uniões consensuais, casais de adolescentes, casais sem filhos, famílias unipessoais, associação de amigos e casais de homossexuais.

As organizações familiares citadas não eram aceitas e sequer imaginadas como possíveis configurações sociais. As relações amorosas também vêm sofrendo muitas mudanças e cada vez mais vêm contemplando os desejos e bem-estar dos parceiros como prioridades em detrimento das normas morais e convencionais. Assim, novas configurações relacionais também surgiram entre os casais. Muitas das uniões que conhecemos atualmente, como os enlances homoafetivos, as relações abertas, os recasamentos, etc., são algumas das novas configurações relacionais que vêm surgindo na pós-modernidade e que há alguns anos eram inconcebíveis.

Um dos fatores que mudou também é a forma como a escolha do companheiro se dá e os motivos que levam ao matrimônio. De casamentos arranjados pelos pais, por interesses econômicos, políticos e pessoais, vemos surgir a livre escolha do cônjuge feita pelo próprio sujeito, motivado pelo amor que sentem um pelo outro (DUARTE; ROCHA-COUTINHO, 2011). Apesar de que muitos fatores mais tradicionais ainda estão presentes atualmente nos motivos de escolha, como escolher um parceiro pela posição social, poder econômico, acúmulo de bens, jogos políticos, etc.

Geralmente os motivos envolvidos na escolha de parceiros para o casamento não são totalmente conscientes, embora, quando se pergunte à pessoa o que a levou a escolher aquele parceiro, ela acredite que a escolha foi consciente, que aconteceu por sua livre e espontânea vontade. Mas os motivos na maior parte deles são influenciados por dinamismos inconscientes. Sendo assim, o modo como as pessoas veem, sentem, imaginam e entendem as relações amorosas remete, antes de tudo, à compreensão que se tem de amor, que é datada e construída de acordo com o contexto social, cultural, religioso, político e econômico específico em que se inserem.



Capítulo 3 - Uniões amorosas após namoros breves

O casamento, apesar de não ser mais prioridade, continua sendo desejado. A escolha pelo casamento, assim como sua manutenção ou ruptura, compreendem aspectos de maior subjetividade. Atualmente, vários são os significados atribuídos a casamento, sexo e amor, e assim cada pessoa tem cada vez mais liberdade de escolher como viver seus relacionamentos (FALCKE; ZORDAN, 2010).

O tempo de relacionamento prévio e a idade em que as pessoas casam, foi se modificando ao longo do tempo. Era comum vermos moças casando muito jovens, por volta dos 14 anos de idade, tendo em vista que desde a primeira menstruação já eram consideradas mulheres e estavam aptas ao matrimônio. Hoje, com a inserção da mulher no mercado de trabalho e com as constantes pressões por capacitação profissional, os jovens vêm optando por dedicar-se aos estudos e consolidar sua carreira de trabalho antes do matrimônio. Aliado a isso, a possibilidade de namorar na casa dos pais e a liberdade para manter relações sexuais antes do casamento colaboram para que a saída de casa seja mais tardia e para o adiamento da união amorosa com o parceiro.

Ao mesmo tempo que a idade e o tempo de relacionamento para a união aumentaram, vemos muitas uniões amorosas ocorrerem após breves namoros - o que ocorre por diversos motivos. Este capítulo pretende discorrer sobre as novas uniões amorosas na atualidade e os fatores que levam casais a se unirem após breves relacionamentos amorosos.

O método utilizado é de caráter exploratório em que se propõe uma reflexão acerca do tema, sem a intenção de formatar modelos ou ser conclusivo a respeito do assunto. As experiências da prática profissional das autoras servirão de base para a compreensão das singularidades que surgem no discurso dos pacientes em terapia de casal a respeito das novas configurações relacionais, assim como os estudos e as leituras de autores da atualidade acerca das mudanças sociais que as famílias, os relacionamentos amorosos e o amor vêm sofrendo.



Novas uniões amorosas

O amor romântico permeou as relações e a construção subjetiva dos indivíduos nos séculos XVIII e XIX. As relações amorosas eram construídas com base na idealização do outro e da relação, sendo, portanto espaço de muitas expectativas. Tal tipo de amor está vinculado a casamento, fidelidade, maternidade e ao patriarcalismo. Assim, casamento, amor e sexualidade, no transcorrer do tempo, passaram e passam por inúmeras mudanças, muitas destas em resposta às transformações econômicas e sociais que levam os casais a reverem suas idealizações. Novas maneiras de amar e de se relacionar se constroem continuamente e vem modificando em muito a intimidade e a vida pessoal (ARAÚJO, 2002).

Há neste começo de século XXI, como explicam Falcke e Zordan (2010), uma pluralidade de modelos de conjugalidades, desde casamentos com vínculos legais até coabitantes temporários ou definitivos. Casais heterossexuais, homossexuais. Casais que escolhem não ter filhos até os que fazem inúmeras inseminações artificiais. Casais que dividem tarefas domésticas e a manutenção financeira da casa e optam por dupla carreira, ou seja, os dois investem na sua vida profissional. Casais em que a mulher investe na vida profissional, enquanto o homem cuida da casa e dos filhos. Enfim, são inúmeras as possibilidades de arranjos.

Neste movimento de transformação da intimidade, a tendência é que a sociedade vá gradativamente assimilando e aceitando várias novas configurações de relacionamentos. A seguir, discutiremos alguns dos novos modelos de união amorosa na contemporaneidade.

Coabitação

As uniões atuais estão baseadas no modelo tradicional de casamento, mas também incorporam novas formas de relacionamento. Antes a regra era o namoro e depois o casamento. Já atualmente muitas vezes também é denominada de namoro uma relação em que os parceiros coabitam, sendo esta considerada por muitos casais como uma etapa pertencente ao namoro antes do casamento (PASCOAL, 2010).



Capítulo 3 - Uniões amorosas após namoros breves

Por coabitação entende-se a convivência na mesma casa, sem serem casados, por um sucessivo período de tempo. Pode acontecer de um parceiro mudar para a casa do outro, ou para a casa dos pais de um deles; enfim, há muitas possibilidades. Muitos crêem que morar juntos antes do casamento é uma boa maneira de testar a relação. Pascoal (2010) salienta que a escolha por morar junto pode se dar por diferentes motivos, por questões econômicas, por estarem passando muito tempo juntos na casa de um ou de outro, pelas facilidades que o morar junto proporciona, por quererem passar mais tempo juntos, para poderem ter mais intimidade, para fazer um teste antes do casamento, etc.

Ainda segundo Pascoal (2010), coabitação parece ser mais fácil de desfazer do que um casamento civil, e, além disso, proporciona a possibilidade de liberdade e independência da vida de solteiro, associado às vantagens emocionais, sexuais e econômicas do casamento. No entanto, estas mesmas vantagens podem acabar por favorecer a resolução pelo casamento muitas vezes em função de pressão social, situação financeira, etc., uma vez que estas questões dificultam por vezes o término da relação. A autora também refere outra situação comum de acontecer que é de os casais passarem a coabitar, sem, no entanto, terem refletido e assumido esta decisão, ou seja, quando percebem estão morando juntos sem terem ainda estabelecido um compromisso mútuo de fato.

Um estudo de Lisboa realizou 48 entrevistas e diferenciou oito perfis de coabitação conjugal: a coabitação moderna, circunstancial, de noivado, masculina, de transgressão, de tradição, instável e de experimentação (SANTOS, 2008). Dentre os resultados obtidos, chama a atenção o fato de que as coabitações de perfil transitório para uma união formal revelaram alta expectativa de autonomia e liberdade, assim como normas mais flexíveis para que se atinja tal condição. O amor e a liberdade individual são vistos como conciliáveis na coabitação, mas o deixam de ser assim que se caminha para uma união formalizada e institucionalizada. Já no perfil moderno de coabitação, não houve diferentes representações acerca do casamento e da coabitação, ocorrendo uma desvinculação entre casamento e entrada na conjugalidade e entre



casamento e entrada na parentalidade. Isso evidencia que este grupo de coabitantes não é afetado pela instituição matrimônio.

Embora as pessoas tenham muitas expectativas e idealizações a respeito de relacionamento, casamento e do (a) parceiro (a), no que se refere à coabitação parece que as exigências são menores, fazendo com que mesmo não sendo ainda o parceiro ideal, não encontrem problemas para coabitar. O casamento pode ir sendo adiado em função de estudos, formação profissional e investimento na carreira e ao mesmo tempo na medida em que vão adquirindo independência, vai aumentando a liberdade de escolhas (PASCOAL, 2010).

O fenômeno “Namorido”

Esta modalidade de relacionamento é caracterizada por uma união após um breve namoro, sendo o termo “namorido”, uma mistura de namorado e marido. Assim nesta configuração de relacionamento, os namorados passam a morar juntos, não sendo mais apenas namorados, mas somando características próprias do relacionamento de marido e mulher ao coabitarem. Este termo tem se popularizado muito e servido para definir membros coabitantes que já não se sentem apenas namorados, devido à intensa convivência e divisão de um lar, mas ao mesmo tempo não legitimaram a união através da assinatura de um contrato de união estável, por exemplo, ou do ritual do casamento tradicional.

De acordo com Duarte e Rocha-Coutinho (2011), neste modelo, no momento em que o casal passa a morar juntos, não há necessariamente um planejamento sobre a oficialização futura da união, podendo esta ocorrer ou não. Uma das vantagens deste tipo de união em relação ao casamento tradicional é que, por não ser oficializada, a união pode ser desfeita com mais facilidade, ao mesmo tempo que necessita de maior cuidado e comprometimento para que ela se torne duradoura.

Na maioria das vezes, a permanência junta em uma casa vai ocorrendo de forma gradual, em que um vai ficando mais na casa do outro até que se dão conta que praticamente estão morando juntos. É



Capítulo 3 - Uniões amorosas após namoros breves

comum conversarem sobre morar juntos só depois que, na prática, isso já esteja ocorrendo. O fator econômico acaba pesando bastante para tal decisão, já que os custos em manter dois apartamentos, quando se passa a maior parte do tempo ao lado um do outro, parece ser desnecessário (DUARTE; ROCHA-COUTINHO, 2011).

Um estudo carioca com cinco mulheres com idades entre 27 e 37 anos, que vivem uma relação do tipo “namorido” há pelo menos um ano, mostrou que há menos compromissos e deveres de um companheiro para com o outro. Não há obrigação de dar satisfações ao cônjuge, de participar da vida do outro e nem de conhecer a família de origem do (a) namorado (a). Outro fator que define essa relação é que ela deve durar enquanto estiver trazendo satisfação aos parceiros, não havendo comprometimento quanto à durabilidade da união e nem obrigação de terem filhos. No entanto, constataram que essa relação em muito se assemelha aos casamentos contemporâneos já que para as entrevistadas o fato da relação não ser oficializada não diminuía o comprometimento existente entre os namorados (DUARTE; ROCHA-COUTINHO, 2011).

O breve período de namoro e a rápida união refletem o funcionamento comum da contemporaneidade, em que o hoje é privilegiado, devendo ser vivido intensamente e com urgência. De acordo com Duarte e Rocha-Coutinho (2011):

‘namorido’ parece ser uma modalidade de relacionamento resultante do individualismo exacerbado das sociedades contemporâneas em que os vínculos afetivos são mais fluidos e maleáveis. Nele, os indivíduos buscam uma satisfação pessoal instantânea nos relacionamentos amorosos, dispensando, assim, um tempo maior para o conhecimento mútuo (p. 117).

União estável

Conforme o artigo 226 da Constituição (1988) tanto o casamento quanto a união estável, são entidades familiares que tem o mesmo



status e a mesma importância jurídica. De acordo com a legislação, para que a união estável seja reconhecida é preciso que seja pública, contínua e duradoura. Os requisitos que caracterizam a união estável são um tanto subjetivos principalmente no que diz respeito ao tempo de relacionamento, pois o que a lei diz é que a relação tem que ser duradoura.

No caso de dissolução da relação onde estejam envolvidos filhos, divisão de bens, pensão, é necessário que esta relação seja reconhecida e isto pode ser feito através de correspondências, fotografias, depoimentos de amigos e tudo mais que puder servir para sua comprovação. As regras seguidas são as da comunhão parcial de bens.

Embora legalmente a união estável se diferencie do casamento apenas no que se refere à burocracia exigida para o casamento – na união estável basta que uma escritura pública seja lavrada em cartório (se assim os parceiros decidirem) – parece que o fato de não haver a formalização civil pode aliviar a responsabilidade com o compromisso assumido, tornando-a mais possível em muitos casos. Por se tratar de uma união estável parece que alguns casais se comprometem um pouco menos do que com os casamentos tradicionais, visto que este tipo de união aparentemente configura-se como uma etapa anterior ao casamento e ainda pode ser um “teste” para a relação.

Além disso, muitos casais que coabitam, resolvem fazer um contrato de união estável por outros motivos que não a decisão de uma formalização da relação. Um dos motivos mais comuns envolve o acesso aos benefícios trabalhistas de um dos cônjuges, como o usufruto do plano de saúde, o recebimento de auxílio-creche (no caso de já terem filhos), e como garantia futura, para recebimento de pensão no caso do falecimento de um dos companheiros.

Casamento contemporâneo

O casamento passou por uma série de modificações e na contemporaneidade assume novas características, apesar de manter atributos do modelo tradicional. Um estudo sobre amor, casamento e sexo,



Capítulo 3 - Uniões amorosas após namoros breves

com jovens adultos com idades entre 20 e 31 anos, residentes no RS, constatou que embora o casamento continue sendo importante e desejado, esse não se encontra entre seus principais projetos de vida. Com relação ao amor, este não é mais visto como algo eterno e exclusivo. O estudo também mostra que com relação aos papéis conjugais há uma transição entre os velhos e novos modelos (FALCKE; ZORDAN, 2010).

As mudanças sociais como o movimento feminista, que buscava o reconhecimento e a liberdade da mulher; a pílula anticoncepcional, com a possibilidade de escolha com relação a maternidade; a possibilidade do divórcio, pondo fim à manutenção dos casamentos sem que haja sentimentos mútuos; todas essas questões foram transformando os relacionamentos e o casamento como o conhecíamos. Consoante, as acentuadas transformações dos papéis femininos e masculinos que vêm ocorrendo no decorrer especialmente, das últimas décadas, tanto no campo social, como profissional e familiar, vêm refletindo nas relações amorosas e sexuais e, conseqüentemente também, no modelo de casamento (FALCKE; ZORDAN, 2010).

As relações, que resultaram a partir dessas mudanças, baseiam-se na igualdade e nos princípios democráticos. Hoje além da relação igualitária entre os parceiros, é bastante valorizado o companheirismo, a cumplicidade, o respeito, a mútua individualidade e não se compreende mais a manutenção de uma relação sem que haja amor. Importa a intensidade e não mais a eternidade. O casamento, portanto não é mais para sempre. Cada vez mais rápida pode ser a decisão de casar-se, mas também, se não der certo, a decisão de separar-se e buscar uma nova relação (ZORDAN; FALCKE; WAGNER, 2009).

Outra mudança nos casamentos contemporâneos refere-se à necessidade de dividir as tarefas domésticas entre os parceiros, já que ambos trabalham fora e quando voltam para casa precisam dar conta dos afazeres do lar. Apesar da transição existente, as tarefas da casa ainda parecem ocupar o lugar das obrigações femininas, sendo que os homens apenas oferecem ajuda e não se responsabilizam igualmente



pelos serviços cotidianos (JABLONSKI, 2010). Esse funcionamento pode acabar sobrecarregando as mulheres, que vivenciam verdadeiras jornadas duplas.

É interessante observar que a mulher jovem, influenciada pelas mudanças sociais e culturais, traz um discurso de independência, em função da entrada no mercado de trabalho, assim como pela possibilidade de escolha com relação a maternidade (já que esta não mais é vista como prioridade e incontestável), e também sobre a importância de dar atenção as suas questões pessoais e individuais. No entanto, nem sempre este discurso é compatível com a prática, uma vez que frequentemente, encontram-se mulheres que querem casar nos moldes tradicionais e exercer seus papéis de dona de casa e mãe (CARVALHO; PAIVA, 2009).

Assim, apesar do casamento oficial não ser mais algo prioritário para os casais, o ritual e a simbologia do casamento permanece sendo importante para as mulheres o que pode estar demonstrando ainda a permanência de um ideal romântico projetado sobre o ritual do casamento. Contudo, parece que hoje não há mais uma exigência social com o casamento e este se torna cada vez mais uma opção do casal (FALCKE; ZORDAN, 2010).

Fatores que levam a uniões amorosas após breve namoro

Refletindo sobre as novas configurações amorosas na contemporaneidade, constatamos que existem vários fatores que levam casais a se unirem após breves períodos de namoro.

As mudanças sociais, econômicas e tecnológicas são responsáveis pelo surgimento de um novo olhar sobre o amor, o casamento e as relações amorosas. Assim, a vivência do amor como algo fluido, efêmero e intenso associado à facilidade para separação, que a pós-modernidade suscitaram, permitiram uma mudança de padrão nas relações amorosas, a saber: a possibilidade de uma união mesmo com um breve período de relacionamento anterior.



Capítulo 3 - Uniões amorosas após namoros breves

Existem aspectos desenvolvimentais que servem de disparadores das uniões amorosas como o jovem adulto que está numa fase de vida em que a busca por um relacionamento amoroso e a consequente construção do “nós” se torna mais premente, o que faz desta uma fase rica em decisões relacionais (PASCOAL, 2010). Assim como, um casal jovem que engravida de forma inesperada (e sente-se pressionado a unir-se sem a certeza de que esta é a melhor decisão), da mesma forma que uma mulher com idade avançada pode sentir-se apressada em encontrar o homem certo (já que seu relógio biológico para a gestação começa a ficar com os dias contados) podem ser aceleradores das uniões amorosas.

Assim, traremos alguns aspectos referentes a questões do desenvolvimento biológico e emocional e de mudanças na sociedade contemporânea, que podem funcionar como disparadores das uniões relacionais após namoros breves.

As mudanças sociais, econômicas e tecnológicas como palco das mudanças relacionais

Na contemporaneidade, embora prevaleça o modelo de amor romântico, este vem sofrendo interferências próprias das constantes mudanças na sociedade, como a luta das mulheres pela igualdade tanto na área profissional quanto pessoal e afetiva, o aumento da violência urbana, o aumento da carga horária de trabalho, as facilidades trazidas pela tecnologia (TV, computador, celular, etc.). Assim, se por um lado essas transformações viabilizam contatos não presenciais (inclusive relacionamentos amorosos via internet), ao mesmo tempo acarretam menos contatos direto entre as pessoas (GUEDES; ASSUNÇÃO, 2006).

Todas estas mudanças trouxeram uma cultura do narcisismo, com uma necessidade de valorização do corpo – que é constantemente reforçada pela mídia –, o aumento na aquisição de bens de consumo para satisfação narcísica, problemas de comunicação, dificuldades financeiras, assim como o uso de drogas para diminuir o estresse e a dificuldade de suportar a solidão (GUEDES; ASSUNÇÃO, 2006).



Em consequência, as relações amorosas tornaram-se efêmeras, mantidas somente enquanto o relacionamento for bom para ambos, com espaço para a conjugalidade junto com a garantia da individualidade, em que a fidelidade sexual é decidida pelo casal e onde há um espaço importante para o investimento profissional dos parceiros (GUEDES; ASSUNÇÃO, 2006).

A sociedade contemporânea adotou como importante característica o individualismo. Isto de acordo com Castells (2000) acontece por dois motivos: pela lógica liberal do capitalismo e pela tecnologia de informação. Segundo Guedes e Assunção (2006), a tecnologia de informação altera as relações do homem com o trabalho, na medida em que este pode ser dispensado como força de trabalho e mantém uma exigência de estar constantemente se aprimorando para se manter atualizado diante das rápidas mudanças tecnológicas. Da mesma forma, altera as relações interpessoais aumentando as diferenças econômicas e sociais, assim como tornando-as efêmeras e descartáveis. Influencia também nas relações geracionais, na medida em que essas são redimensionadas com as novas e diferentes possibilidades de reprodução e constituições familiares, quais sejam, inseminações, famílias monoparentais, homoparentais, etc. Na pós-modernidade, as opções aumentaram rapidamente.

Diante das transformações do mundo contemporâneo e do aumento de relações virtuais, o amor romântico fica difícil de ser sustentado, uma vez que a não existência de uma interação presencial e sim através de “virtualismos”, produz uma comunicação psicologicamente distante ao mesmo tempo em que, contraditoriamente, possibilita apoio psicológico e senso de pertencimento. A tecnologia ao facilitar a proximidade nas atividades cotidianas, torna as pessoas mais independentes e autônomas. Interessante observar que quanto mais possibilidades de encontros são oferecidas, mais sozinhas as pessoas estão se sentindo. Este progresso todo trouxe um aumento do isolamento e solidão das pessoas, advinda da inabilidade de formar ou manter relações afetivas. Há uma ênfase na importância da liberdade e independência para desta maneira não se fragilizar quando o outro for embora. É preciso se



Capítulo 3 - Uniões amorosas após namoros breves

proteger se tornando autossuficiente – ideia que a tecnologia reforça (GUEDES; ASSUNÇÃO, 2006).

Carvalho e Paiva (2009) salientam que outra razão que torna as relações mais fluidas é o fato das pessoas pensarem que sempre existe a possibilidade de encontrar um parceiro melhor do que o atual. Isto é fruto da sociedade consumista que impulsiona a buscar sempre algo novo, melhor, diferente, ao invés de aprender a conviver e aceitar as diferenças. Segundo os autores, esta busca constante pelo parceiro ideal dificulta encontrar um único parceiro, provocando trocas constantes, o que aumenta a sensação de solidão. E como existem muitas possibilidades e também há liberdade de escolha e de experimentação, além de um aumento significativo na estimativa de vida, torna-se difícil o comprometimento para toda uma vida, uma vez que todos podem querer alguém diferente a qualquer momento.

Atualmente, as relações são de entrega somente enquanto os parceiros encontram satisfações. É preciso reciprocidade para não viver uma solidão a dois, e neste caso a escolha pelo rompimento da relação ao invés da manutenção por hábito ou acomodação tornou-se facilitada, através do divórcio.

A sociedade atual está criando uma nova ética do relacionamento, tornando-os cada vez mais frágeis. O amor de hoje parece confuso em alguns momentos, pois ao mesmo tempo em que as pessoas mantêm uma convivência e têm o desejo de compartilhar objetivos e projetos de vida, interrompem esses planos de um dia para o outro, como se a vida exigisse rapidez e os sentimentos tivessem que ser consumidos e descartados.

Além disso, cabe ressaltar que as relações humanas estão cada vez mais flexíveis, porém isto pode gerar níveis de insegurança e ansiedade nos parceiros. Já que, atualmente, em alguns relacionamentos as pessoas estão sendo tratadas como “mercadorias”. Ou seja, mantenha-os enquanto eles te trouxerem satisfação e os substitua por outros que prometam ainda mais satisfação.



Atualmente, nos casais recém-formados parece muito fácil dizer “eu te amo” e isto pode contribuir para a sensação de insegurança, já que não existe mais a responsabilidade de estar mesmo amando. A palavra amor vem sendo usada sem as pessoas saberem direito o que sentem, sem conseguirem definir a diferença entre amor e paixão, por exemplo, e utilizarem esta palavra mesmo que incorretamente (BAUMAN, 2004). É fundamental apontar que o amor não é um “objeto encontrado”, mas um produto de um longo, e muitas vezes difícil, esforço, e de boa vontade de ambos para com a manutenção do relacionamento (BAUMAN, 2004).

Aspectos desenvolvimentais como disparadores das uniões amorosas

- Gravidez não planejada

Um fator que colabora para a ocorrência de uniões repentinas é o fato do casal de namorados engravidar, sem que tenha havido um planejamento anterior para isso. Alguns optam por manter o namoro e não morar juntos. No entanto, ainda que a sociedade esteja aceitando novas configurações, ainda é forte a pressão social para que pais sejam também cônjuges. Tal questão faz com que muitos casais decidam por uma união rápida, mesmo que não estivessem cogitando dar tal passo antes de terem engravidado. Este enlace pode se dar de várias formas, desde a coabitação até o casamento formal.

Quando ocorre em casais de adolescentes, é comum que a decisão pela união e pela divisão dos cuidados com o bebê sejam feitas também pelos pais dos jovens e não apenas pelo casal (HINTZ, 2001). Adolescentes que decidirem morar juntos (já que terão um filho), vivenciarão fortes interferências de suas famílias de origem, já que necessitarão de apoio financeiro, emocional e de instruções práticas referentes às novas demandas de cuidados com a casa, com o casamento e com o bebê.

No entanto, se a gravidez inesperada ocorre em um casal de namorados jovens adultos que possui independência financeira ou adultos



Capítulo 3 - Uniões amorosas após namoros breves

maduros, mesmo advindo de uniões anteriores, a decisão pela formalização da relação ocorre como uma opção a ser discutida pelo casal. Assim, tende a não ter tanto peso a pressão das famílias de origem, já que o casal possui maior independência e maturidade para lidar com as novas demandas e poder decidir com mais privacidade.

- Relógio biológico feminino

As gestações entre mulheres com mais de 35 anos têm aumentado tanto no Brasil como no mundo. Os motivos para que isto ocorra são diversos, tais como o desejo em investir na formação e na carreira profissional primeiramente, a postergação da época do casamento, a constituição de novas uniões, a grande e diversificada disponibilidade de métodos contraceptivos e também problemas de infertilidade (RAVENA et al., 2012).

Nos Estados Unidos, entre os anos de 1991 e 2001, o percentual de primeira gestação de 35 a 39 anos e de 40 a 44 anos aumentou em 36% e 70%, respectivamente (HEFFNER, 2004). O Ministério da Saúde Brasileiro considera fator de risco gestacional preexistente a idade materna maior que 35 anos, o que exige atenção especial durante a realização do pré-natal (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2010).

O número de mulheres que engravidam numa faixa etária mais avançada é significativo e mulheres de 35 a 39 anos, por exemplo, correm risco duas a três vezes maior de mortalidade materna do que as mulheres com idade na casa dos 20 anos. Este risco é ainda mais acentuado para as mulheres com 40 anos ou mais (BERG et al., 2003). As gestações de mulheres de idade materna avançada são consideradas como gestações de alto risco, em decorrência principalmente da incidência crescente de síndromes hipertensivas, maior ganho de peso, presença de obesidade, miomas, diabetes, aborto e cesárea (CLEARY-GOLDMAN et al., 2005).

Quando a mulher se aproxima dos 35 anos de idade, o relógio biológico alerta que há pouco tempo para uma gestação. Apesar das



mudanças que discutimos, a vivência da maternidade a partir de uma gestação própria continua sendo o sonho de muitas mulheres. Assim, com a idade avançada, as mulheres investem numa relação amorosa rapidamente, nem sempre escolhendo um parceiro, mas um pai para seu filho. Deixam de ter relacionamentos curtos e passam a buscar um companheiro para rapidamente avançar no relacionamento, objetivando uma relação mais sólida, com a perspectiva de uma união amorosa e da geração de filhos. Todas estas questões podem influenciar bastante no fato do namoro ser breve, visto que nesta etapa do ciclo vital a idade biológica da mulher, muitas vezes, não “pode esperar” a consolidação da identidade do casal.

Desafios a serem enfrentados nas uniões amorosas após namoros breves

A etapa do ciclo de vida familiar mais complexa e difícil é a construção de uma nova família a partir da constituição de um casal (CARTER; MCGOLDRICK, 1995) - independentemente do fato de se apenas coabitaram ou, de fato, oficializarem a união. As tarefas básicas desta etapa estão relacionadas à necessidade de ajustamento em relação aos hábitos e rotinas de cada um, às expectativas com a união e com o cônjuge, à construção da intimidade, o risco da fusão, a decisão pelo momento ideal de ter filhos, negociações sobre o uso do dinheiro, divisão das tarefas domésticas, etc. Uma série de novidades que impõem aos companheiros grandes desafios a serem vencidos na convivência.

Além disso, os casais que se unem possuem uma difícil tarefa de aprender rapidamente a enfrentar e resolver as dificuldades que surgem no curso da vida a dois. A capacidade de enfrentar problemas rapidamente exige do casal muita maturidade e flexibilidade.

Outra questão importante num sistema conjugal é o equilíbrio do poder. Ou seja, casais funcionais conseguem manter uma complementariedade diante das obrigações e ao mesmo tempo um sentido de igualdade e de liderança compartilhada. Por outro lado, casais disfuncionais apresentam um desequilíbrio de poder. Inicialmente isto pode não



Capítulo 3 - Uniões amorosas após namoros breves

gerar grandes conflitos, mas com o passar do tempo este desequilíbrio persistente na relação pode levar a sintomas de depressão ou até à diminuição no desejo sexual (ANDOLFI, 2002).

Assim, além das questões próprias desta etapa do ciclo vital - a constituição de uma nova família a partir da união conjugal - muitos serão os desafios que os casais que decidem unir-se após um curto período de relacionamento precisam enfrentar. Para alguns autores como Giddens (1993) e Bauman (2004), as uniões amorosas consumadas após um breve período de namoro não trazem um sentimento de segurança, porque não permitem o tempo necessário para que os cônjuges possam desenvolver fatores importantes no relacionamento, como a construção da intimidade e da cumplicidade, para a vivência de segurança numa relação.

No entanto, em nossa prática clínica, temos observado que o tempo de relacionamento curto não é um fator determinante do nível de satisfação conjugal, e ao contrário do que se pensa, não prediz naturalmente o insucesso da união. Apenas exige engajamento para superação dos desafios, já que algumas etapas, que comumente são vivenciadas antes da união, serão vividas quando o casal já estiver morando junto.

A construção da intimidade conjugal

Intimidade não acontece automaticamente, apenas vivendo na mesma casa, mas sim é algo que precisa ser construído na convivência. Assim, conviver não é sinônimo de ser íntimo, apesar de muitos acreditarem nisto. As pessoas desejam se relacionar por terem a necessidade de afeto, atenção e aceitação, ou seja, por serem seres sociais/relacionais. O ser humano tem uma demanda de amor - busca amar e sentir-se amado. Isto significa que busca nas relações (na maioria das vezes de forma inconsciente) essa sensação primária de plenitude e de segurança, refletida em maior grau nas relações de intimidade.

É fundamental diferenciar a intimidade emocional da intimidade física, pois muitas pessoas fazem confusão entre esses dois conceitos.



Cada vez mais cedo, os casais estabelecem uma intimidade física, porém, muitas vezes, não conseguem estabelecer uma intimidade emocional, que só é possível a partir de uma relação próxima, construída à base de confiança mútua. Confiar significa acreditar que será aceito do jeito como é, para assim conseguir compartilhar tanto as qualidades quanto as vulnerabilidades e inseguranças. No entanto, expor as fragilidades pode ser muito amedrontador, pois carrega o peso da falha e a dificuldade em tolerar o fracasso.

Dessa forma, é importante confiar em si mesmo, na capacidade de ser genuíno, percebendo o que tem para oferecer numa relação tranquila e prazerosa com o outro, para ter a coragem de se mostrar. Portanto, para construir uma relação de intimidade com alguém é preciso estar atento a esse processo de busca de si mesmo, à sua capacidade para amar e principalmente, para sentir-se amado.

Intimidade implica também em entrega. É uma via de mão dupla, contrária ao individualismo do mundo contemporâneo. É necessário desenvolver confiança, para poder se entregar sem medo do que o outro vai pensar, possibilitando viver um relacionamento inteiro, intenso e duradouro. O parceiro deve ser visto como um sujeito com seus desejos próprios e deve ser tratado com respeito e não visto como uma “mercadoria” que pode ser descartada quando não mais interessar.

Portanto, ser íntimo é ser cúmplice, é estar ao lado do outro e tal postura não depende necessariamente do tempo de namoro, mas da maturidade emocional dos cônjuges, da sua visão acerca das relações amorosas e de sua disponibilidade para a relação. A convivência diária possibilitará que os companheiros desenvolvam a intimidade, a confiança e a entrega necessárias para uma união amorosa duradoura e satisfatória.

Estabelecimento das etapas do ciclo vital individual e conjugal

As etapas dos ciclos de vida individual e do ciclo do casal ocorrem de uma forma relativamente sucessiva, de uma ordem que vai de



Capítulo 3 - Uniões amorosas após namoros breves

um menor grau de complexidade a um maior grau. Assim, a mudança rápida de uma etapa para a outra ou, até mesmo, pular etapas, por vezes, não permite a elaboração das tarefas básicas de cada fase, assim como limita a consolidação das novas aquisições e as adaptações necessárias a cada período.

Refletir sobre o momento do ciclo vital em que cada parceiro encontra-se quando decide unir-se é relevante pelas implicações que trazem ao relacionamento. Assim, como é fundamental diferenciar o momento do ciclo vital do casal em que a união ocorre. Portanto neste tópico, traremos algumas considerações a respeito das etapas dos ciclos individual e conjugal mais relevantes no caso de uniões após namoros breves.

O indivíduo possui um ciclo de vida próprio construído socialmente, em que as etapas vão ocorrendo a partir das necessidades biológicas, emocionais e sociais de cada período. A adolescência é uma fase complexa do ciclo vital onde é vivenciado uma série de transformações biológicas, psíquicas e sociais. Uma das questões psicossociais da adolescência diz respeito à possibilidade de estabelecer uma relação afetiva e a aprendizagem da vivência de intimidade. Para tanto é necessário buscar sua identidade pessoal, diferenciando-se da família e buscando novas relações fora do contexto familiar. Este processo possibilitará a manutenção do eu dentro da relação, que é um dos fatores fundamentais para o estabelecimento de uma relação conjugal, uma vez que a pouca diferenciação pode causar numerosos conflitos na busca de que suas necessidades sejam atendidas pelo parceiro.

Este processo demanda tempo para o amadurecimento e para estar preparado para fazer talvez uma das mais importantes escolhas da vida adulta, que é a do parceiro. Mas se este processo do adolescente ou do jovem é por algum motivo apressado e acontece junto com a coabitação, pode trazer uma série de dificuldades para os companheiros. Como é o caso da gravidez adolescente, na qual a passagem prematura para a parentalidade por si só já é demasiado estressante. Também a situação em que adolescentes se casam sem terem sua identidade for-



mada, geram grandes conflitos com as mudanças de personalidade que ainda viverão, trazendo por vezes a sensação de que a pessoa com a qual se casou não é mais a mesma, mudou definitivamente e não parece mais interessante neste novo momento de sua vida.

O casal possui um ciclo de vida próprio com fases relativamente previsíveis no que se refere a sequência, porém não temos como saber quanto tempo irá durar cada fase. Cabe apontar que, assim como a família e o indivíduo apresentam um ciclo de vida que depende do momento de amadurecimento em que se encontram, o casal também apresenta diferentes fases. Em ambos os ciclos existem momentos críticos, de transição e de crise.

O ciclo de vida no casal inicia-se em estágios anteriores ao casamento (união), visto que desde o início é influenciado pela família de origem de cada um. A conjugalidade promove uma série de mudanças, quais sejam no desenvolvimento pessoal de cada um dos parceiros, na relação entre os dois, na relação entre eles e as famílias de origem, na relação com os amigos, enfim, entre eles e todos os sistemas em torno deles (PASCOAL, 2010).

A primeira fase, o apaixonar-se, exige o reconhecimento do amor, em que ambos tentam ativamente estabelecer uma forte conexão. Nesta etapa, vivencia-se um momento da vida a dois repleto de fantasias, expectativas e idealizações, em que o casal se vê como uma unidade e onde o outro ainda não é visto como de fato ele é, mas através deste véu do enamoramento. A idealização do parceiro é tão completa, que não se consegue reconhecer e perceber os defeitos do outro (SATTLER et al., 1999). No decorrer do tempo de convívio, estas expectativas irrealistas podem tornar-se frustrantes na medida em que cada um vai conhecendo como o outro é de fato, deixando de atender as suas necessidades que foram projetadas no parceiro. Assim, as grandes expectativas e as idealizações do outro e de si mesmo, a falta de maturidade, entre outras questões, podem trazer conflitos que se o casal não conseguir resolver para manter a relação, acaba resultando numa separação, que é sempre vivida de forma dolorosa.



Capítulo 3 - Uniões amorosas após namoros breves

Todavia se o casal já nesta etapa do enamoramento for morar junto, pode “correr o risco” de rapidamente pular para a fase seguinte do ciclo e não conseguir tolerar/suportar os defeitos, ilusões e imperfeições do outro quando estas surgirem. Também nesta fase é difícil conseguir estabelecer de forma realista todas as combinações necessárias de um relacionamento, visto que na fase de enamoramento ambos podem apresentar-se mais flexíveis e tolerantes, quando na verdade, não são bem desta maneira. Para passarem para outra fase que é a da estabilidade os casais devem se desfazer das ilusões e aceitar quem eles são e o que realmente têm na relação. Para isso, tolerar as imperfeições e defeitos exige das pessoas muita maturidade, e nem sempre ambos possuem condições emocionais para tal.

A consolidação da identidade conjugal X a manutenção da individualidade

Uma relação passa por diferentes etapas, e a maneira como estas serão vivenciadas vai depender do que cada um traz para o casamento, e de como vai se dar a combinação das histórias pessoais. Entende-se que nenhum casal inicia uma relação a partir do zero, pois cada indivíduo tem um sistema de crenças e de expectativas em relação ao casamento, estruturado a partir das experiências na sua família de origem e de relacionamentos afetivos anteriores.

Faz-se necessário um período de readequação das individualidades e de construção da conjugalidade, adquirindo um senso de pertencimento àquela díade e ao sistema conjugal composto pelos cônjuges. Esta complexidade, exige do casal a habilidade de negociação, além do aprendizado de respeitar o tempo que cada um precisa para resolver as reestruturações e colocar-se aberto para as mudanças. A conjugalidade é construída com tudo o que cada parceiro leva para relação, suas histórias individuais, seus sonhos, expectativas, sua mitologia do amor e do casamento, enfim tudo o que a constitui.

Dessa forma, é sem dúvida uma grande aprendizagem fazer parte de um casal, tendo cada um sua individualidade e, é ao mesmo



tempo, um exercício contínuo cuidar da individualidade e consolidar a identidade conjuga. É importante para a construção da conjugalidade que os parceiros estejam minimamente resolvidos em suas identidades individuais, para que possam preservar o “eu” dentro do casal, criando desta forma mais possibilidades de viver a intimidade sem perder a individualidade, assim como a probabilidade de se manter inteiro diante dos conflitos conjugais.

O risco da fusão nos companheiros que se casam após um curto período de namoro, e assim encontram-se na fase de apaixonamento, é grande, já que a idealização do outro é intensa neste período. Sattler et al. (1999) aponta que no início da relação não há espaço para a percepção das dificuldades ou dos defeitos do parceiro - e tem que ser assim, para propiciar a união. No entanto, a idealização precisa ceder espaço às percepções mais realistas do outro, diminuindo a fusão inicial. Carter e McGoldrick (1995) ressaltam a diferença existente entre usar o relacionamento amoroso para sentir-se completo elevando a autoestima e estabelecer uma relação íntima com uma pessoa separada de si e com desejos próprios.

Sabe-se que os ideais individualistas estimulam a autonomia dos cônjuges, enfatizando que o casal deve sustentar o crescimento e o desenvolvimento um do outro, ao mesmo tempo em que surge a necessidade de vivenciar a conjugalidade, a realidade comum do casal, os desejos e projetos conjugais. Ou seja, para fortalecer a conjugalidade é necessário ceder diante das individualidades (FÉRES-CARNEIRO, 1998). Assim, é muito importante para o bom funcionamento de um casal, a adequação entre a coesão e a diferenciação. Os casais saudáveis conseguem encontrar um equilíbrio entre proximidade e respeito ao distanciamento e às diferenças individuais (ANDOLFI, 2002).

Portanto, os primeiros anos de convívio exigem mais flexibilidade e paciência, e mais ainda se o casal namorou e casou rapidamente. As demandas trazidas por uma união afetiva após breve namoro, poderão ser mais difíceis de serem resolvidas levando-se em consideração que o casal, além das questões expostas acima, tem a necessidade de conhecer



Capítulo 3 - Uniões amorosas após namoros breves

um ao outro, de forma que todas as complexidades são experienciadas ao mesmo tempo, num momento em que a identidade de casal ainda está em fase de consolidação.

Estas serão vivenciadas de maneira diferente dependendo da idade, da maturidade e do grau de diferenciação de cada um dos cônjuges, assim como da situação em que se deu esta união. Se a união acontece em função de uma gravidez, torna-se mais laborioso dar atenção às questões conjugais, e mais ainda se os cônjuges forem adolescentes. Uma frágil intimidade pode dificultar o estabelecimento da conjugalidade e isto se torna mais difícil se somado a questão da parentalidade.

Nem tudo são espinhos nesse processo...

Discutimos vários motivos que levam à decisão por uma relação amorosa após um breve namoro e toda a problemática envolvida nesta situação. No entanto esta decisão também traz diversos aspectos positivos:

- a não existência de mágoas anteriores, já que o casal ainda encontra-se na fase de apaixonamento e não possui tempo suficiente para ter um grande histórico de mágoas mútuas que dificultam o relacionamento. Assim, diferentemente de relações mais longas em que existem mágoas por diferentes motivos, tais como, problemas de comunicação, dificuldades em relação às famílias de origem, dificuldades financeiras e também por questões relacionadas à falta de confiança, como questões de infidelidade conjugal, etc.:
- vivência mais intensa da fase da paixão, que é um momento em que o casal tem a necessidade/vontade de estar todo o tempo junto, e que estarão unindo-se exatamente neste momento;
- o apoio mútuo para estruturação das carreiras profissionais de ambos. Se a união ocorrer entre indivíduos jovens, que estão construindo suas trajetórias laborais ou entre indivíduos madu-



ros, que estão reordenando suas escolhas profissionais, arriscando-se em negócios novos ou ainda entre casais de idosos, que estejam preparando-se para a aposentadoria;

- a carga horária de trabalho que muitas vezes é grande, quando os dois estão num momento de investimento em sua carreira profissional, sobrando pouco tempo para o relacionamento. Neste caso, o morar junto possibilita o desenvolvimento e a manutenção da relação;
- a construção do patrimônio financeiro em conjunto, o que cria um senso maior de intimidade e reforça a constituição da identidade do casal, consolidando a conjugalidade. Especialmente nos casos em que o casal é jovem e estão construindo o relacionamento ao mesmo tempo em que estão adquirindo bens e construindo um lar comum ao novo casal;
- a economia de recursos financeiros já que ao coabitar o casal diminui as despesas de dois lares e passa a dividir a de um só, podendo investir em outras áreas individuais, como o desenvolvimento da carreira, ou em áreas mais coletivas, como o planejamento de viagens de lazer da família ou de melhorias no lar, etc.;
- a aprendizagem sobre a administração das questões financeiras, já que desde o princípio da relação podem estabelecer as regras quanto às despesas, o planejamento financeiro familiar e os investimentos financeiros que farão. Se as combinações estiverem claras desde o início da união (coabitação) do casal, provavelmente, este não será, posteriormente, um motivo de conflito que é muito frequente quando os casais passam a morar juntos;
- a evitação da violência urbana e o cuidado de si e do outro, já que, por vezes, o morar junto para as pessoas que estão querendo se ver frequentemente facilita que não tenham que se expor continuamente ao perigo de estar nas ruas nos mais variados horários e locais;



Capítulo 3 - Uniões amorosas após namoros breves

- as relações iniciadas pela internet, facilitam os contatos, mas pelo fato das pessoas morarem em cidades ou países diferentes e distantes decidem unir-se para viabilizar o relacionamento, se conhecer melhor e viverem a paixão.

Assim, morar junto após breve namoro traz vantagens emocionais, econômicas e sexuais, mostrando que “nem tudo são espinhos”, havendo também muitas flores no caminho das uniões amorosas.

Considerações finais

Temos presenciado no decorrer principalmente das últimas décadas muitas transformações nos relacionamentos amorosos, devido às mudanças sociais, econômicas e tecnológicas. Os conceitos de amor, sexo e relacionamentos também foram se modificando.

Quando o amor romântico, que data do século XVIII, passou a ser o ideal de casamento, trouxe com ele a exigência do amor para a união e a criação de expectativas. Esse conceito implica na durabilidade da relação. Como a paixão dura pouco tempo, o amor conjugal que se baseia na paixão, também não dura. Uma alternativa contemporânea é a separação. Não para reparar um erro, mas sim para dar lugar à possibilidade de um novo sentimento, por outra pessoa, outra relação que traga satisfação. O amor paixão tem a propensão de acabar com o tempo, o que fez com que os casais tivessem que redefinir expectativas e idealizações a respeito da instituição casamento no formato mais tradicional.

Atualmente, identificamos uma modernização nas relações e o casamento não é mais necessário para legitimar o início da convivência, apesar de carregar o significado de confirmação da união. No entanto, apesar do casamento não ser mais prioritário, continua sendo desejado. A escolha pelo casamento, sua ruptura ou manutenção compreende aspectos de maior subjetividade dos indivíduos e dos casais. Na atualidade, vários são os significados atribuídos a casamento, sexo e amor e assim cada pessoa tem cada vez mais liberdade de escolher a forma e com quem se relacionar.



Novas configurações amorosas como a coabitação, o popular “namorido” e a união estável vem surgindo como forma de adequar os desejos e às necessidades dos indivíduos na contemporaneidade. Os casamentos oficializados com rituais civis e religiosos continuam existindo, mas já se modificaram e não são tão tradicionais. Os casamentos contemporâneos não são mais para sempre e o que importa é a intensidade e a satisfação conjugal. Cada vez mais rápida pode ser a decisão de casar, assim como em qualquer momento pode acontecer a decisão pela separação, o que se observa acontecer inclusive em casais de pessoas com idade mais avançada.

Apesar de todas as mudanças ainda se encontram mulheres que desejam casar e exercer o papel de mãe e dona de casa nos moldes tradicionais. Em contrapartida também se verifica o surgimento de homens se comprometendo com as tarefas domésticas e de cuidados dos filhos, enquanto a mulher busca seu crescimento profissional e se torna a provedora da família.

A união amorosa após um breve namoro traz grandes desafios para o casal. Sem dúvida as dificuldades são diferentes para cada casal, dependendo de fatores individuais e da maturidade emocional, dos motivos da união, e do quanto cada um está preparado para uma vida a dois. Os desafios enfrentados passam por: aprender a respeitar a individualidade de cada um, enquanto constroem a identidade do casal; aprender a respeitar e aceitar costumes diferentes; negociar divisão de tarefas; lidar com os medos e inseguranças próprios de estar numa relação; aprender a administrar a vida econômica; construir intimidade e cumplicidade, etc. Poderíamos seguir enumerando os desafios existentes. No entanto, não podemos esquecer que estes não devem ser vistos de forma negativa. Na verdade, cada desafio oferece a oportunidade de cada indivíduo, e do casal, aprender mais sobre si mesmo e sobre a relação, além de ser uma possibilidade de crescimento e amadurecimento do relacionamento conjugal.

Obviamente temos que ter muito cuidado porque o fato das relações terem sido construídas em um período breve de tempo, não



Capítulo 3 - Uniões amorosas após namoros breves

significa que há falta de investimento ou de comprometimento. Isto irá depender muito da maturidade, dos tipos de apego dos indivíduos e também do momento do ciclo vital que se encontram. Não existe fórmula correta para uma relação dar certo. O tempo prévio de relacionamento não é determinante para o sucesso da relação, existindo diversos fatores que influenciam a qualidade do relacionamento para além do tempo de namoro.

Referências

ANDOLFI, M. **A crise do casal: uma perspectiva sistêmico-relacional.** Porto Alegre: Artmed, 2002.

ARAÚJO, M. F. Amor, casamento e sexualidade: velhas e novas configurações. **Psicologia Ciência e Profissão**, Brasília, ano 22, n. 2, p. 70-77, 2002.

BAUMAN, Z. **Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos.** Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2004.

BERG, C. J. et al. Pregnancy-related mortality in the United States, 1991-1997. **Obstetrics & Gynecology**, v. 101, n. 2, p. 289-296, 2003.

BRASIL. **Constituição (1988).** Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília, DF: Senado Federal, 1988.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Gestação de alto risco: manual técnico.** 5. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2010.

CARTER, B.; MCGOLDRICK, M. **As mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia familiar.** Tradução de Maria Adriana Veríssimo Veronese. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.

CARVALHO, F. C. G.; PAIVA, M. L. S. C. O olhar de três gerações de mulheres a respeito do casamento. **Boletim de Psicologia**, Universidade Mackenzie São Paulo, v. 59, n. 131, p. 223-235, 2009.



CASTELLS, M. **A sociedade em rede**. São Paulo: Paz e Terra, 2000.

CLEARY-GOLDMAN, J. et al. Impact of Maternal Age on Obstetric Outcome. **Obstetrics & Gynecology**, v. 105, n. 5, p. 983-990, 2005.

DUARTE, J. P.; ROCHA-COUTINHO, M. L. “Namorado”: uma forma contemporânea de conjugalidade? **Psicologia Clínica**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 2, p. 117-135, 2011.

FALCKE, D.; ZORDAN, E. P. Amor, casamento e sexo: opinião dos adultos solteiros. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 62, n. 2, p. 143-155, 2010.

FÉRES-CARNEIRO, T. Casamento contemporâneo: o difícil convívio da individualidade com a conjugalidade. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, Porto Alegre, v. 11, n. 2, p. 379-394, 1998.

GUEDES, D. D.; ASSUNÇÃO, L. Relações amorosas na contemporaneidade e indícios do colapso do amor romântico (solidão cibernética?). **Revista Mal-Estar e Subjetividade**, Fortaleza, v. 6, n. 2, p. 396-425, 2006.

GIDDENS, A. **A transformação da intimidade**: sexualidade, amor e erotismo nas sociedades modernas. Tradução de Magda Lopes. São Paulo: Editora da Universidade Estadual Paulista – UNESP, 1993.

HEFFNER, L. J. Advanced maternal age: how old is too old? **The New England Journal of Medicine**, v. 351, n. 19, p. 1927-1929, 2004.

HINTZ, H. C. Novos tempos, novas famílias? Da modernidade à pós-modernidade. **Pensando Famílias**, Porto Alegre, n. 3, p. 8-19, 2001.

JABLONSKI, B. A Divisão de tarefas domésticas entre homens e mulheres no cotidiano do casamento. **Psicologia Ciência e Profissão**, vol. 30, n. 2, p. 262-275, 2010.



Capítulo 3 - Uniões amorosas após namoros breves

PASCOAL, N. J. **O namoro no jovem adulto: compromisso e atitudes face à coabitação.** 2010. 144f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa. 2010.

RAVENA, A. A. F. et al. S. M. Resultados perinatais em gestações tardias. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 46, n. 1, p. 15-21, 2012.

SANTOS, F. Perfis de Coabitação no Portugal Contemporâneo. In: CONGRESSO PORTUGUÊS DE SOCIOLOGIA, 6, 2008, Lisboa. **Anais eletrônicos...** Lisboa: Universidade Nova de Lisboa, 2008. p. 1-17. Disponível em: <<http://www.aps.pt/vicongresso/pdfs/394.pdf>> Acesso em: dez de 2014.

SATLER, M. et al. M. O ciclo de vida do casal. **Pensando Famílias**, Porto Alegre, ano 1, n.1, p. 41-47, 1999.

ZORDAN, E. P.; FALCKE, D.; WAGNER, A. Casar ou não casar? Motivos e expectativas com relação ao casamento. **Psicologia em Revista**, Belo Horizonte, v. 15, n. 2, p. 56-76, 2009.





Capítulo 4

Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

*“O amor não consiste em olhar um para o outro,
mas sim em olhar junto para a mesma direção”
(Antoine de Saint-Exupéry)*

Heloisa Stoppa Menezes Robles

Falar sobre relacionamento amoroso não é tarefa fácil visto que o tema vem sendo analisado há tempos a partir de diferentes perspectivas. Por exemplo, pode-se começar a entender o amor, começando em Platão, (427 a.C. - 347 a.C.) a partir de sua famosa obra “O Banquete”, que discorre filosoficamente sobre o que é o amor. Posteriormente, pode-se passear pelos entendimentos da Idade Média, onde o amor assume preponderantemente a diretriz do amor ágape, ou seja, o amor de Deus para com o Homem, sendo o amor ao próximo aquele que assume maior valor neste período e seguirmos para a Idade Moderna, com pensadores iluministas como Rousseau, para o qual o amor é compreendido em mais uma de suas formas, sem a distorção pelos homens, a exemplo do que ocorreu no período anterior (Almeida, 2007); nos séculos mais atuais (XIX e XX) é imprescindível destacar a psicanálise de Freud, que descreveu o instinto amoroso chamado Eros, que inclui: amor a si mesmo, aos pais, aos filhos, à humanidade e aos objetos abstratos (SOPHIA; TAVARES; ZILBERMAN, 2007) e a psicologia comportamental de Skinner, que propõe estudar o amor a partir da análise de contingências de reforço (SKINNER, 1991). De acordo com Almeida (2013):



Historicamente o amor e os relacionamentos amorosos ocuparam diferentes importâncias para a vida social, valores ora mais marginais ora mais centrais, de acordo com o contexto e as concepções de indivíduo que a mesma encerra. Inúmeros sistemas filosóficos e teológicos estabeleceram um lugar de destaque para esse sentimento. E uma enorme quantidade de livros, músicas, filmes e revistas existem pela influência dessa ‘simples’ palavra com tantos significados e possibilidades. (p.9)

Embora existam diferenças entre amor (a despeito de sua compreensão enquanto um sentimento e/ou comportamento) e relacionamento amoroso (no sentido de um envolvimento com o outro numa relação de afeto, apego ou libido), neste momento, o que deve ser enfatizado é o quanto o relacionamento amoroso é relevante na vida das pessoas, tanto que tem sido objeto de estudo em diversos trabalhos. Esses estudos se concentram em três momentos principais da relação amorosa: no período de busca por uma parceria para o relacionamento (“paquera”, sedução), na manutenção dos relacionamentos e, por fim, nos processos envolvidos após o término da relação amorosa (ALMEIDA, 2013; ANDRADE; GARCIA, 2014).

Nossa proposta, neste capítulo, é dar uma atenção especial para o período em que o casal já estabeleceu uma relação sólida com a finalidade de compreendermos os principais aspectos envolvidos na manutenção desta relação, até mesmo depois que a chama da paixão já não está tão acesa como no início do relacionamento. Mas, para compreendermos este processo, vamos precisar voltar um pouco no tempo, voltar lá no início do relacionamento, naquele momento mágico quando os olhares se cruzam pelas primeiras vezes e uma sensação diferente toma conta de ambos, começando um processo de conquista, de convencimento de uma ou das duas partes de que é momento de vivenciar uma história a dois. É o momento da paixão...

Paixão: mecanismos fisiológicos envolvidos

Não é difícil dizer quando um casal está apaixonado; os sinais tonam-se mais evidentes e fica muito difícil esconder um sentimento



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

que parece escapar através de palavras, olhares, posturas, no jeito de falar. Para Sternberg (1986) a paixão envolve um alto grau de excitação psicofisiológica, aceleração dos batimentos cardíacos, aumento das secreções hormonais etc.

Almeida (2008) em seu artigo: “É paixão ou amor?”, ainda complementa que normalmente o cérebro de uma pessoa apaixonada contém grandes quantidades de feniletilamina, e esta substância pode responder, em grande parte, pelas sensações e modificações fisiológicas que experimentamos quando estamos apaixonados em uma contínua estimulação.

É por esta razão que surge uma sensação de bem-estar e o casal tem a necessidade de querer estar junto e parece que todo este tempo é insaciável.

Cindy Hazan, pesquisadora americana da Universidade de Cornell, em Nova Iorque, conduziu um estudo com 5000 pessoas e descobriu que os seres humanos são biologicamente programados para se sentir apaixonados entre 18 a 30 meses. Sim, este é o limite, o que nos parece pouco, não é? Após este período, a relação encontra-se numa “encruzilhada” com duas opções: ou este sentimento evolui e avança para estágios de amadurecimento e consolidação da relação, ou o casal se desfaz e cada um destes “atores” se vê na situação de liberdade para um envolvimento em um outro relacionamento, repetindo o ciclo. Há ainda a possibilidade de se permanecer em um relacionamento com uma pessoa e, paralelamente, desenvolver relacionamentos afetivo-sexuais com outras pessoas, o que costumeiramente é chamado de traição.

Para Aguiar (2010), a paixão está relacionada à perpetuação da espécie; é um sentimento que exige dedicação total e absoluta ao outro, o que justifica o fato de apresentar “tempo determinado”, pois as pessoas não conseguem viver muito tempo sob essas condições. Em outras palavras, é necessário que a paixão tenha um prazo de validade, pois desregulam muito o nosso equilíbrio interno. De um ponto de vista fisiológico, Fisher (2004) demonstrou que os sintomas provocados pela



paixão, como a euforia, aumento de energia, insônia, perda de apetite, aceleração dos batimentos cardíacos, medo, ansiedade, estão associados a altos níveis dos neurotransmissores dopamina e norepinefrina. A autora ainda complementa dizendo que a partir de resultados de imagens cerebrais, é possível observar que a paixão promove ativação do sistema de recompensa do cérebro. Ao ativar esta área, outras são desativadas, como por exemplo, o córtex frontal, responsável pelo juízo crítico e a amígdala, responsável pelas emoções e identificação de possíveis perigos e ameaças.

Com algumas áreas do cérebro ativadas e outras desativadas, fica mais fácil compreender porque um casal apaixonado pode cometer “loucuras de amor”, falando, fazendo e dizendo coisas que em outras situações provavelmente não se comportaria da mesma forma. Quem não se lembra do quadro do programa do apresentador Augusto Libérato (Gugu) que recebia o mesmo título: “Loucuras de Amor”, quando um apaixonado, com apoio e toda a estrutura da televisão promovia verdadeiras loucuras em nome de um (a) parceiro (a)?

Porém, como foi descrito acima, a paixão possui um tempo de duração. De acordo com o médico neurologista, André Palmi, professor da Faculdade de Medicina e Serviço de Neurologia da PUCRS, “O amor é quando o cérebro sai do sistema de recompensa”. Para ele, as áreas que são ativadas, neste momento, são da região cortical com as emoções humanas, incluindo empatia e sintonia de desejos e aspirações. Dessa forma, outros sentimentos passam a surgir no relacionamento incluindo, o amor e o casal começa a agir de forma mais centrada e menos impulsiva. (FERREIRA, 2010).

O início de um relacionamento: a busca de uma parceria amorosa

A pergunta que se faz neste momento é: será que todas as pessoas são capazes de desenvolver este vínculo de amor? Como ele se desenvolve? Para responder esses questionamentos vale a pena relatarmos os estudos sobre apego propostos por John Bowlby, a partir da década de 50.



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

Os estudos iniciais de Bowlby além dos trabalhos de outros pesquisadores proeminentes que o influenciaram, deram origem às primeiras formulações e aos pressupostos formais da Teoria do Apego. Os conceitos de Bowlby foram construídos com fundamentos nos conhecimentos da psicanálise, da biologia evolucionária, da etologia, da psicologia do desenvolvimento, das ciências cognitivas e teoria dos sistemas de controle (BOWLBY, 1989; BRETHERTON, 1992). O apego é um vínculo que surge no início da vida quando o bebê estabelece uma ligação com o cuidador e é nesta relação que a criança se assegura que suas necessidades serão satisfeitas assim como o sentimento de segurança se fará presente nas situações de ameaça ou perigo (PAPALIA; OLDS; FELDMAN, 2009). Um dos pressupostos básicos da Teoria do Apego é de que as primeiras relações de apego, estabelecidas na infância, afetam o estilo de apego do indivíduo ao longo de sua vida (BOWLBY, 1989) A figura de apego para o bebê é o que lhe garante uma “base segura”. Diante de uma separação entre o cuidador e o bebê, este tende a reagir com fortes emoções, incluindo a raiva.

Para Bowlby (1989), as primeiras vinculações com outro ser humano (cuidador) podem favorecer o aparecimento do fenômeno amoroso. Assim, o desenvolvimento emocional se dá logo após o nascimento e percorre um longo caminho através de diferentes etapas influenciando as relações sociais, interpessoais e o que mais nos interessa neste momento: as relações amorosas. Antes de abordarmos mais especificamente a relação o entre vínculo de apego e relacionamento amoroso no futuro, é importante voltarmos mais uma vez aos estudos de apego de Bowlby.

Bowlby (1989) considerou o apego como um mecanismo fundamental na interação entre os seres humanos. De acordo com este autor o apego é um comportamento biologicamente programado, como o mecanismo de alimentação e da sexualidade, e é considerado como um sistema de controle homeostático, que funciona dentro de um contexto de outros sistemas de controle comportamentais. Em suma, o papel do apego na vida dos seres humanos envolve o conhecimento de que uma figura de apego está disponível e oferece respostas, proporcionando



um sentimento de segurança que é fortificador da relação (CASSIDY, 1999). Dessa forma, de acordo com a interação entre o cuidador e o recém-nascido existem três tipos diferentes de apego, de acordo com a interação entre o cuidador e o bebê, que vão interferir em nossos comportamentos e relacionamentos no futuro. São eles, o apego seguro, o apego evitativo e o apego ansioso-ambivalente. Pode-se observar a seguir, na caracterização das formas de apego, uma variável independente: o bebê sempre estará protestando, ou seja, chorando e este choro indicará uma necessidade (fome, necessidade de limpeza, dor, dentre outras necessidades). A forma com a qual o cuidador (pai, mãe, babá, avós etc) contemplarem, ou não, essa necessidade, consequenciará esses três modelos de vinculação:

- Apego seguro: padrão no qual o bebê chora e, o seu cuidador, contempla totalmente as necessidades sinalizadas pelo o choro do bebê. Ainsworth, Main e Solomon (1986) evidenciam em seus estudos que nessa forma de vinculação a criança dispõe de seu cuidador como uma base segura para exploração. Protesta contra a partida do cuidador e busca proximidade, e é confortada na volta, retornando à exploração. A criança até pode ser confortada por estranhos, mas mostra clara preferência pelo cuidador. Enquanto que o cuidador reage de forma apropriada, rápida e consistente às necessidades solicitadas por meio do choro. Consequentemente, o cuidador estabelece, com sucesso, um vínculo seguro com a criança. Mas, há duas outras dinâmicas de vinculação possíveis. São elas:
- Apego evitativo: padrão em que o bebê raramente chora quando o seu cuidador se ausenta, ignorando ou evitando contato quando ele retorna. Ainsworth também sugeriu que essas crianças deixam de procurar os cuidadores após terem sido rejeitadas, de alguma maneira, por eles. Apesar de os cuidadores demonstrarem preocupação, não correspondem aos sinais de necessidade quando a criança os indica. A hipótese sugerida para a compreensão dessas crianças é de que tenham sido rejeitadas quando revelaram suas necessidades, aprendendo a ocultá-las em momentos relevantes (CORTINA; MARRONE, 2003);



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

- Apego ansioso-ambivalente: padrão em que o bebê demonstra irritação na ausência do seu cuidador, procurando garantias de sua presença constantemente e, ao mesmo tempo em que procura o cuidador quando ele retorna, também evita o contato. Nesta manifestação, a criança busca proximidade com seu cuidador antes mesmo que a separação ocorra. Irrita-se com a separação com ambivalência, raiva, relutância a aconchegar-se ao cuidador e voltar a brincar em seguida. Preocupa-se com a disponibilidade do cuidador, enquanto esse, intermitentemente atende às suas necessidades completamente, outras vezes, as negligencia;

Assim, as crianças desenvolverão o comportamento de apego quando seus cuidadores respondem às suas necessidades fisiológicas, mas também quando não o fazem (CASSIDY, 1999). Para Bowlby (1989), o vínculo de apego infantil é percebido também nas relações entre adultos, dando origem a novas formas de estudos sobre relacionamento íntimo e afetivo na vida adulta. Estudos longitudinais diversos (*e.g.* FONAGY, 1999) têm demonstrado a estabilidade do comportamento de apego, sendo que as relações parentais e rupturas de vínculos primários por perda ou abandono têm uma influência transcendente dessas experiências primárias no que concerne o desenvolvimento individual.

Hazan e Shaver (1994) fazem uma ponte entre esta fase e as seguintes pesquisando esta relação entre apego nos primeiros anos de vida e interferência nas escolhas posteriores. Enquanto na infância o comportamento de apego é dirigido à figura do cuidador, geralmente em relação à mãe, na idade adulta o apego dirige-se ao cônjuge, tendo como um dos objetivos o contato sexual.

Para a formação do apego na vida adulta, o primeiro passo necessário é a proximidade física, o que possibilita a criação e desenvolvimento de um relacionamento (que pode ou não se manter, dependendo de características que serão discutidas à frente). Nos momentos iniciais de relacionamento são importantes os seguintes aspectos: atração mútua e a paixão sexual, sendo que com o passar do tempo são necessários a certeza do apoio e o conforto emocional (HAZAN; SHAVER, 1994).



Mas, o que torna um parceiro atraente numa relação? A pessoa é atraída por indivíduos que apresentam características similares à da figura de apego na infância com base na receptividade e intimidade; semelhança nos valores, atitudes, opiniões e características físicas (HAZAN; SHAVER, 1994). Será que isso explica muita coisa na escolha de seu parceiro, caso você já o tenha? É importante lembrar que o estilo de apego desenvolvido na infância permanece nos vínculos desenvolvidos na vida adulta e isso trará consequências importantes na vida do casal.

Partindo da classificação de Bowlby dos três tipos de apego na infância (seguro, esquiva e ambivalente), Montoro (2004) apresenta a seguinte classificação na vida adulta:

- Padrão seguro: equilíbrio entre autonomia e proximidade nas relações, facilidade e desejo de intimidade, pouca preocupação com abandono, facilidade na expressão de desejos, necessidades e afetos negativos, tolerância com o outro, relações duradouras, envolvimento comprometido, confiança nas pessoas etc;
- Padrão de esquiva: medo de intimidade, desconfiança em relação ao outro, grande valorização do sucesso e realização profissional, dificuldade de expressar sentimentos, relações amorosas descompromissadas, pouco envolvimento com o parceiro, descrença na capacidade de amar e ser amado;
- Padrão ambivalente: preocupação com abandono e medo de rejeição, desejo constante de união com o outro, necessidade de intimidade em detrimento da autonomia, crença de descontrole sobre a própria vida, manifestação exagerada de sofrimento, ciúme, facilidade de se apaixonar baixa capacidade de compromisso com o outro.

A partir destas descrições, observa-se que numa relação amorosa, nem sempre há compatibilidade entre as combinações do padrão de cada um, o que pode desencadear conflitos, desavenças e possibilidades de ruptura. Um padrão seguro, por exemplo, permite que a pessoa con-



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

siga buscar apoio quando sente necessidade, o que pode não acontecer com os padrões inseguros (tanto de esquiva como ambivalente). O mesmo ocorre com a expressão de sentimentos: padrão seguro de apego tem facilidade de expressar sentimentos, sejam eles positivos ou negativos; já os padrões inseguros apresentam dificuldade comprometendo a relação bem como a comunicação entre o casal. Ainda, de acordo com Montoro (2004):

“A expressão de afeto negativo – raiva, medo, insegurança ou ciúme – não é considerada disfuncional quando tem como objetivo a obtenção de uma resposta favorável, e não mera agressão e desqualificação do parceiro” (p. 125).

Para entender um pouco mais sobre como estes padrões podem interferir nas relações entre o casal, Montoro (2004) vai além e apresenta 6 possíveis combinações de relações amorosas:

1. Seguro – Seguro
2. Seguro – Esquiva
3. Seguro – Ambivalente
4. Ambivalente – Esquiva
5. Esquiva – Esquiva
6. Ambivalente – Ambivalente

Um padrão seguro – seguro, embora pareça ideal, não é tão simples de se encontrar; embora não seja objetivo neste momento discutir a terapia de casal, vale a pena ressaltar que os terapeutas que trabalham com esta abordagem apontam que, mais do que desenvolver um padrão seguro de apego no casal, o objetivo maior é compreender o modo de funcionamento de cada membro da relação bem como as expectativas de um em relação ao outro. Complementarmente, Mantelli e Pinheiro (2011) afirmam que:



Pessoas com estilo de apego seguro são capazes de formar relações íntimas com outros e sem sentem confortáveis nestas relações. Indivíduos com um estilo de apego evitativo desconfiam dos outros e tem medo de relacionamentos íntimos, estas pessoas tendem a evitar estreitos laços afetivos. Já as pessoas com padrão ansioso/ambivalente desejam desesperadamente relações íntimas, mas suspeita que as pessoas realmente não se preocupam com eles. (p.27)

Nesta abordagem, fica mais fácil compreender porque os casais com diferentes tipos de apego podem se envolver em relações conturbadas e conflituosas, principalmente se não compreendem o funcionamento de cada um. Imagine por exemplo, um homem com um apego evitativo (pouco envolvido na relação com sua mulher, descompromissado e com dificuldade de expressar sentimentos), relacionando-se com uma mulher com apego ambivalente (com medo de ser rejeitada, necessidade constante de estar com o outro e de ter intimidade, além de ser muito ciumenta). Dá para imaginar o que pode acontecer nessa relação? Certamente os conflitos estarão presentes no dia a dia, até o momento em que ambos compreenderem seus modos de funcionamento, suas necessidades e expectativas em relação ao outro, o que poderá necessitar de intervenções terapêuticas (conforme veremos mais adiante).

Elementos que mantém um relacionamento amoroso

Para Almeida (2013), desde o nascimento, a oxitocina é o hormônio relacionado com as primeiras formas de apego do ser humano, entre o bebê seu cuidador. O autor coloca que:

Ao longo do tempo estes, transferirão tais vínculos para outros parceiros nos quais investirão seu amor. Assim, novamente reiniciará todo o processo de produção para novas quantidades do peptídeo oxitocina que regerá, não mais o apego parental, mas, o novo investimento entre parceiros que decididamente permanecerão juntos com laços estáveis de companheirismo. (p.112)

Este hormônio diminuirá sensivelmente os efeitos do estresse do ambiente e também estará relacionado a uma melhoria do sistema



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

imune e, conseqüentemente, a uma melhor qualidade de vida nos seres humanos que se beneficiarão diretamente e indiretamente do vínculo constituído. Neste sentido, o amor pode ser considerado um dos mais importantes fatores que permite que as pessoas permaneçam juntas superando dificuldades e desafios.

A partir do momento que o casal assume o compromisso de estar junto, alguns pontos começam a chamar atenção, principalmente, no que diz respeito àqueles elementos que são responsáveis por manter um relacionamento amoroso. Reis e Shaver (1988) apontam que a confiança nos parceiros de estar disponível e sensível às necessidades do outro é fator imprescindível.

Wagner e Falcke (2001) afirmam que o relacionamento conjugal satisfatório se caracteriza por paixão, compreensão, alegria, proximidade, equilíbrio ente apego e autonomia, aceitação entre limitações e decepções. Sim, são todas estas variáveis que precisam ser consideradas para a manutenção de um relacionamento.

Além disso, é preciso também que os parceiros aprendam a “dar” e “receber” de forma mútua. O casal em que apenas um acaba se “doando” para o outro, terá mais dificuldade em permanecer junto. Para Falcão (2013): “Não dá para ser feliz ao lado de alguém que não retribui o amor que recebe”. (p. 74)

Outro elemento fundamental é aprender a conviver com as diferenças. É interessante observar que durante o período da sedução, da paixão, das ações deste kit chamado “conquista”, o parceiro valoriza o outro pelo que ele é e, muitas vezes, é atraído pelas diferenças que o outro possui. Ao longo do tempo, muitas vezes, estas diferenças passam a ser motivos de discussões e, aquilo que era a ponte de ligação entre os dois passa a ser o estopim de uma separação. Para estudiosos do assunto, as diferenças, principalmente aquelas que caracterizam a própria individualidade, precisam ser respeitadas (ALMEIDA, 2011).

Por fim, um outro elemento fundamental é o comprometimento; embora não seja fácil defini-lo, pois não há uniformidade descritiva e



conceitual nos trabalhos sobre o tema, existe um consenso de que quando alguém fala de comprometimento, está falando de uma estabilidade (RODRIGUES; ASSMAR; JABLONSKI, 1999).

O conceito de comprometimento “sumariza todos os fatores que atuam estavelmente para promover e manter a interação entre indivíduos” (RODRIGUES; ASSMAR; JABLONSKI, 1999); é também “um propósito declarado ou inferido de uma pessoa manter uma relação” (RODRIGUES; ASSMAR; JABLONSKI, 1999). Assim, o comprometimento relaciona-se ao propósito de adesão ao outro independente das adversidades e é por esta razão que este elemento é fundamental para a manutenção do relacionamento.

Elementos que podem diminuir o investimento na relação

Da mesma forma que temos os elementos que promovem a manutenção do relacionamento, não podemos deixar de refletir naqueles elementos que dificultam esta manutenção, diminuindo o investimento que o casal pode fazer na relação. Vamos ver alguns destes exemplos.

a) Dificuldades na Comunicação:

A comunicação pode ser compreendida quando há alguém (um emissor) que emite por meio de um código (verbal ou não verbal) uma mensagem que é decodificada (interpretada) pelo interlocutor. Em seguida, os papéis se invertem e a comunicação, em duas vias, é estabelecida, gerando um diálogo (TERENZI, 2013). Parece algo simples, mas no dia a dia dos casais as dificuldades de comunicação são queixas constantes e podem tanto ser um dos principais motivos para a diminuição do investimento na relação bem como um fator para aumentar mais a adesão entre os pares formados e promover a manutenção do relacionamento.

Nem sempre os casais comunicam o que desejam de forma clara e objetiva; nem sempre a mensagem é interpretada corretamente; quem nunca ouviu ou já disse a frase “não era bem isso que eu estava queren-



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

do dizer”? E quantas discussões ou conflitos já surgiram em função de frases ou palavras não bem colocadas ou mal interpretadas.

Abaixo segue um exemplo de como estes problemas de comunicação aparecem na vida do casal e como poderiam ser resolvidos de forma aparentemente simples. A situação se trata de uma decisão aparentemente simples: a decisão de uma viagem durante um feriado.

Esposa: *O que você acha de viajarmos no próximo feriado?*

Esposo: *Por mim tanto faz. Você quer?*

Esposa: *Eu gostaria. Você não quer ir?*

Esposo: *Você é quem sabe. Se você quiser a gente vai. Por mim tanto faz.*

Esposa: *Estou meio sem ideia de lugar...*

Esposo: *Eu também... Não tinha pensando nisso...*

Esposa: *Então a gente fica em casa mesmo.*

Aparentemente a situação está resolvida. Engano! Embora a decisão pareça ter sido tomada em conjunto, no dia seguinte, a esposa continua...

Esposa: *Eu queria viajar...*

Esposo: *Você falou pra gente ficar em casa!*

Esposa: *Claro, você não está com a mínima vontade de sair!*

Esposo: *Eu? Eu apenas disse que faria o que você achasse melhor.*

Esposa: *Nossa!!! Eu pergunto e você diz: “você que sabe”! Tudo eu! Eu queria sair, passear, ver gente!*



Esposo: *Então por que não falou?*

Esposa: *Porque você não estava com vontade e nem animado*

Esposo: *Eu nunca disse isso!*

Esposa: *Não precisa dizer! Estava estampado no seu rosto!*

Esposo: *Não sei de onde você tirou isso...*

A discussão continuou e novos conflitos foram surgindo; tudo isso porque a comunicação não foi feita de forma adequada. Parece que havia pensamentos não explicitados/verbalizados no momento da discussão do dia anterior e, por mais que cada um tinha muito claro quais eram os seus reais desejos, eles não foram comunicados para o outro.

Aqui podemos dizer que mesmo os casais que já possuem um certo grau de intimidade e de comprometimento, podem ter dificuldades em estabelecer uma comunicação mais adequada. Estranho, não é mesmo? Imaginar que o outro sabe o que você está pensando, o que você gostaria que acontecesse, o que você está sentindo, é ilusão e não vai ajudar a estreitar a relação, só vai comprometer ainda mais o investimento na relação afetiva. É importante que você verbalize o que quer e, principalmente, o que não quer para a sua vida, sem esperar que o outro deduza suas expectativas.

b) Dificuldades na expressão de sentimentos

Seguindo na mesma direção das dificuldades de comunicação, um outro ponto que merece destaque neste momento diz respeito à expressão de sentimentos. Vivemos em uma sociedade em que não somos ensinados a expressar nossos sentimentos de forma adequada. Sentimentos como: alegria, felicidade, confiança, tranquilidade são bem vistos e recebidos pelos outros. Na outra ponta, sentimentos como tristeza, decepção e frustração não são bem recebidos, ao contrário, são considerados negativos e muitos de nós aprendemos a não expressá-los,



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

ou a expressar de forma inadequada ou a fingir que não está acontecendo nada. O reflexo disso pode ser visto com facilidade nas redes sociais. É muito mais comum a gente encontrar perfis postando seus momentos de alegria e passeios por lugares paradisíacos do que uma foto que demonstra tristeza e melancolia.

Alguns estudiosos renomados em habilidades sociais, como Del Prette e Del Prette (1999) apontam que a expressão de sentimentos de agrado e desagrado são essenciais para a promoção de relacionamentos interpessoais satisfatórios e isso deve acontecer desde os primeiros anos de vida através do relacionamento entre pais e filhos.

A expressão adequada de sentimentos é tema de grande importância dos relacionamentos; estudos apontam que um cônjuge capaz de expressar seus sentimentos contribui para maior satisfação de seu par com o relacionamento conjugal (SARDINHA; FALCONE; FERREIRA, 2009). Além disso, de acordo com as autoras, a expressão de sentimentos, ente outros aspectos, facilita a solução de problemas interpessoais e melhora a qualidade dos relacionamentos. No entanto, as dificuldades em interpretar os sentimentos do outro levam ao fracasso no relacionamento (TANGANELLI, 2003).

De acordo de Sardinha, Falcone e Ferreira (2009) dados como estes sugerem que os déficits em habilidades sociais, como a expressão de sentimentos, podem comprometer o nível de satisfação conjugal e facilitam a diminuição do investimento na relação amorosa.

O exemplo, a seguir, serve para ilustrar o que foi dito acima:

Carlos e Sandra (nomes fictícios) vieram de formações culturais diferentes. Ele era filho de um engenheiro alemão e ela, descendente de italianos. Embora ambos sejam nascidos no Brasil, a herança cultural era clara na forma como cada um descrevia seus ambientes familiares. Carlos tinha uma série de regras a serem seguidas, horário para estudar, para brincar, tom de voz baixo nos diálogos em casa e um pai que pouco interagiu com ele e seus irmãos. Sandra vive num ambiente muito



diferente, embora tivesse seus compromissos com escola e horário para brincadeiras, a relação com seu pai e irmãos era muito diferente. Filha de pais músicos, o ambiente era estimulante à expressão de sentimentos e em todos os momentos de família reunida havia liberdade de expressão. Os dois se conheceram no período de graduação, namoraram por 2 anos e se casaram. Nos primeiros meses, quando indícios de pequenas discussões surgiam, ambos cediam em suas formas de agir e os problemas eram abafados em nome de uma paz momentânea, mas com o passar dos tempos ambos esgotaram suas capacidades resilientes e ficaram nítidas as influências da formação de cada um. Sandra não conseguia mais se expressar, pois Carlos era ríspido demais com ela. O choro deveria ser engolido, dizia Carlos apontando o dedo para ela. Poucos meses depois do casamento, esta era a primeira crise vivida pelo casal. Ela se fechando no controle do choro e das poucas palavras que conseguia pronunciar e ele impondo sua forma de pensar através do medo.

É importante ressaltar que, antes de existir um contrato firmado pelos dois, neste caso o casamento, há um fator muito importante que é o sentimento que os fez dar os passos seguintes até a formalização da relação e neste momento de crise, o casal precisa buscar forças para romper esta inércia e pode encontrá-las tentando reacender aquele mesmo sentimento através nas lembranças do passado, dos primeiros encontros, do primeiro beijo, das viagens e de toda cumplicidade que um dia já existiu e serviu de combustível para que a relação ganhasse corpo e maturidade. Mas como fazer esta engrenagem funcionar se uma das peças se sente desajustada e a outra se acha funcionando perfeitamente? Esta é uma situação muito delicada, pois temos um problema na relação que só é percebido de forma unilateral e, parafraseando o dito popular “quando um não quer, dois não brigam”, podemos dizer que “quando apenas um quer, o problema é mais complicado”.

Não há solução pronta, não há receita padrão que possa ser aplicada nesta situação, mas um primeiro passo precisa ser dado. Sandra deixou que Carlos controlasse toda a situação e ela se calou. Talvez na intimidade ela se mostrou realmente fechada e ele ocupou o espaço que não era seu. Uma ajuda profissional seria o caminho mais acertado



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

no começo. A busca por uma terapia que lhe ajude a se encontrar, a enxergar-se como uma pessoa que faz parte de uma relação e que precisa ser uma agente ativa no relacionamento ao invés de ouvir calada e sofrer consigo mesma. Este resgate seria um primeiro passo para uma conversa, uma aproximação sem medo e uma oportunidade de colocar na mesa, diante de Carlos, suas angústias, suas perspectivas de um futuro a dois, os sonhos que tinham e que o tempo e o desgaste da relação apagou. A solução não é pronta, precisa ser construída e o diálogo é a primeira porta pra que isso aconteça. Mas a solução da crise não depende apenas dela, a conversa tem que ser franca e Carlos precisa saber que seu jeito, sua postura, seu modo de tratar têm uma forte influência familiar. Desde que os dois assumiram viver juntos, uma nova família está sendo construída e ela precisa de tijolos assentados pelos dois e quanto mais ajustados e encaixados eles forem, mais bem estruturada será esta relação. Neste sentido, Carlos também precisa de uma ajuda para modificar seu comportamento e sua forma de lidar com a pessoa que mais ama.

Se retomarmos o que os estudos dizem a respeito da importância da expressão de sentimentos para aumentar a satisfação com o relacionamento conjugal, aqui temos um exemplo claro de como a falta deste elemento pode diminuir o nível de investimento na relação.

c) Déficits na resolução de conflitos

O relacionamento amoroso não está isento de conflitos; o problema não é o conflito em si, mas a forma como ele é trabalhado e conduzido. Mais uma vez, vale a pena ressaltar a importância da aprendizagem de solução de conflitos, aprendizagem essa que muitas vezes não fomos ensinados em nossa história de vida.

Casais que se relacionam de forma saudável solucionam os seus conflitos por meio de negociação e não por ameaças ou autoritarismo. Além disso, conflitos mal resolvidos contribuem com expectativas negativas com relação a conflitos futuros, o que faz com que o casal se envolva menos ainda na resolução construtiva de problemas futuros de



relacionamento. De acordo com Campetti (2003): Quando os parceiros estão desacreditados em resolverem seus conflitos perdem a satisfação de proporcionarem um ao outro momentos em que trocariam afeto e outras recompensas (p. 40)

A partir destas considerações, pode-se observar que um dos elementos que podem diminuir o investimento na relação amorosa é a falta de engajamento para resolução de conflitos. A resolução de conflitos é uma tarefa árdua que exige comprometimento do casal, caso não haja este envolvimento, a relação fica comprometida além das consequências que os conflitos mal resolvidos podem trazer. Vale dizer que, para Malamut (2009), os conflitos conjugais estão relacionados a problemas de saúde, ao divórcio e à violência.

d) A chegada e a saída dos filhos do lar

Um momento importante na vida do casal que pode diminuir o investimento na relação é a chegada dos filhos (BARBOSA; PIOVESAN; BARLETTA, 2010). O casal, antes com dedicação de tempo total para si mesmo e/ou para o outro, agora passa a ter que dividir com um terceiro, o (s) filho (s), seu tempo e seu devotamento. Aí já começa a diminuição do investimento na relação; a chegada do bebê e, com ele a nova rotina que se instala, exige do casal um esforço em que grande parte de suas energias são depositadas para adaptação à vida à três (ou mais). O que acontece com muitos casais é que após o nascimento do (s) filhos (s), eles passam a viver em função dele (s). Há uma mudança radical na rotina, horários, ambientes frequentados, círculo de amigos etc. Em alguns casais há uma anulação quase completa de investimento no outro. Alguns estudos mostram que a satisfação conjugal normalmente decresce na fase de criação dos filhos (PAPALIA; OLDS; FELDMAN, 2009). O que ocorre então é que eles se esquecem que, antes de mais nada, são um casal e que deveriam continuar investindo e cultivando o relacionamento à dois, o que não significa uma diminuição nos cuidados com o bebê, mas uma busca por mais tempo, mais energia, mais disposição para se dedicar ao cônjuge. É um período desgastante, mas de extrema importância para manutenção e equilíbrio da relação.



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

Fazendo um paralelo com os altos e baixos da bolsa de valores, o casamento deve ser conduzido também nesta fase com uma visão de investidor, ou seja, é um investimento que cada cônjuge faz pensando no retorno em longo prazo. Este é o ciclo de vida do casal; chegará o momento em que os filhos crescerão, se tornarão independentes e deixarão o lar, o lar, o que fará com que o casal se depare com uma nova realidade e ambos precisarão voltar a cuidar um do outro, não tendo mais os filhos como combustível da alegria (BARBOSA; PIOVESAN; BARLETTA, 2010). Alguns encaram esta fase chamada popularmente de “Síndrome do ninho vazio”, tal como nos apontam as autoras Sartori e Zilberman (2009), com mais naturalidade, talvez porque souberam investir na relação, mas é comum em situações onde não houve um preparo para esta fase, que a relação acabe em separação.

A questão da rotina

O casal que já passou pelo momento da paquera, investiu tempo na conquista do outro, conheceu bem um ao outro e dedicou tempo na relação. Durante esta caminhada é natural que surjam as frustrações, os medos, as expectativas e, tudo isso vem à tona e o “setor de marketing” que “vendeu” um cônjuge com características de super-herói ou do último dos românticos, cai por terra e as partes começam a refletir sobre as principais motivações do relacionamento. É nesta oportunidade que o relacionamento se consolida e, como a própria origem da palavra descreve por si só, o projeto da relação a dois ganha contornos sólidos, características que o sustentam de verdade.

No início, o investimento é grande, as expectativas são muitas e a energia é dispensada para evidenciar seus aspectos positivos em detrimento dos negativos, bem como em atender as expectativas do outro. Busca-se encantar e ser encantado. O romantismo faz parte da rotina diária desse casal. Conflitos raramente ocorrem e quando ocorrem, rapidamente são resolvidos e finalizados com afetividade.

Por que este encantamento aos poucos desaparece? Por que aquilo que antes não era observado passa agora a incomodar e ser



motivo de conflito? O romantismo desaparece, as desavenças começam a fazer parte da rotina diária, as cobranças surgem. Será que isso significa o caminho para o término do relacionamento que antes foi tão almejado?

O que ocorre é que conforme o casal vai se tornando íntimo um do outro, seus pontos frágeis e seus aspectos negativos também vão se tornando conhecidos. Não há mais como manter a dicotomia: diante da pessoa amada deixo prevalecer apenas o meu lado bom, enquanto na sua ausência todos os meus defeitos vêm à tona.

A grande questão é: como manter o encantamento do início do relacionamento quando se percebe que o relógio da vida anda, a intimidade cresce e a rotina começa a fazer parte da vida do casal?

É possível dizer que, para manter um relacionamento, é necessária a presença do que Sternberg (1986) denominou de amor pleno; diferente da paixão, sentimento que envolve uma forma primitiva de amar relacionada à perpetuação da espécie, além de ser um sentimento que exige dedicação total e absoluta ao outro. Este amor não exige idealização do outro, nem devoção ou adoração, mas sim uma vinculação à pessoa amada capaz de construir e reconstruir formas em conjunto de amar.

O amor pleno, capaz de manter uma união feliz e saudável do casal, também só é possível nascer a partir de intimidade, compromisso e de uma variável que pode causar espanto em muitos casais: o tempo. E, por que assusta? Porque da mesma forma que o tempo é um aliado no desenvolvimento do amor, quanto mais tempo um casal passa junto, maior a chance de “cair na rotina”.

Mas, ao contrário do que muitos podem pensar, a rotina pode ser um componente importante na vida do casal. Nem sempre ela é sinônimo de mal estar, monotonia, desprazer. Manter áreas da nossa vida com certa estabilidade, pode ajudar a prevenir situações geradoras de estresse, como a própria separação.



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

A rotina permite, por exemplo, organização de espaço, tempo, vida diária, planejamento em curto, médio e em longo prazo etc. A ausência de rotina pode desencadear, inclusive, desorganização no lar, acúmulo de tarefas etc. Para os casais que possuem filhos em idade escolar, a rotina pode ser ainda mais necessária para o bem-estar da família, considerando que existem horários para as atividades escolares, atividades extraescolares, horário para as atividades laborais dos pais, para as atividades de lazer etc. Dessa forma, torna-se claro como este elemento tão repudiado pelas pessoas é, sim, parte importante na vida de um casal e pode trazer muitos benefícios. Vamos ver como esta “mágica” pode ocorrer.

A rotina, de acordo com Cifuentes (2001) pode ser classificada em benéfica ou mortífera e, como o próprio nome já diz, a mortífera é aquela rotina negativa, acomodada, na qual os parceiros envolvidos tornam-se mecânicos, automatizados, apáticos. Complementando a ideia do autor, é como se um não olhasse mais para as necessidades do outro, vivendo duas vidas em paralelo. O diálogo torna-se trivial, com conversas funcionais referindo-se mais aos assuntos do dia a dia, deixa-se de lado os sentimentos, troca de afetos, olhares etc.

O problema não está no que se concebe como rotina, mas sim como ela é conduzida. Sendo assim, pode-se dizer que o grande vilão dos relacionamentos está na acomodação e na monotonia, não na rotina. De acordo com Almeida (2011) a “monotonia significa manter o mesmo tom, mesmo tendo à disposição uma grande variedade de tantos outros” (p.10). O autor ainda complementa que um “... matrimônio, por exemplo, deteriora-se quando não se renova, quando se permite entrar nos trilhos da monotonia. E assim, entra-se em uma espécie de letargia mortífera” (p.11).

Sternberg (1986) ao discorrer sobre relacionamento amoroso aponta que o pior inimigo da intimidade é a estagnação. Embora quando as pessoas se relacionam, acabam almejando algum grau de previsibilidade, um relacionamento em que tudo é previsível acaba dificultando a intimidade. Para o autor, é necessário introduzir mudanças para que a relação amorosa se desenvolva.



Se casal não encontrar formas criativas de lidar com a rotina do dia a dia, a relação se tornará tediosa. Sugere Almeida (2011): “Para isso, é preciso ousar, criar, buscar alternativas diferentes e estimulantes para os componentes do casal e talvez realizar as mesmas tarefas, mas de formas diferentes” (p. 14). O autor ainda completa afirmando sobre a importância de se ter programas e projetos de vida, estabelecer metas conjuntas e compartilhadas para reforçar o compromisso e investir mais em si, no outro e na relação, o que muitas vezes é esquecido pelos casais que estão há algum tempo juntos. Pensando dessa forma, os casais que seguem nesta direção, dificilmente cairão na rotina, pois a cada dia terão novos compromissos para pensar refletir e assumir.

Também há casais que, buscando desenvolver um amor denominado maduro ou pleno, passam por situações de conflitos, decepções e frustrações e buscam soluções para permanecerem juntos, porém, quando se deparam com a questão da monotonia, a única solução que encontram é a separação. O que ocorre, porém, é que esta monotonia pode aparecer nos outros relacionamentos que esta pessoa vier a estabelecer, isto é, começa a ocorrer uma repetição; isso quer dizer que dificilmente esta pessoa conseguirá manter um relacionamento, pois toda vez que se deparar com a monotonia, enxergará isso como barreira buscando a separação como única alternativa viável.

A teoria triangular do amor de Sternberg

Como estamos interessados em compreender um pouco mais sobre a manutenção do relacionamento amoroso, neste momento, vamos apresentar, de forma breve, uma teoria que nos auxiliará a compreender melhor este fenômeno: a Teoria Triangular do Amor de Sternberg (1986). O amor, a partir desta visão, é composto por três elementos, em forma, que seriam os vértices de um triângulo: a *intimidade* (presente no vértice de cima do triângulo) caracterizada pelo sentimento de proximidade e conectividade na relação amorosa; a *paixão* (presente no vértice esquerdo do triângulo) caracterizada pelo romance, pela atração física e sexual; e, o terceiro componente, a *decisão/ compromisso* (presente no vértice direito do triângulo), caracterizado pela decisão que se toma de



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

se amar um ao outro e manter a relação pautada neste amor. Para o autor, a intimidade é o componente “morno” do triângulo, a paixão é o “quente” enquanto o compromisso é o “frio” (p.119).

A proposta do triângulo do amor de Sternberg nos auxilia a buscar algumas respostas especificamente sobre a duração dos relacionamentos amorosos e da qualidade desta relação. Para Sternberg (1986), nos relacionamentos em curto prazo, por exemplo, a paixão tende a ocupar grande espaço da relação, enquanto a intimidade ocupa um espaço menor e o compromisso provavelmente não terá espaço. Sendo assim, “o componente da paixão é o que atrai a pessoa para a relação, mas a componente intimidade é o que ajuda a manter o relacionamento” (STERNBERG, 1986, p.122).

O que se observa a parti daí é que cada componente tem suas características nos relacionamentos amorosos e a ausência, presença ou a intensidade de cada um deles caracteriza o relacionamento de uma forma ou de outra. Por exemplo, o compromisso, mesmo não tendo o “calor” da paixão é essencial para manter um relacionamento, principalmente em fases de conflitos ou dificuldades (STERNBERG, 1986). São muitos os relacionamentos com uma intensidade baixa do item “compromisso” que ao sinal da primeira crise financeira, começam a surgir pensamentos que caminham na direção da busca por rotas de fuga.

A partir dos conceitos de intimidade, paixão e compromisso, parece que fica um pouco mais simples de compreender o que mantém os casais unidos por períodos mais longos, ou o que faz com que os casais se separem diante dos primeiros conflitos que surgem após o “esfriamento” da paixão.

Sternberg (1986) ainda complementa a sua proposta desenvolvendo uma taxonomia do amor, a partir dos componentes: paixão, intimidade e compromisso:

- Ausência de amor: ausência dos três componentes do amor; o que envolveria, por exemplo, as nossas relações interpessoais.



- Gostar: resulta da componente intimidade, com ausência dos componentes paixão e decisão/compromisso. O termo é usado para caracterizar as amizades, na qual a pessoa se sente emocionalmente próxima de alguém, porém sem sentimentos de paixão ou comprometimento.
- Amor apaixonado: é o “amor à primeira vista.” É resultado da paixão, na ausência de intimidade e compromisso. É fácil para o indivíduo detectar que está se sentindo apaixonado, pelos próprios sintomas fisiológicos! Porém, as paixões podem surgir instantaneamente e dissipar rapidamente.
- Amor vazio: esse tipo de amor emana do compromisso que se tem de amar o outro na ausência da intimidade e da paixão. É o tipo de amor encontrado em relacionamentos estagnados que ocorrem há longos anos e caminham para o final; ou ainda em sociedades onde os casamentos são arrançados, nos quais o relacionamento começa a partir do momento em que os parceiros assumem o compromisso de amar um ao outro.
- Amor romântico: esse tipo de amor combina os componentes de intimidade (ligação emocional) e paixão (atração física). Neste tipo de amor temos exemplos de casais clássicos da literatura, como Romeu e Julieta e Tristão e Isolda.
- Amor companheiro: aqui tem-se a combinação de intimidade e decisão / compromisso. É encontrado em relacionamentos em que a atração física (um importante item da paixão) não existe mais
- Amor fatual: é resultado da combinação da paixão e decisão / compromisso. É comum em relacionamentos nos quais o casal se encontra em um dia, noiva duas semanas mais tarde e se casa no mês seguinte. Neste tipo de amor, não há tempo hábil para se estabelecer qualquer vínculo de intimidade.
- Amor consumado/ pleno: resulta da combinação completa dos três componentes. É um tipo de amor desejado por muitos ca-



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

sais, porém, ao alcançá-lo, o grande desafio é mantê-lo, o que não parece muito simples.

É provável que o amor pleno seja desejado por grande parte dos casais, porém nem sempre alcançado... Mas, o que é interessante pensar é que mesmo sem a presença dos três elementos, vários casais permanecem juntos e permanecerão por toda a vida! Embora tais elementos não estejam presentes em todos os tipos e a busca por este amor pleno pareça utopia para muitos, deve-se considerar a experiência amorosa como a arte de comandar uma mesa de controle com os botões de cada uma destas variáveis cujo objetivo é regulá-los nos sentidos horário e anti horário buscando o equilíbrio.

Considerando a proposta de Sternberg, podemos dizer que um relacionamento que está sendo sustentado pelos três componentes, pode sim, ao longo do tempo “perder” um de seus componentes (comprometendo o relacionamento do casal). É o que acontece com o amor companheiro, quando casais que se dedicaram muito um ao outro, que decidiram assumir o compromisso de se amar, desenvolveram intimidade, mas apesar de todo esse empenho, se esqueceram da paixão e permitiram que ela morresse. Ou até mesmo o amor vazio, no qual o casal, juntos há algum tempo, assumem o compromisso de se amar, algumas vezes ficando unido devido a estímulos externos, como o medo da reação do parceiro, deixando de lado a paixão e intimidade (STERNBERG, 1986).

E o que dizer desses relacionamentos? Se o nosso objetivo é compreender o que mantém as relações, aqui temos algumas possíveis respostas: a manutenção de uma relação depende sim dos aspectos já comentados anteriormente, como por exemplo: respeito, dar e receber do outro etc, mas também, simplesmente do compromisso que se assume de amar ao outro.

Ainda considerando a figura do triângulo, de acordo com Sternberg (1986), o triângulo equilátero no topo representa um amor equilibrado, no qual os três componentes estão igualados; o triângulo escaleno apontando para o lado esquerdo, representa um relacionamento



no qual se prevalece a paixão. É provável que seja um em que a atração física desempenha um papel importante, porém em que a intimidade e o compromisso são deixados de lado; há o triângulo no qual os parceiros são bons amigos, próximos um do outro, porém a atração física e o compromisso com o futuro não são considerados; por fim, o triângulo escaleno apontando para o lado direito, que representa um relacionamento no qual a decisão/compromisso predomina sobre intimidade e paixão. Este triângulo representa a relação altamente compromissada, mas sem intimidade e atração física.

Se retomarmos o que vimos até o momento e contrapormos com a proposta de Sternberg, os casais se unem pelos mais diferentes motivos: paixão, pela nossa necessidade de se vincular ao outro (teoria do apego), por um amor fatural ou por um amor apaixonado; o que é interessante pensar é que os casais que se mantêm juntos precisam de elementos extras para continuarem juntos, ou seja, por mais que a paixão tenha sido o elemento que motivou a relação ela não é suficiente para manter. Ao mesmo tempo, sem a paixão, parece que a relação fica “morna”.

O grande desafio é construir uma relação em que todos os elementos se façam presentes mesmo após anos de convivência e de relacionamento. Parece simples trabalhar com esta geometria do amor? Não! Alguns componentes são fáceis de serem encontrados no início do relacionamento, como por exemplo, paixão; outros são simples de serem encontrados após algum tempo de relacionamento, como por exemplo, o compromisso e a intimidade. Mas como juntar tudo e desenvolver o amor pleno? O amor pleno, exige dedicação conjunta dos parceiros; não adianta apenas um deles se dedicar em desenvolver os três elementos; é necessário: buscar formas de ser atraído e atrair-se fisicamente pelo outro, assumir o compromisso de amar e ser amado e, por fim, buscar a intimidade mútua, a cada dia que passa.

Além disso, temos que pensar também nas dificuldades que surgem com o relacionamento, como já discutimos anteriormente: a comunicação, os filhos, a monotonia.... O amor pleno também estará sujeito a estas dificuldades, porém, se o exercício for em conjunto tais obstáculos



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

serão mais fáceis de serem enfrentados. Podemos dizer que os casais que buscam o amor pleno têm um longo caminho a seguir. E quem são estes casais que conseguem permanecer juntos e mesmo diante de dificuldades continuam buscando o amor pleno? Os tópicos a seguir pretendem refletir um pouco mais sobre esta temática.

As novas dinâmicas amorosas contribuem ou não para um relacionamento duradouro?

A vida amorosa na atualidade é bem diferente daquela que observamos em gerações anteriores; hoje em dia, temos uma série de novas configurações de relacionamentos bem diferentes, alguns inexistentes nas gerações passadas, entre eles: “ficar”, sexo casual, relacionamento à distância etc.

As tecnologias digitais têm cumprido um papel muito relevante nesta nova forma de se relacionar. Aplicativos para smartphones baseados em geolocalização como o Tinder, onde é possível fazer uma pré-definição do perfil com quem o usuário deseja ter um encontro virtual eliminando uma série de barreiras e permitindo que pessoas se “combinem” e partam imediatamente para um chat cujas próximas etapas podem ser vivenciadas de diferentes formas. Este novo modelo está muito distante do que víamos no passado quando o relacionamento iniciava-se a partir dos arranjos entre as famílias e logo ocorria o casamento; o caminho era este, sem grandes alterações, tanto que eram raros os casos de rebeldia por parte dos noivos. Esta era a cultura da época e pronto!

A questão que se faz é: tais experiências contribuem ou não para os relacionamentos duradouros?

Buscando responder esta questão, vamos compreender um pouco mais sobre estes relacionamentos a partir do que os estudiosos do assunto discutem. De acordo com Almeida (2010), o “ficar” é caracterizado por beijos e carícias, sem compromisso entre os membros do casal. Neste tipo de relação busca-se obter o prazer e a satisfação no (s) momento(s) em que estão juntos. Em algumas ocasiões, podem ocor-



rer queixas por parte de um dos envolvidos quando, após o encontro, um deles acaba aguardando um envolvimento maior do outro através de uma ligação, ou de um “olá” pelo Whatsapp, o que nem sempre acontece. Isso porque o outro envolvido nem sempre possui as mesmas expectativas, além do fato de que o encontro para um pode ter superado as expectativas, enquanto que para o outro pode ter sido frustrante.

Esta relação descompromissada que caracteriza o “ficar” reflete um pouco do que o ser humano vive em outras áreas de sua vida. Para Almeida (2010) “a abreviação do tempo e o caráter efêmero e provisório do “ficar” estão presentes em vários outros cenários da contemporaneidade, como algumas vezes, o “morar juntos” é apenas uma das possíveis ilustrações”. Para o estudioso, este cenário é observado também nos vínculos empregatícios e em outros relacionamentos, como os de vizinhança, amizade e familiares, caracterizados em tempos mais antigos por serem sólidos e duradouros.

As relações ganham um componente descartável, como retratado no filme “Clube da Luta” quando os atores Edward Norton e Brad Pitt estão conversando durante um vôo e, este último, mostra o quão efêmera é uma viagem como aquela. Tudo parece ser descartável, sem a pretensão de que possa durar por muito mais tempo do que aquele decorrido entre dois aeroportos. Os talheres, as revistas de bordo, as comidas industrializadas e embaladas em recipientes descartáveis e até mesmo as “amizades” construídas nestes trechos. Conversas que podem ser até intensas, podem durar a viagem toda, mas no desafivelar dos cintos, se vão depois de um aperto de mão para talvez nunca mais voltarem a acontecer.

Também é importante ressaltar que, tais relacionamentos, especificamente o “ficar” inicialmente caracterizado pelo descompromisso, pode sim, progredir para um relacionamento comprometido e duradouro, dependendo das expectativas dos membros envolvidos. Almeida e Oliveira (2007) argumentam: “a partir destes contatos iniciais com a outra pessoa estes vínculos diádicos podem evoluir para um grau de comprometimento ou de intimidade maior e desembocar em um namoro.” (p.136).



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

Ampliando um pouco esta discussão, um estudo realizado nos EUA com 2035 pessoas casadas, mostrou que adiar a relação sexual pode ser benéfico para quem busca relacionamentos duradouros. O psicólogo Thiago de Almeida, especialista em relacionamentos amorosos, discute em um de seus artigos que: “Quando a gente conhece alguém e deseja um relacionamento sério, começa aos poucos, conhecendo o território e garantindo cada parte conquistada”. (FALCÃO, [201-]). O especialista ainda complementa: “A relação sexual nos primeiros encontros é desfavorável. Se as pessoas se entregam tão cedo, contemplam todas as expectativas de uma vez. O que mais há para entregar?”. A comparação que o autor faz com a conquista do território é tão pertinente, pois é na fixação da bandeira no ponto mais alto do local a ser conquistado. É quando a sensação de missão cumprida é experimentada. O mesmo acontece com os desbravadores dos picos mais altos do mundo. Passam anos planejando uma subida ao Everest, compram equipamentos, pagam dezenas de milhares de dólares ao governo local, contratam nativos para servirem de guia, enfrentam frio, sede, dores intensas. Provavelmente, esse fenômeno está relacionado ao fator “conquista”. A relação sexual nos primeiros encontros pode ser comparada à decisão de um destes alpinistas de queimar todas as etapas contratando um helicóptero que o levará direto ao cume.

Uma outra forma de relacionamento comum na atualidade é o relacionamento à distância, no qual os parceiros se conhecem por internet ou por algum motivo acabam morando em cidades diferentes e passam a desenvolver um relacionamento virtual.

Tais relacionamentos têm mais dificuldade em se manter? Depende! É importante saber quais são as expectativas dos parceiros, ou seja, será que ambos esperam permanecer juntos e desenvolver um relacionamento duradouro, baseado na confiança e no compromisso ou cada um traça objetivos diferentes para a vida do casal?

Muitas vezes as pessoas que buscam relacionamentos virtuais esperam aquilo que a maioria dos indivíduos deseja: encontrar alguém para se relacionar, sentir-se querido, desejado, amar e ser amado. O que ocorre é que as ferramentas disponibilizadas pela internet possibilitam



menor exposição, mais liberdade além de menos esforços na busca pelo parceiro. Outro fator importante neste tipo de relação é a timidez. Quantos destes nunca teriam condições de se aproximar de alguém e puxar uma conversa olho no olho e partir para uma proposta de um relacionamento amoroso? O meio digital oferece uma segurança muito grande. A partir desta visão, podemos dizer que um relacionamento pode iniciar a partir de encontros via chat ou e-mail e se transformar num relacionamento duradouro.

Após estas considerações, uma reflexão se faz necessária: quando olhamos casais que estão juntos há muito tempo e, mesmo assim, parecem felizes, comprometidos, “apaixonados”, não sabemos como a história começou. Partindo dessa perspectiva, há de se supor que tal relação pode ter se iniciado de uma paixão que brotou, de uma amizade mais profunda, de um relacionamento virtual ou até mesmo de um relacionamento sem compromisso, porém, nem sempre se garante que esta relação permanecerá com qualidade e, em alguns casos, em função de inúmeros motivos, o casal se vê numa situação em que é necessário buscar auxílio para permanecer juntos e continuar cultivando aquilo que priorizou um dia. A seguir, discutiremos o papel da terapia como suporte para que isso ocorra.

A terapia como elemento que mantém ou auxilia na manutenção do relacionamento

As taxas de separação e divórcio cresceram significativamente no Brasil nos últimos anos. Especificamente entre os anos de 2010 e 2011, a taxa de divórcio cresceu mais de 45% (IBGE, 2011). Partindo do princípio que existem elementos importantes (já discutidos neste texto) responsáveis para a boa manutenção do relacionamento amoroso, quando ocorre o rompimento, pode-se dizer que o casal não conseguiu buscar de forma efetiva a manutenção destes elementos.

Antes de ocorrer a separação, uma das alternativas que os casais têm recorrido é a terapia, tanto individual como de casal, sendo que a segunda será discutida no presente tópico. Estudos apontam que os



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

problemas que os parceiros enfrentam, em função de relações conflituosas, podem influenciar no desenvolvimento de transtornos psíquicos (PEÇANHA; RANGÉ, 2008). Dessa forma, chama atenção a necessidade de intervenção terapêutica visando prevenir ou até mesmo tratar problemas psicológicos futuros.

Especificamente a respeito da terapia de casal daremos ênfase em uma abordagem da psicologia, a terapia cognitiva comportamental (TCC), que busca explicar de que forma os casais podem corrigir os seus pensamentos melhorando, assim, sua relação.

A TCC, parte do princípio de que “nossas cognições têm uma influência controladora sobre nossas emoções e comportamento; e o modo como agimos ou nos comportamos pode afetar profundamente nossos padrões de pensamento e nossas emoções” (WRIGHT; BASCO; THASE, 2008 p. 16.). Sendo assim, não é o evento em si que nos faz agir e sentir de uma forma ou de outro, mas sim a interpretação que fazemos dele.

O modelo básico da TCC poderia ser resumido de acordo com a Figura 1:

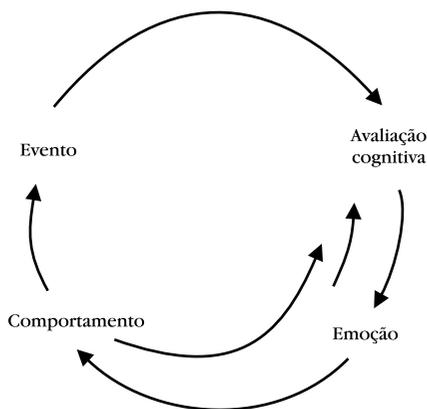


Figura 1: Modelo cognitivo comportamental de acordo com Wright, Basco e Thase, 2008 p. 17

Aaron T. Beck foi o precursor da TCC desenvolvendo teorias e métodos para aplicar as intervenções cognitivas e comportamentais em transtornos emocionais.

As primeiras formulações de Beck centravam-se no papel do processamento de informações desadaptativo em transtornos de depressão e de ansiedade (WRIGHT; BASCO; THASE, 2008 p. 16); com o tempo, novos estudos foram desenvolvidos, ampliando a aplicação da TCC, porém com o mesmo objetivo, trabalhar as crenças/crenças disfuncionais do indivíduo.

De acordo com a TCC, ao longo de nossa história de vida desenvolvemos nossas crenças disfuncionais e, na relação com o outro, elas podem afetar negativamente o relacionamento principalmente quando não são conhecidas. A terapia é o instrumento que vai auxiliar para identificar tais crenças e alterar emoções e comportamentos associados a elas (DATTILIO; PADESKY; 1995).

Além das crenças, merece atenção um outro conceito da TCC que também pode afetar negativamente a relação entre o casal: o conceito de pensamento automático. Esses pensamentos normalmente aparecem de forma rápida e, quando distorcidos, geram reações emocionais dolorosas e comportamento disfuncional (WRIGHT; BASCO; THASE, 2008)

Num relacionamento afetivo, tais pensamentos podem gerar desavenças e conflitos; se o casal não souber avaliar tais pensamentos e modifica-los certamente a relação ficará comprometida. De acordo com Dattilio, Epstein e Baucom (1998), devido ao fato de esses tipos de pensamento não serem sempre racionalmente avaliados, eles tendem a ser aceitos como corretos. Esses pensamentos, que passam rapidamente pela mente do cônjuge, podem influenciar seus estados emocionais e suas ações de forma negativa. Por exemplo, quando uma esposa não recebe a atenção que gostaria de receber de seu marido, a respeito de um problema de trabalho, pode concluir: “ele nunca me ouviu”. Nessa situação, a mulher pode sentir raiva e ofender o seu parceiro dizendo que ele não serve para nada.



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

Tais pensamentos também podem ser influenciados por erros cognitivos (que são distorções no processamento da informação, tornando-se irracional) que a TCC postulou vários, a partir dos primeiros estudos de Beck com pessoas deprimidas e ansiosas (WRIGHT; BASCO; THASE, 2008)

Na terapia com casais, tais erros devem ser identificados e corrigidos. Alguns deles merecem ser citados no presente momento:

- **Leitura mental:** Chega-se a uma conclusão a partir de evidências contraditórias ou na ausência de evidências (WRIGHT, BASCO; THASE, 2008). Por exemplo, quando um homem está falando com a esposa e essa boceja por estar cansada, ele pode pensar: “ela está achando chato conversar comigo”.
- **Atenção seletiva:** Chega-se a uma conclusão depois de examinar apenas uma pequena parte das informações disponíveis. Ignora-se dados importantes. (WRIGHT, BASCO; THASE, 2008). Por exemplo, uma mulher que geralmente tem seus pedidos aceitos pelo esposo, numa determinada situação em que ele não está bem, acaba recusando um pedido dela de ir ao cinema; ela então acredita que ele não goste mais dela pois ele não quis leva-la ao cinema.
- **Catastrofização:** pensar que o pior de uma situação irá acontecer sem levar em consideração a possibilidade de outros desfechos. Por exemplo: Um marido que, diante da possibilidade de separação de sua esposa diz: “eu não suportarei a separação de minha mulher” (KNAPP; BECK, 2008)
- **Pensamento absolutista (dicotômico ou do tipo tudo-ou-nada):** os julgamentos sobre si mesmo, as experiências pessoais ou com os outros são separados em dois polos: totalmente mau ou totalmente bom, fracasso total ou sucesso, perfeito ou imperfeito (WRIGHT; BASCO; THASE, 2008). Por exemplo: um casal tem passado por conflitos recorrentes na relação e um dos



parceiros diz: “todo este período que passamos juntos foi uma perda de tempo”.

- Maximização e minimização: A importância de um atributo, evento ou sensação é exagerada ou minimizada (WRIGHT; BASCO; THASE, 2008). Por exemplo: X e Y formam um casal, porém em fase de separação X diz: “Se eu não tiver Y a minha vida não terá mais sentido”.
- Personalização: eventos externos são atribuídos a si próprio mesmo que não haja nenhum fundamento para isso. Assume-se responsabilidade por eventos negativos (WRIGHT; BASCO; THASE, 2008). Por exemplo: depois de um dia estressante no trabalho, o marido chega em casa e acaba ficando mais calado, introspectivo. A esposa pensa: “Ele está distante... devo ter feito alguma coisa pra ele.
- Supergeneralização: Chega-se a uma conclusão sobre um acontecimento isolado e esta conclusão é estendida para outras situações de maneira irracional. Por exemplo: Após o rompimento de um relacionamento afetivo, um dos membros do casal diz: “Nunca mais vou conseguir me relacionar com ninguém”.

O que é importante enfatizar aqui é que estes e outros erros cognitivos podem interferir num relacionamento amoroso bom e de qualidade. Na verdade, estes erros desgastam o relacionamento tornando-o alvo de conflitos e desavenças constantes. Várias discussões, como podemos observar, podem ser originadas a partir de distorções cognitivas que o casal muitas vezes não se dá conta de que estão ocorrendo. Identificar tais distorções e modificá-las é objetivo inicial da intervenção terapêutica em TCC.

Com os conceitos expostos até aqui, deve-se ter claro que o objetivo principal da terapia cognitivo-comportamental é promover a reestruturação cognitiva. Especificamente no tratamento com casais, é necessário: modificação de expectativas irrealistas nos relacionamentos,



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

a correção de atribuições dos casais e o uso de procedimentos de autoinstrução para diminuir a interação destrutiva (RANGÉ; DATILIO, 2001).

Além disso, em se tratando de terapia com casais, outros exemplos de intervenções necessárias são:

- Treino de comunicação: como já discutimos sobre comunicação anteriormente, vamos enfatizar aqui apenas o fato de que na terapia, o casal é ensinado a ouvir de forma ativa, isto é: concordando com a cabeça, sinalizando que está entendendo, não interrompendo o outro, clarificando aquilo que está ouvindo, resumindo aquilo que entendeu; por outro lado deve-se aprender a falar de forma adequadamente também, ou seja, mantendo contato visual, formulando questões, ficando em silêncio quando necessário (RANGÉ; DATILIO, 2001). Vale a pena ressaltar aqui a técnica de ensaio comportamental (role-playing), na qual propõe-se uma situação problema e o casal deve “encenar”, na presença do terapeuta, como resolveria tal situação. Nesse momento o terapeuta modela comportamentos, através de exemplos, oferecendo consequências positivas quando as pessoas envolvidas se comportam de forma adequada e, dessa forma, vai “ensinando” como o casal poderia resolver a mesma situação de forma mais efetiva.
- Treino de expressão de sentimentos: na TCC busca-se auxiliar os parceiros a desenvolver habilidades para manejarem e expressarem suas emoções de forma funcional, sem o intuito de ferir o outro ou a si próprio. Como já comentamos anteriormente, este processo não é muito simples pois várias pessoas em nossa sociedade não foram ensinadas a expressarem seus sentimentos ou ainda aprenderam de forma inadequada, levando para relação íntima esta aprendizagem.
- Treino de resolução de problemas: De acordo com Peçanha e Rangé (2008), a resolução inadequada de problemas cotidianos



é outro fator comportamental que também pode ter consequências indesejáveis para os parceiros em seu relacionamento. Primeiramente, para se ter uma resolução clara do problema é necessário defini-lo, levantar as possíveis soluções (*brainstorming*), analisar as soluções que surgiram, adotar uma solução, implementar, verificar a eficácia e adotar novas medidas, caso a solução não tenha sido a melhor.

Quando o casal se encontra numa situação em que os pilares que devem sustentar uma relação parecem não estar mais em equilíbrio, a terapia pode surgir como ferramenta para identificar problemas e soluções efetivas para a manutenção de um relacionamento bom e de qualidade.

Considerações finais

O tema relacionamento amoroso, por sua grande importância na vida das pessoas, tem sido objeto de estudo em diversos trabalhos, incluindo desde o momento de conquista, passando pelo momento da manutenção da relação, até nos processos que envolvem o término do relacionamento. Nossa atenção, neste capítulo, concentrou-se, especificamente, no segundo momento, buscando-se compreender os principais aspectos envolvidos na manutenção desta relação, até mesmo depois que a chama da paixão já não está tão acesa como é no início da relação amorosa.

A partir do momento que o casal assume o compromisso de estar junto e deseja que esta relação seja satisfatória, é necessária a presença de alguns elementos, tais como: estar disponível e sensível às necessidades do outro, compreensão, alegria, proximidade, equilíbrio ente apego e autonomia, aceitação entre limitações e decepções e comprometimento. Além disso, é preciso também que os parceiros aprendam a “dar” e “receber” de forma mútua.

Em se tratando da manutenção dos relacionamentos amorosos, Sternberg (1986) em sua teoria triangular do amor define o amor pleno,



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

que resulta da combinação completa de três componentes: paixão, intimidade e compromisso. É um tipo de amor desejado por muitos casais, porém, com um grande desafio de se alcançar e se manter.

Parece difícil pensar numa relação em que todos os elementos se façam presentes mesmo após anos de convivência e de relacionamento. Alguns componentes são fáceis de serem encontrados no início do relacionamento, como por exemplo, paixão; outros mais fáceis de serem encontrados após anos de relacionamento, como por exemplo, o compromisso e a intimidade. Mas como juntar tudo e desenvolver o amor pleno?

O amor pleno exige dedicação conjunta dos parceiros; não adianta apenas um deles se dedicar em desenvolver os três elementos; é necessário o envolvimento de ambos, o que nem sempre observamos num relacionamento. O que acaba acontecendo é que, diante das dificuldades enfrentadas, a única alternativa que alguns casais acabam enxergando é a separação.

Dentre as dificuldades a serem enfrentadas nesta trajetória, encontramos: déficits na comunicação, na resolução de conflitos e na rotina do dia a dia... Junta-se a isso o fato de não estarmos acostumados a lidar com problemas interpessoais, a querermos resultados rápidos, a vivermos numa cultura do “relacionamento descartável” em que é mais fácil trocar do que investir numa relação. O amor pleno também estará sujeito a estas dificuldades, porém, se o exercício for em conjunto tais obstáculos serão mais fáceis de serem enfrentados.

Por fim, vale ressaltar que, quando o casal se encontra numa situação em que os pilares que devem sustentar uma relação parecem não estar mais em equilíbrio, a terapia pode surgir como ferramenta para identificar problemas e soluções efetivas para a manutenção de um relacionamento bom e de qualidade.



Referências

AGUIAR, R. C. **Sobre paixão e o amor, flutuações do amor.** 2010. Disponível em: http://psicopoesia.blogspot.com.br/2010_08_01_archive.html acesso em: 18 de junho de 2014.

AINSWORTH, M. The development of infant-mother interaction among Ganda. In: FOSS, B. M. (Org.). **Determinants of infant behavior.** New York: Wiley, 1963. p. 67-104.

AINSWORTH, M. D. et al. **Patterns of attachment: a psychological study of the strange situation.** Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1978.

ALMEIDA, T. **O amor nos tempos da web.** 2011. Disponível em: <http://drthiagodealmeida.blogspot.com.br/search/label/internet>. Acesso em 01 de julho de 2014.

ALMEIDA, T. **O “ficar” que é comum hoje em dia é uma deterioração do relacionamento?** 2010. Disponível em: <http://drthiagodealmeida.blogspot.com.br/search/label/ficar%20com%3B%20relacionamentos%20amorosos%3B%20sedu%3A7%3A3o>. Acesso em: 01 de julho de 2014.

ALMEIDA, T. **É paixão ou amor?** 2008. Disponível em: <http://www.thiagodealmeida.com.br/site/files/pdf/artigo10.pdf>. Acesso em: 20 de junho de 2014.

ALMEIDA, T. O percurso do amor romântico e seus desdobramentos através das eras: ontem, hoje e será que para sempre? In: ENCONTRO REGIONAL EM HISTÓRIA SOCIAL E CULTURAL, 1., 2007, Recife. **Caderno de Resumos...** Recife, EDUFRPE, 2007. Disponível em: http://www.thiagodealmeida.com.br/site/files/pdf/O_percurso_do_amor_romantico.pdf).

ALMEIDA, T. Os processos de apaixonamento e de enamoramento: curso, evolução e benefícios físicos e psicológicos para o ser humano.



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

In: ALMEIDA, T. (Org.). **Relacionamentos amorosos: o antes, o durante e o depois.** São Carlos: Compacta Gráfica e Editora, 2013. v. 1, p. 105-118.

ALMEIDA, T. Rotina em casais: alguns manejos comportamentais. In: PESSOA, C. V. B. B.; COSTA, C. E.; BENVENUTTI, M. F. (Orgs.), **Comportamento em foco 1.** São Paulo: Associação Brasileira de Psicologia e Medicina Comportamental, ABPMC, 2011.

ALMEIDA, T.; OLIVEIRA, H. C. A importância e a banalização do amor no cotidiano. JORNADA APOIAR: SAÚDE MENTAL NOS CICLOS DA VIDA, 5., 2007, São Paulo. **Anais...** São Paulo, IPUSP, 2007.

ANDRADE, A. L.; GARCIA, A. Escala de crenças sobre amor romântico: indicadores de validade e precisão. **Psicologia: Teoria e Pesquisa.** Brasília, v. 30, n.1, p.63-71, Jan./Mar, 2014.

BARBOSA, L. M.; PIOVESAN, A.; BARLETTA, J. Terapia de casais na perspectiva cognitivo-comportamental. **Cadernos de Graduação: Ciências Biológicas e da Saúde,** v. 11, n.11. p. 149-166, 2010.

BOWLBY, J. **Uma base segura:** aplicações clínicas da teoria do apego. Porto Alegre: Artes Médicas, 1989.

BRETHERTON, I. The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. **Developmental Psychology,** v. 28, n. 5, p. 759-775, 1992.

CORTINA, M.; MARRONE, M. **Attachment theory and the psychoanalytic process.** London: Whurr Publishers, 2003.

CASSIDY, J. The nature of child's ties. In: CASSIDY, J.; SHAVER, P. (Orgs.). **Handbook of attachment:** theory, research and clinical applications. New York: The Guilford Press, 1999. p. 3-20.



CIFUENTES, R. L. **As crises conjugais**. São Paulo: Quadrante, 2001, 216 p.

DATTILIO, F. M.; PADESKY, C. A. **Terapia cognitiva com casais**. Porto Alegre: Artmed, 1995, 146 p.

DATTILIO, F. M.; EPSTEIN, N.; BAUCOM, D. H. An introduction to cognitive-behavioral therapy with couples and families. In: DATTILIO, F. M. (Org.). **Case studies in couple and familytherapy: systemic & cognitive perspective**. New York/London: Guilford Press, 1998, p. 1-36.

DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. **Psicologia das habilidades sociais: terapia e educação**. Petrópolis: Vozes, 1999.

FALCÃO, J. **Deixar o sexo para depois fortalece o relacionamento**. [201-]. Disponível em: <http://vilamulher.com.br/amor-e-sexo/sexo/deixar-o-sexo-para-depois-fortalece-o-relacionamento-3-1-31-575.html>. Acesso em: 17/12/2014.

FALCAO, J. Idealização: o caminho mais curto para a decepção. In: ALMEIDA, T. (Org.). **Relacionamentos amorosos: o antes, o durante e o depois**. São Carlos: Compacta Gráfica e Editora, 2013. v. 1, p. 69-84.

FERREIRA, L. **Neurocientistas explicam como o cérebro se comporta quando estamos apaixonados**. 2010. Disponível em: <http://noticias.uol.com.br/ciencia/ultimas-noticias/redacao/2010/06/12/neurocientistas-explicam-como-o-cerebro-se-comporta-quando-estamos-apaixonados.htm>. Acesso em: 17/12/2014.

FISHER, H. E. **Why we love: the nature and chemistry of romantic love**. New York: Henry Holt and Company, 2004.

FONAGY, P. The transgenerational transmission of holocaust trauma: lessons learned from the analysis of an adolescent with obsessive-compulsive disorder. **Attachment and Human Development**, 1, 92-114, 1999.



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

HAZAN, C.; SHAVER, P. R. Attachment as an organizational framework for research on close relationships. **Psychological Inquiry**, v. 5, n.1, p. 1-22, 1994.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Estatísticas do Registro Civil**. Brasília, IBGE, 2011.

KNAPP, P.; BECK, A. T. Fundamentos, modelos conceituais, aplicações e pesquisa da terapia cognitiva. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 30, suppl. 2, 2008.

MAIN, M.; SOLOMON, J. Discovery of an insecure disoriented attachment pattern: procedures, findings and implications for the classification of behavior. In: BRAZELTON T.; YOUNGMAN, M. **Affective development in infancy**. Norwood, NJ: Ablex, 1986.

MALAMUT, G. Satisfação conjugal e empatia auto-percebida e percebida pelo cônjuge. In: SEMINÁRIO INTERNACIONAL DE HABILIDADES SOCIAIS, 2., 2009, Rio de Janeiro, **Anais...** Rio de Janeiro, UERJ, 2009, p. 21.

MANTELLI, F. L.; PINHEIRO, M. C. S. M. **Apego nas relações íntimas entre adultos: uma visão teórica**. 2011. Trabalho de Conclusão de Curso (Psicologia Conjugal e Familiar). Faculdade Ruy Barbosa. Salvador, 2011.

MONTORO, G. M. C. Amor conjugal e padrões de relacionamento. In: VITALE, M. A. F. (Org), **Laços amorosos: terapia de casal e psicodrama**. São Paulo. Agora, 2004, p. 101-133.

PAPALIA, D. E.; OLDS, S. W.; FELDMAN, R. D. **O mundo da criança: da infância à adolescência**. São Paulo, Mc Graw Hill, 2009.

PLATÃO. **Banquete**. Tradução Leonel Vallandro. São Paulo: Editora Saraiva, 2012.



PEÇANHA, R. F.; RANGÉ, B. P. Terapia cognitivo-comportamental com casais: uma revisão. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 4, n. 1, p. 81-89, 2008.

RANGÉ, B.; DATILIO, F. Casais. In: RANGÉ B. (org.). **Psicoterapia comportamental e cognitiva: pesquisa, prática, aplicações e problemas**. Campinas/SP: L. Pleno, 2001, p. 171-191.

REIS, H. T.; SHAVER, P. Intimacy as an interpersonal process. In: DUCK, E. (Ed.), **Handbook of personal relationships**. Chichester: Wiley. 1988. p. 367-389.

RODRIGUES, A.; ASSMAR, E.; JABLONSKI, M. L. **Psicologia social**. 21. ed. Petrópolis: Vozes, 1999.

SARTORI, A. C. R.; ZILBERMAN, M. L. Revisando o conceito de nicho vazio. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 36. n. 3, p. 112-21, 2009.

SKINNER, B. F. **Questões recentes na análise comportamental**. Campinas: Papyrus, 1991.

SOPHIA, E. C.; TAVARES, H.; ZILBERMAN, M. L. Amor patológico: um novo transtorno psiquiátrico? **Revista Brasileira de Psiquiatria**. São Paulo, v.29, n.1, p. 55-62, 2007.

SARDINHA, A.; FALCONE, E. M. O.; FERREIRA, M. C. As relações entre a satisfação conjugal e as habilidades sociais percebidas no cônjuge. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, vol. 25, n. 3, p. 395-402, Jul-Set, 2009.

STEINBERG, R. J. A triangular theory of love. **Psychological Review**, v. 93, n. 2, p. 119-135, 1986.

TANGANELLI, M. S. Você me estressa, eu estresso você. In: LIPP, M. (Org.), **O stress está dentro de você**. São Paulo: Contexto. 2003. p.155-168.



Capítulo 4 - Compreendendo os relacionamentos amorosos duradouros

TERENZI, D. A comunicação no relacionamento: reflexões acerca de pequenos diálogos entre homens e mulheres. In: ALMEIDA, T. (Org.). **Relacionamentos amorosos: o antes, o durante e o depois.** São Carlos: Compacta Gráfica e Editora, 2013. v. 1. p. 267-289.

WAGNER, A.; FALCKE, D. Satisfação conjugal e transgeracionalidade: uma revisão teórica sobre. **Psicologia Clínica**, v.13, p. 1-15, 2001.

WRIGHT, J. H.; BASCO, M. R.; THASE, M. E. **Aprendendo a terapia cognitivo-comportamental: um guia ilustrado.** Tradução M. G. Armando. Porto Alegre: Artmed, 2008.





Capítulo 5

Conjugalidade Homoafetiva: construção e possíveis sentimentos

Marlei Teresinha Rigo Bonissoni
Helena Centeno Hintz

Desde os primórdios da humanidade, o homem busca viver em grupos, precisa sentir-se pertencente a alguém e anseia por aconchego, companhia e proteção. Assim está em permanente evolução e crescimento, e, portanto, em constante modificação. Mudanças são aceitas e especialmente necessárias, mas para que isso ocorra de forma saudável, precisamos referências e parâmetros estáveis. Quando as pessoas se atrevem a desafiar e confrontar o modelo pronto, passam pelo crivo da discriminação e colocam em “xeque” o que era vivido como verdade permanente. É neste ponto que as pessoas que amam parceiros do mesmo sexo sofrem e enfrentam muitas pressões e objeções (ANTON, 2012). Portanto, os precursores de novos paradigmas precisam ter coragem, porque ainda não há garantia de que é assim, desse jeito novo, que pode ser feito Vasconcelos (2002 Apud ANTON, 2012).

As abordagens referentes às novas famílias formadas por homossexuais vêm influenciando a marcha de transformações estabelecidas pela sociedade, no que diz respeito à sexualidade, ao amor e ao casamento. Isso contribui para um maior acolhimento da conjugalidade homossexual, como também auxilia na formação de uma sociedade diversificada quanto à demonstração do amor e do desejo sexual (SILVA, 2011). A sexualidade, bem como as relações afetivas e sexuais entre pessoas do



mesmo sexo, segundo Farias (2010), foi criada e arquitetada de maneira diferente em cada sociedade, levando-se em consideração o momento histórico, os valores e os costumes vigentes em cada civilização.

As uniões homoafetivas ainda estão sendo alvo de discriminação, muito embora, lentamente, têm tido um respaldo público maior em função dos movimentos organizados por grupos de *gays* e lésbicas. Para Castañeda (2007 Apud FARIAS, 2010), está aumentando a aceitação social do casal homossexual na sociedade, porém, não da homossexualidade. Ela está sendo tolerada, desde que passe a ser adotado pelos casais homoafetivos o mesmo modelo ideal vigente do casal heterossexual, ou seja, estável, comportado e monogâmico.

Mas, o que atrai as pessoas amorosa e sexualmente? Que sentimentos são acionados, evocados e vivenciados? Por que em alguns casais o ciúme se manifesta e transforma o amor? O que motiva a escolha dos parceiros? Por que algumas pessoas são atraentes para uns e não para outros? Por que uns se aproximam ou se distanciam? O que leva os relacionamentos a tomar um caminho ou outro e de que forma um casal escolhe seu modelo de relação e define seus papéis? Através desse questionamento, é possível entender como forma-se a química pela qual as pessoas se atraem e envolvem-se, e a partir daí, como os contratos são estabelecidos e as regras básicas de uma união são definidas (ANTON, 2012).

Breve história dos casais¹

Participaram deste estudo dois casais homoafetivos que coabitam há um ano e meio; um casal é composto por homens, e o outro, por mulheres, com idades entre 24 e 35 anos, moradores na Grande Porto Alegre/RS, que desempenham múltiplos papéis em seu cotidiano. Esses casais foram atendidos em uma clínica de terapia de casal e família de

1 A partir dos termos das Resoluções 196/97 e 251/97 do Conselho Nacional da Saúde, a família consentiu sua participação no estudo de caso conforme o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.



Porto Alegre, em coterapia, semanalmente, por aproximadamente oito meses. Foi levado em consideração, as orientações do Código de Ética Profissional do Psicólogo (CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, 2005), o qual referênciava o papel do psicólogo como pesquisador, em viabilizar o caráter voluntário dos envolvidos através da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Este determina o anonimato das pessoas. Usaremos, portanto neste estudo, nomes fictícios para identificação dos casais participantes. A partir dos termos das Resoluções 196/97 e 251/97 do Conselho Nacional da Saúde, solicitou-se aos casais o consentimento para participarem da pesquisa.

Casal Theo e Alan

Theo e Alan conheceram-se há aproximadamente um ano e meio e a partir do terceiro mês de namoro passaram a coabitar na casa de Alan, localizada no terreno em que mora sua tia. Os dois possuem a mesma profissão, são sócios e trabalham no mesmo local, passando a maior parte do tempo juntos.

Theo teve uma vida amorosa bem complicada, envolveu-se com parceiros inadequados, sofreu muito, e, atualmente, está na sua terceira união. Theo possui um irmão gêmeo que também é homossexual, uma irmã casada que, juntamente com seus pais, mora em outra cidade.

Alan tem um vínculo muito forte com sua mãe, que se tornou sua confidente, envolvendo-se em todas as situações do dia-a-dia, mas também se relaciona bem com o pai. Seu primeiro relacionamento foi com uma menina, com a qual permaneceu por seis anos, inclusive noivou com ela. Depois, teve um relacionamento homoafetivo por cinco anos, e agora está com Theo, sua terceira relação.

Alan é um rapaz romântico, sensível, emotivo, magoa-se facilmente, muito ciumento, controlador, e está sempre disposto a discutir a relação. Theo, por sua vez, é mais prático, direto, racional, e assume mais a responsabilidade com a questão financeira do casal.



Casal Malu e Luiza

Malu e Luiza conheceram-se há um ano e quatro meses por intermédio da irmã de Luiza. Na mesma noite ficaram juntas e após três meses já moravam na mesma casa, que se localiza nos fundos da casa dos pais de Luiza. Nesta época, as duas trabalhavam, mas por insistência de Malu, Luiza parou de trabalhar e hoje depende financeiramente de Malu. Com o passar do tempo Luiza foi abrindo mão do que gosta e considera importante, por insistência de Malu, como frequentar o Karaoke, a casa de religião, e também o convívio com seus amigos. Luiza refere que Malu é muito ciumenta e controladora e sente-se sufocada por ela. Malu concorda, mas diz sentir-se muito insegura e incomodada pelo jeito de ser de Luiza, por ela ser extrovertida e conversar com todo mundo. Se dependesse de Malu, Luiza não trabalharia mais e ficaria junto dela o tempo todo. Considera ser muito difícil fazer as coisas sem a presença da Luiza, não sente graça.

Luiza é muito ligada à sua família de origem e tem uma admiração especial pelo seu pai. Sua família é bastante liberal, com barreiras frágeis entre o individual e o coletivo. Luiza mostra-se muito independente, “solta”, dona de si, com boa autoestima, alegre, comunicativa, mas por outro lado, não consegue desprender-se de sua família de origem, como também não consegue impor-se diante dos desmandos de Malu, submetendo-se a eles, mesmo contra sua vontade.

Malu parece não se importar muito com sua família de origem, tem boa relação com sua mãe, mas não gosta de seu padrasto. Tem um irmão mais velho e uma irmã gêmea, com a qual tem bom vínculo afetivo. Ela e seus irmãos foram abandonados pelo pai quando ainda eram muito pequenos e sempre que lembra ou fala sobre esse fato emociona-se muito. Algumas vezes foram visitar o pai, mas em uma ocasião ele logo as levou de volta, “devolvendo-as” para a mãe. Malu na época tinha aproximadamente cinco anos, e além desse fato, não tem muitas lembranças de sua infância.

Malu é insegura, carente, ciumenta e muito controladora, o que a faz sofrer muito. Não se preocupa consigo, mas intensamente com o



outro, que no caso é Luiza, fazendo tudo por ela, do jeito que ela gosta, onde o único objetivo é fazê-la feliz; porém, quando Luiza não corresponde, Malu fica muito frustrada.

Aspectos contemporâneos: ciúme e relacionamento afetivo

As pessoas possuem fantasias e expectativas que compõem a vida amorosa e sexual, e essas passam a interferir, consciente ou inconsciente, em suas escolhas futuras. Nascermos e crescermos em algum tipo de família e as vivências e experiências obtidas nela nos marcarão para sempre e influenciarão a forma como iremos nos relacionar, pois a convivência é o maior desafio que enfrentamos durante a vida (GROISMAN, 2011). Muitas vezes, interromper relações familiares ou amorosas pode ser visto como uma libertação da proteção, visando o crescimento pessoal e emocional. Porém, nem sempre é assim. Romper o “contrato” pode significar, inconscientemente, o abandono de sua parte “ruim” que foi projetada no outro (ANTON, 2012).

Quando ocorre o encontro entre duas pessoas, o *quid pro quo* da relação se determina, ou seja, cada parceiro espera e recebe do outro algo em troca do que ofereceu, estabelecendo os papéis, direitos e deveres de cada um, e acordando como um será em relação ao outro no casamento (WALSH, 2002).

É importante assinalar que a constituição da união e o estabelecimento de regras e papéis da relação não iniciam do zero, mas sim, com o que cada um tem atrás de si: uma constelação familiar e um conjunto de arranjos e combinações, bem como um sistema de crenças e expectativas sobre o casamento, influenciadas pela cultura (GROISMAN, 2011). Esse sistema de crenças e valores é considerado como a base do *quid pro quo* conjugal, pois se encontra intrincado nos relacionamentos, bem como na forma como cada um exerce seu papel e alicerça a relação (WALSH, 2002).

A maneira como interagimos e percebemos os membros da família durante a nossa vida interferem diretamente nas percepções sobre

o relacionamento conjugal. Essas percepções podem mudar em função de novas informações e vivências; é um processo difícil e, provavelmente, essas características particulares vão se cristalizando durante a vida do indivíduo (DATTÍLIO, 2011).

Luiza tem um relacionamento muito entrelaçado com sua família de origem, o qual não possui limites bem definidos. A ligação com seu pai é atualmente muito forte, mas durante sua infância ele foi mais ausente, pois trabalhava. O pai era mais austero e sua mãe, depressiva, e em função disso, com nove anos já cuidava de sua mãe durante o dia. Seus pais brigavam muito, ele teve relações extraconjugais e por alguns períodos viveram separados. Hoje estão juntos e Luiza está emocionalmente muito dependente de seu pai, não consegue dizer não para ele, nem o contrariar, mesmo quando não concorda com sua opinião, tendo uma necessidade muito grande de estar junto deles.

Malu, por sua vez, vivenciou um distanciamento afetivo de sua família de origem, é mais independente, porém apresenta uma carência e uma insegurança afetiva muito forte, e associa isto ao fato do pai tê-la abandonado quando ainda era pequena. A mãe logo se envolveu com um namorado que Malu não gosta, que mora com a mãe há 15 anos. A mãe sustenta o companheiro e Malu não aprova, considera-o um aproveitador.

O casal, logo que inicia o relacionamento, o vivencia como se fosse uma quimera, e no decorrer desse convívio alguns aspectos vão se fortalecendo e se concretizando e outros sendo descartados e destruídos. Dessa maneira, cada cônjuge conserva vivo o centro de energia que institui relação com o amor e a paixão (FUKS, 2007). Entretanto, se nesse processo o casal passa do sentimento de amor ao de fúria e transforma a ternura em intimidação e controle, surge um núcleo de ciúme no qual confluem pensamentos, crenças, sentimentos e reações contraditórias.

Geralmente quando a experiência do ciúme surge na relação é sem aviso; ela aparece em uma dada situação através de comporta-



Capítulo 5 - Conjugalidade homoafetiva: construção e possíveis sentimentos...

mentos de uma das pessoas que ativa na outra a insegurança e o medo da traição. Isso gera um retraimento ou uma reação desafiante no outro. O retraimento intensifica as suspeitas na pessoa ciumenta, e acaba por estabelecer um padrão relacional em que um persegue e o outro se sente perseguido. O cônjuge ciumento adota uma atitude de desconfiança e vigilância e o outro, atitudes de reserva e ressentimento (SCHEINKMAN; WERNECK, 2010).

A harmonia e a coesão são aspectos importantes para que os casais consigam desenvolver na relação amorosa seus próprios recursos, visando não se anular, como também não sobrecarregar o cônjuge, e encontrar o equilíbrio da proximidade, bem como o respeito ao distanciamento e às diferenças individuais. Dessa maneira o casal conseguirá proteger a integridade da relação e evitar a ruptura do vínculo (WALSH, 2002).

Essa coesão não foi evidenciada nos dois casais homoafetivos, mas sim, um processo fusional intenso onde o individual não tinha espaço na relação, onde tudo tinha que ser feito junto, evidenciando uma intolerância com o diferente do outro e uma necessidade de controle por um dos parceiros. Consequentemente, o outro se sentia sufocado e enredado na relação. Em algumas situações parecia que os membros do casal deveriam ser um só, como se sozinhos fossem partes, e precisavam sobrepor-se para se constituírem. Porém, nesse processo eles perdiam a diferenciação e a individuação.

Bauman (2004) fala de duas perversões amorosas: uma, mostra possessividade com características de autocontrole onde o amor é respeitoso e os parceiros são aceitos como realmente são e usufruem do amor existente entre eles; e a outra, evidencia um amor de posse sem receios, uma constante luta de querer mudar o outro para que cada vez mais o casal seja dependente, desencadeando um relacionamento conturbado de amor e raiva. Nesta perversão há um desejo insano de tornar o outro uma parte de si, com os mesmos anseios e necessidades, como uma garantia de que não haja perda, pois se encontram fundidos num único ser.



Vínculos e ciúme na conjugalidade

O ser humano, desde o nascimento forma vínculos, e estes são fundamentais para o desenvolvimento da personalidade, confirmando a máxima de que o indivíduo se constitui sempre a partir de outro ser. Vínculo pode ser definido como união, apego, tudo que une com características duradouras, bem como uma ligação entre as partes, unidas e inseparáveis, embora delimitadas entre si (ZIMERMAN, 2010).

Dattílio (2011) diz que dificuldades vivenciadas no início da vida referentes à insegurança podem afetar como os indivíduos vão conseguir demonstrar respeito, gratidão e admiração ao parceiro. A direção do apego pode interferir no progresso da intimidade, tanto nos relacionamentos, como também no compromisso e na tolerância. Complementando, Guerreschi (2007) fala que essas dificuldades podem evoluir para um processo de dependência afetiva, em que a inconstância ou a precariedade das continuações relacionais tradicionais como família e casamento tende a eleger estilos de apego ambivalentes ou conflitivos, assim como a beneficiar a instauração de laços afetivos frágeis e inconstantes.

Indivíduos que experimentaram apego mal adaptativo durante sua infância podem demonstrar sinais como vigilância intensa e ansiedade crônica, direcionado às pessoas que gosta, bem como tristeza e depressão. São pessoas que tendem a ter apego exagerado nos relacionamentos, como também apresentam comportamentos possessivos ou controladores, e utilizam o ciúme geralmente para evitar o abandono. Nessa situação há também o sentimento de subjugação, no qual o indivíduo acredita que será abandonado pelo parceiro se não fizer o que ele quer, juntamente com um senso de renúncia de si em função do outro. O sentimento de abandono está também, frequentemente associado ao esquema de dependência/independência, no qual o indivíduo acredita que não será capaz de existir sozinho, caso for deixado por seu parceiro (DATÍLIO, 2011). A pessoa afetivamente dependente necessita da presença do outro em doses cada vez maiores, pois ela só existe em função do outro e precisa de manifestações constantes, contínuas e



Capítulo 5 - Conjugalidade homoafetiva: construção e possíveis sentimentos...

tangíveis do outro. O parceiro do dependente afetivo é percebido por este como uma renúncia de si mesmo, como a única forma de reconhecimento de vida e como um alimento indispensável, em que só importa o tempo que passam juntos. Assim, o dependente afetivo atesta a sua existência, mas também revela um baixo grau de autoestima, um grande risco de perda do eu, da falta de crítica própria e também da crítica do outro. A dependência é vivenciada como uma experiência especial e nada é tão mais satisfatório aos olhos do dependente afetivo (GUERRESCHI, 2007).

Malu é muito vulnerável e frágil ao abandono, sufocando sua parceira com muito controle e ciúmes. Esse sentimento é tão desesperador que Malu chega a ligar para o celular de Luiza quando esta permanece mais tempo no banheiro de casa. Alan também demonstra muita insegurança com relação ao Theo, exercendo controle e tendo fortes crises de ciúmes, no simples fato de imaginar que Theo esteja olhando para alguém, e por outro lado, cria situações para que Theo sinta ciúmes dele. O controle torna-se uma invasão na privacidade do outro, sendo que Alan verifica o celular de Theo, e também estabelece um cronograma de tempo entre uma ação e outra para ver se a explicação dada faz sentido e é coerente.

A pessoa ciumenta tem necessidade de mostrar-se superior, e assim passa a ser uma observadora minuciosa e desesperada, em constante estado de alerta. Esse comportamento acaba representando para si e para o outro uma sobrecarga emocional, e paradoxalmente, vai afastando todos de sua convivência (MIELNIK, 1920). O parceiro que sente ciúme apresenta uma vivência com ideias intrusivas e temores, compulsão e associações irracionais, enquanto o outro se sente importante e amado, mas também controlado e asfixiado (SCHEINKMAN; WERNECK, 2010).

A fragilidade dos vínculos humanos é evidenciada através da ambivalência do desejo de prender o outro, mas deixando os laços frouxos (BAUMAN, 2004). Pode-se dizer que esse sentimento pertence a todos os seres humanos, mesmo que com intensidades diferentes, uma vez



que manifestamos a vontade de estar junto e ter liberdade, mas também, o medo de ficar emaranhado, distante e desamparado (ANTON, 2012). Nesse sentido, a pessoa ciumenta designa muita energia vital para acabar com os pensamentos ambíguos, e guarda pouca energia para outros aspectos de sua vida pessoal. Vincula-se com tanto desespero ao outro, que tem dificuldade para exercer sua própria liberdade e autodeterminação (SCHEINKMAN; WERNECK, 2010).

Já os cônjuges dependentes afetivamente evitam o perigo proveniente de mudanças, solicitam a absoluta e constante dedicação do outro, geralmente não se sentem verdadeiramente íntimos, e seu amor é inibido, parasitário e obsessivo. A estagnação apresenta-se como a característica de todas as suas relações e a ameaça de qualquer mudança sufoca o desenvolvimento de suas capacidades individuais, suprime todo o desejo e reforça a obsessão por necessidades impossíveis e expectativas não realistas; nutre o pensamento de que se agirem em favor do companheiro suas relações afetivas estarão seguras. Paradoxalmente, dependência e medo destinam-se à destruição do amor (GUERRESCHI, 2007). Por outro lado, o relacionamento amoroso entre adultos, encontra dois parceiros numa situação de igualdade de condições, que eventualmente, podem sentir-se ameaçados, assustados e magoados, precisando de apoio, conforto e proteção, necessidade está muito diferente da vivenciada na relação mãe-bebê. (SCHACHNER; SHAVER; MIKULINCER, 2012). Sentimentos como amor, apego e amizade passam a ser reconhecidos e validados no decorrer da história da humanidade (ANTON, 2012).

Ciúme: um padrão relacional recíproco

Ciúme é uma emoção muito poderosa que a maioria das pessoas em algum momento já experimentou. O ciúme pode ser sentido de uma forma mais branda, quando o indivíduo percebe uma ameaça significativa para sua relação. Se for sentido de uma forma muito duradoura, com uma sensação de ser consumido por ele e ainda ter um poder destruidor da relação, este ciúme adquire uma forma patológica. Os indivíduos diferem quanto à percepção desta emoção, baseando-se em vivências



do passado, autoconfiança e sentimentos de autoestima. Dependendo do grau de ciúme, pode haver sérias implicações interpessoais. Situações de ciúme acirrado levam a ambos os parceiros a ficarem presos, sem saída, isto é, o parceiro ciumento fica em situação de não vitória, o parceiro não ciumento também se encontra em situação semelhante, sem vitória, uma vez que a retenção de informações conduz a mais desconfiança e a divulgação de informações exacerbam mais ciúme. O ciumento pode ficar em posição cada vez mais inferior e o não ciumento pode se tornar mais empoderado, um mais desvalorizado e outro supervalorizado (IM; WILNER; BREIT, 1983). Um aspecto relacional intrigante no ciúme é a maneira como o casal troca de posições nesse cenário, sendo que o parceiro inicialmente ciumento pode ser em outro momento, o que trai. Em alguns casais isto se dá durante a relação atual, enquanto que em outros, acontece em outras relações, com outro cônjuge (SCHEINKMAN; WERNECK, 2010).

A conceituação sistêmica não se opõe ao ciúme como um traço intrapessoal, entretanto muda o foco de um modelo puramente intrapsíquico para um interpessoal, enfatizando a questão relacional. Isso implica que qualquer um dos parceiros pode provocar uma mudança, podendo interromper e resolver o ciúme no relacionamento.

O ciúme perpassando o relacionamento conjugal

A fim de se constituírem como um casal, os cônjuges precisam estabelecer limites a essa relação, que é o que vai diferenciá-la das demais. Para isso é necessário adotar normas sociais e culturais e definir parâmetros que serão exclusivos desse casal, bem como o significado de fidelidade para ambos. Quando essas definições de limites não forem claras, objetivas e equivalentes, provavelmente o ciúme terá um terreno fértil para surgir (SCHEINKMAN; WERNECK, 2010).

O relacionamento conjugal agrega expectativas em satisfazer privações primitivas que ressurgem com a esperança de resolução através da interação com o parceiro tornando o casamento um fenômeno muito complexo, onde é depositado no cônjuge e no relacionamento a



possibilidade e a responsabilidade de resolver necessidades individuais (SCRIBEL; SANA; DI BENEDETTO, 2007). Em muitas situações a pessoa ciumenta é vulnerável a raiz de infidelidades em relacionamentos anteriores, como também pode haver um legado de traições percebidas em sua família de origem. Pode não haver uma traição real, mas quando um cônjuge está distraído ou pensativo, o outro, ciumento, percebe que alguma coisa não está bem, que não encaixa, e isso o desestabiliza. Outra situação é quando o cônjuge ciumento é quem está traindo, e preocupado com suas próprias fantasias e culpa, projeta seus sentimentos, ações e desejos no outro cônjuge, e reage a essas projeções como se fossem reais. Os temores e inseguranças relacionadas ao ciúme podem permanecer latentes até que uma situação ou relação específica ative as vulnerabilidades do indivíduo (SCHEINKMAN; WERNECK, 2010).

Atualmente, as relações amorosas não estão sendo consideradas como plenas e satisfatórias, uma vez que concentramos a busca destas satisfações na própria relação. E quando são satisfatórias, acabam cobrando um preço pessoal e relacional muito alto (BAUMAN, 2004). Entretanto, as relações amorosas oportunizam e incrementam um potencial fundamental para o desenvolvimento pessoal, constituindo-se o casamento, numa oportunidade para promoção da autonomia, da maturidade e da harmonia e equilíbrio do casal. Quando isso ocorre, os cônjuges desenvolvem relacionamentos amorosos adaptativos. Porém quando o casal estabelece relacionamentos mal adaptativos, intensificam-se os conflitos e afloram os desejos primitivos não satisfeitos. Essas vivências é que estabelecerão a formação do padrão interacional característico do casal, o qual acionará os esquemas precoces de cada cônjuge, e a partir daí, estabelecerão o seu funcionamento peculiar (SCRIBEL; SANA; DI BENEDETTO, 2007).

A partir da relação amorosa estabelecida entre um casal pode surgir crença de que um parceiro pode apossar-se do outro e esse sentimento de posse ser entendido como prazeroso. Normalmente essa situação encontra-se intimamente ligada ao sentimento de ciúme, existindo o fantasma da ameaça da perda do parceiro, que representa seu objeto de amor valioso. A ameaça de não ter mais o amor do outro, deixa o



ciumento totalmente desestruturado emocionalmente, importando-se mais com o que acredita que ocorreu do que com o fato em si. Assim, é possível assegurar que a pessoa ciumenta desenvolve fantasias que por sua vez passam a representar a realidade, e ideias obsessivas permeadas por angústia, dor e sofrimento tornam-se um martírio constante (SOUZA; OLIVEIRA, 2012). Não necessariamente o objeto de ciúme envolve uma pessoa, mas sim, uma situação que estabelece certo distanciamento, e é vivenciada como ameaça a exclusividade e prioridade do vínculo amoroso. Qualquer interesse que toma o tempo do outro, como estudo, trabalho, internet, etc., pode desencadear sentimentos de exclusão e ser usado como gatilho para estimular um padrão reativo entre os cônjuges. Estas situações, em princípio, envolvem uma combinação de realidade e projeções (SCHEINKMAN; WERNECK, 2010).

O desejo de estabelecer uma relação estreita pode ser reforçado pelo sentimento de perda ou de solidão, porém esse desejo de complementação impede que o indivíduo perceba as diferenças do cônjuge, e isso, inevitavelmente, aparecerá no decorrer do relacionamento. Para Carter e McGoldrick (1995), é surpreendente o pouco tempo que os casais dedicam para refletir sobre a decisão de casar.

A diferenciação, de acordo com Schnarch (1998 apud ANDOLFI, 2002), passa a ser um litígio tão longo quanto à vida da pessoa, por meio da qual o indivíduo vivencia o saber de ser único, relacionando-se com as pessoas que ama. Quanto mais conseguirmos nos diferenciar, mais forte será a nossa identidade e integridade na resolução de conflitos com o parceiro, e maior será a tolerância quanto à intimidade com quem amamos, sem a preocupação e medo de dissipar o sentido de ser enquanto indivíduos.

Porém, se o grau de indiferenciação for intenso, menor será o espaço destinado a cada um fora da relação e maior será a exigência da presença do outro, visando garantir o próprio funcionamento em níveis aceitáveis. Quanto maior a dependência menor será a tolerância de cada um em relação à diversidade do outro, e maior também será a ansiedade quando surgirem diferenças inevitáveis (LORIEDO; STROM, 2002).



A organização do sistema conjugal depende do equilíbrio de poder entre o casal para manter uma complementaridade diante das obrigações e compartilhar um sentido de igualdade e de liderança. Entretanto, quando o casal prioriza a autoridade de um sobre o outro, acarreta um desequilíbrio desse poder e passa a substituir a complementaridade pela disfuncionalidade. Sintomas como depressão, fadiga e diminuição do desejo sexual demonstram a insatisfação dos cônjuges quando esse desequilíbrio persistir (WALSH, 2002). Frequentemente, casais contemporâneos constroem um padrão de relações amorosas baseado na disputa pelo controle da relação, onde cada um luta por seus próprios interesses, sem conseguir efetivamente se comunicar com o outro, ao invés de priorizarem um encontro recíproco que os retroalimente de forma positiva e saudável (MILLER, 1995).

Casais podem apresentar-se disfuncionais quanto à labilidade do objeto de amor, e isso gerar conflitos com os aspectos da personalidade e com fatores de vulnerabilidade originados em vivências traumáticas. A dependência afetiva ou “intoxicação psicológica” origina-se das necessidades que não foram satisfeitas na infância e quando isso ocorre, as crianças podem adaptar-se através da limitação de suas expectativas, gerando dificuldades na formação da autoestima. Quando adultos esses dependentes verão no outro a cura para suas dores psíquicas, experimentarão sentimentos de rejeição e falta de confiança, e, conseqüentemente, não se sentirão dignos de receber amor (GUERRESCHI, 2007).

A confiança possui valor essencial nos relacionamentos amorosos contemporâneos, pois é ela que permite aos sujeitos sentirem-se protegidos para o envolvimento numa relação que não é mais predeterminada pelas obrigações tradicionais. O sentimento de confiança torna o indivíduo menos vulnerável e temeroso diante da possibilidade constante de dissolução da relação amorosa e, mais seguro e responsável pela manutenção da mesma (GIDDENS, 2002). Para alguns indivíduos, essa convicção pode representar uma cobrança demasiada, tornando-os mais hesitantes do que liberados para viver uma intimidade amorosa enriquecedora (BAUMAN, 2004).



Capítulo 5 - Conjugalidade homoafetiva: construção e possíveis sentimentos...

Casais quando estão em crise, muitas vezes são reforçados pelo sentimento de imutabilidade e irreversibilidade da relação conjugal através do silêncio e do círculo protetor construído por seus familiares e amigos. Essa rede de apoio somente passa a declarar que a relação do casal estava em crise, no momento em que estes passam a tomar o caminho de um rompimento definitivo (ANDOLFI, 2002). Por outro lado, num relacionamento estável e contínuo, onde um se importa com o outro, o desejo é mútuo, os parceiros se abrigam, se escutam e se nutrem, há a possibilidade da construção de um “nós” consistente e afetuoso, sem ameaçar a individualidade de cada um (ANTON, 2012).

A conjugalidade é o resultado da transformação do objeto casal de cada parceiro em “objeto casal” compartilhado. Os pilares da conjugalidade apresentam dois paradoxos: o primeiro diz respeito à escolha versus o pertencimento, anexado às possibilidades do sujeito em elaborar a sua maneira particular de pertencer aos vínculos e definir sua inserção no contexto social e nas instituições como a família e o casamento. Já o segundo, refere-se à dupla fusão-separação e consiste no fato de que, por um lado, a fusão ajuda a diminuir a distância entre os dois “eus”, criando o vínculo conjugal por meio do elemento passional e, por outro, a existência do vínculo provoca um distanciamento mínimo entre os sujeitos, preservando a individualidade (FÉRES CARNEIRO, 2010). A escolha do cônjuge passa a ser uma questão complexa uma vez que frequentemente o que é percebido quando as pessoas tornam-se atraentes é o superficial, o consciente, e não os motivos ocultos (ANTON, 2012).

Casais homoafetivos, suas famílias e o ciúme

A família, por funcionar como um princípio de construção do mundo social é um valor que requer preservação e é constituída através da união, da integração, da estabilidade, da constância e da unidade, considerada como a categoria social mais natural. A literatura e os discursos da militância homossexual abrem discussões sobre pertinência, significado e consequências de se ambicionar formar legalmente uma família homoafetiva. Isto pode ser entendido por alguns como uma submissão ao padrão familiar heterossexual ou, por outros, como um



reconhecimento e valorização de relações afetivas existentes e que se encontram marginalizadas pela sociedade (UZIÉL et. al., 2006).

As expectativas de casais e famílias homoafetivas a respeito do casamento e da vida em família, geralmente não são sequer referidas antes de o casal passar a viver junto. Percepções desconexas entre os cônjuges muitas vezes só surgem quando as expectativas de um ou do outro já foram frustradas, o que pode ser uma experiência muito dolorosa. Essa dificuldade permeia todo o vínculo conjugal e familiar (FRANÇA, 2009).

O contexto familiar dos parceiros homoafetivos que vivem uma relação amorosa pode interferir na convivência do casal. Resultado de estudos revela que para a maioria dos sujeitos o apoio familiar afeta o relacionamento do casal, tanto no sentido de fortalecê-lo, quanto de fragilizá-lo. Conflitos no casal podem ser ativados pelo comportamento e expectativas da família de origem, onde um, ou cada um dos cônjuges trava uma batalha com a família de origem do parceiro. Esse conflito tende a se perpetuar, principalmente quando há uma convivência muito próxima com a família de origem, com o cotidiano, e também com os conflitos multigeracionais derivados daí (LORIEDO; STROM, 2002).

Malu sente muito ciúmes de Luiza com sua família de origem, principalmente com relação ao pai. Tenta boicotar as visitas de Luiza, e quando ela vai mesmo assim, Malu sente-se preterida, como se Luiza não pudesse gostar, concomitantemente, dela e da sua família. Theo e Alan também referem um sentimento de incômodo com relação às famílias de origem de cada um. Theo diz que Alan é muito dependente da mãe, e que ela dá palpite em tudo a pedido dele, que ele não consegue resolver nada sozinho. Alan, por sua vez, reclama da relação que Theo tem com seu irmão gêmeo, e acha que Theo faz tudo que seu irmão sugere, não tendo opinião própria.

A integração de casais homoafetivos junto à família precisa ser criada, uma vez que não há modelos culturais, normas ou rituais estabelecidos. Estes casais precisam inventar seus próprios “rituais de per-



Capítulo 5 - Conjugalidade homoafetiva: construção e possíveis sentimentos...

tencimento” que serão utilizados para fortalecer e validar a percepção e o sentimento de ser membro da família (FÉRES- CARNEIRO, 2010).

As relações homoafetivas são entendidas a partir de vínculos baseados nos valores e vivências familiares contemporâneas, ou seja, carinho, amor, companheirismo e respeito. A conjugalidade homoafetiva passa a ter evidência a partir dos estudos das novas configurações familiares, nas quais há o reconhecimento do casal homoafetivo como unidade conjugal. Esta conjugalidade, a partir da modernidade, passa a pressupor a constituição da intimidade afetiva entre os parceiros, destacando-a como condição para uma relação fundamentada na complementaridade entre os homossexuais (SILVA, 2010).

Entende-se por união homoafetiva, a união entre duas pessoas do mesmo sexo biológico que se relacionam de forma afetiva e sexual. Dessa maneira, entende-se família como um modelo em constante construção e com diferentes arranjos, e dentre estes, encontramos o arranjo familiar da união de duas pessoas do mesmo sexo (FARIA, 2008).

Homoafetividade compreende não só a relação sexual entre os parceiros, como também a existência de elos mais intensos como o do afeto. Isto faz diferença no sentido de que sexo por si só é mais arcaico e primitivo do que as relações amorosas e afetivas, que são mais elaboradas. Geralmente, a discriminação da sociedade não se apresenta nas relações afetivas entre pessoas do mesmo sexo, mas fica evidente quando envolve a questão sexual (ANTON, 2012).

Embora algumas pessoas acreditem que, apesar de suas diferenças biológicas, homens e mulheres são essencialmente os mesmos, Buunk, Massar e Dijkstra (2006) escrevem que de acordo com a psicologia evolutiva homens e mulheres não só têm corpos diferentes, como também têm mentes diferentes. Estes autores referem que Buunk e Dijkstra (2001) e Dijkstra e Buunk (2002), em estudos realizados, mostraram que há diferenças na expressão de ciúme entre homens gays e mulheres lésbicas, ou seja, as lésbicas mostraram mais ciúme quando expostas a uma rival fisicamente atraente em comparação com uma ri-



val fisicamente menos atraente. Os homens gays expressam mais ciúme quando expostos a um rival com características de alta dominância do que em relação a um rival em baixa posição dominante, especialmente se o rival tiver uma aparência física pouco atraente.

A tendência para a fusão é um traço frequentemente presente na relação homoafetiva feminina, diluindo a fronteira entre o self e o outro, fazendo com que o sentimento de união sobrepuja o de separação. Esta característica pode levar à entropia da relação, que pode ser vista sob dois aspectos: primeiro, ressalta a valorização da relação emocional e a abnegação das mulheres, e segundo, o retraimento das fronteiras conjugais e o autocentramento na díade (BRANDÃO, 2012).

Muitas vezes no relacionamento os parceiros gays sentem as diferenças individuais mais como ameaça do que como fonte de celebração. É importante que os casais pensem sobre o significado do conceito de diferença, entendendo-a como enriquecimento e alento, estímulo e força, e também como algo a ser venerado. Desta forma talvez, os parceiros possam reduzir o temor que envolve a diferença, temor esse que também pode ser sentido com as amizades fora da relação, objetivos e interesses, e principalmente a ameaça à intimidade do relacionamento (PAPP, 2000).

De Cristóforis (2009) coloca que para compartilhar uma vida de casal, é preciso ter aprendido a conviver de forma adequada com a solidão. Se existe uma dependência emocional muito forte pelo outro, e não é possível encontrar-se só em nenhum momento, provavelmente o casal terá muitos conflitos, uma vez que para estabelecer uma boa relação e um bom vínculo amoroso é necessário que nenhum dos membros do casal invada o outro com demandas excessivas.

É possível para esses casais proteger a integridade da relação e evitar a ruptura do vínculo?

Quando casais estão em crise, geralmente se envolvem em disputas de poder e os cônjuges podem tornar-se emocionalmente reativos. Ao não saber lidar com as próprias respostas emocionais ou não



Capítulo 5 - Conjugalidade homoafetiva: construção e possíveis sentimentos...

saber como aproximar-se do outro, os cônjuges passam a se retrair ou ter reações como ciúme, posse, crítica e raiva, e conseqüentemente, isso ativa sentimentos de dor e decepção. Pode ocorrer que durante esse processo os cônjuges sintam-se mais distantes e insatisfeitos, tanto um com o outro como também com a relação. As dinâmicas de poder podem tornar-se tóxicas ao casal, quando estas adquirem a forma de comportamento baseado na humilhação, dominação e desprezo ao outro, muitas vezes evoluindo para violência, abuso e intimidação. Percebe-se que na base desse comportamento existe um profundo desejo de ser ouvido, compreendido e validado pelo cônjuge. Através da terapia de casal, os cônjuges podem aprender a desenvolver um antídoto para esse processo negativo, o qual possibilita o empoderamento relacional de ambos, incluindo a capacidade de regular o próprio mundo interno, de melhorar a si mesmo, ao invés de tentar melhorar o cônjuge, de tomar decisões reflexivas frente ao conflito e relacionar-se com o outro com empatia, respeito e generosidade. Isso possibilita ao casal sentir que esses novos comportamentos podem torná-los pessoas melhores, e ao mesmo tempo, proteger e cuidar da relação, aumentando a sensação de eficácia e esperança, com um sentido de responsabilidade mútua pelo vínculo. Quando as emoções são vivenciadas como algo manejável as pessoas podem sentir-se mais seguras (FISHBANE, 2011).

Visando a manutenção, a satisfação e a estabilidade da relação conjugal, Fishbane (2011) ressalta ainda a importância de trabalhar na terapia de casal, dentre outros, aspectos relacionados a:

- diferenciação de si mesmo - isso implica em moderar e matizar as próprias estratégias da infância, como também abordar e resgatar temas relacionados às famílias de origem. Identificar e manejar as antigas feridas da infância pode tornar os cônjuges mais resolvidos com respeito a si mesmos e com sua família de origem, deixando-os mais competentes para viver o relacionamento conjugal;
- capacidade de se comunicar de forma efetiva com o cônjuge - falar de seus sentimentos, crenças e necessidades de uma forma que demonstre preocupação pelo outro e pela relação, observan-



do o tom de voz, limites e abertura referente ao ponto de vista do outro;

- capacidade de ouvir o outro - para que a comunicação possa fluir é necessário não apenas ouvir o que o cônjuge diz, mas sim procurar entender e sentir o que está sendo exposto;
- enfrentar o conflito ao invés de ficar indiferente- isso significa que cada casal precisa aprender como reduzir a inundação emocional ocasionada pelo conflito. Pode ser útil negociar com o cônjuge uma pausa no momento do conflito, para recuperar a regulação fisiológica e a calma, e depois retomar um diálogo mais produtivo e eficaz;
- refletir o que cada um poderia ter feito diferente - rever a própria conduta após uma discussão a fim de identificar comportamentos reativos ou defensivos, e assim poder evitar que se repitam em nova situação conflituosa;
- a responsabilidade mútua de cuidar da relação - aprender a aceitar e trabalhar as diferenças individuais, desenvolvendo respeito mútuo, percebendo que na relação conjugal não existe ganhador e perdedor, mas sim que ou os dois ganham ou os dois perdem;
- empatia - estimular o casal a desenvolver a empatia mútua, pois isso os ajuda a sentirem-se mais seguros e conectados, bem como validados. Quando o casal consegue falar sobre suas vulnerabilidades, as defesas são desativadas e aumenta a empatia;
- culpar e sentir-se culpado - auxiliar o casal a tomar consciência que o jogo de culpar-se mutuamente diminui o empoderamento relacional e evita que cada cônjuge tenha uma conduta diferente frente aos seus próprios instintos culpabilizadores;
- desculpar-se - ao desenvolver essa ferramenta os cônjuges aprendem a assumir a sua parcela de responsabilidade na discussão e pedir desculpas, tornando a relação mais madura e estável.



Considerações finais

É muito comum na prática clínica de atendimento de casais percebermos a dificuldade que cada cônjuge tem de assumir e aceitar a sua responsabilidade individual frente às dificuldades conjugais. A tendência geralmente, é que cada cônjuge culpe e responsabilize o outro parceiro, estando convicto de que o outro é a principal causa da dificuldade que estão passando. Cada cônjuge tem muito poder para mudar a si mesmo, porém pouco poder para mudar o parceiro (WE-EKS; TREAT, 1992).

Quando as pessoas casam, se convertem em uma nova unidade social, um sistema conjugal, que não é simplesmente a soma de duas partes ou personalidades, com suas esperanças e necessidades, mas sim, uma nova e distinta entidade em que o todo é mais do que a soma das partes. Cada cônjuge abrigará um conjunto de expectativas a respeito do outro e da relação, como também, cada um estimulará no outro algumas manobras defensivas e de autoafirmação. Estas por sua vez, auxiliam a atingir os propósitos e objetivos acertados mutuamente, os antagonísticos, e também os que pertencem ao contrato individual de cada cônjuge e que geram conflitos internos e ambivalentes (SAGER, 1997).

Alguns casais conseguem desenvolver formas criativas e efetivas para enfrentar e resolver seus temores, inseguranças e vulnerabilidades ao longo da convivência, e outros não. Os casais mais efetivos tendem a ver o ciúme como parte do amor e muitas vezes como um sinal de alerta de que alguma conexão sexual ou afetiva se perdeu, e que é necessário reforçar a importância de um cônjuge para o outro. Pasini (2003 Apud SCHEINKMAN; WERNECK, 2010) diz que o ciúme pode ser afrodisíaco quando um parceiro o provoca no outro para reestabelecer sua atenção, e ao mesmo tempo sabe acalmá-lo. O parceiro ciumento pode se desculpar por ter feito uma cena, e atuar de um modo sexualmente apaixonado, reforçando o vínculo entre eles. Em contrapartida, aquele que provocou o ciúme pode readequar seu comportamento a fim de aliviar as inseguranças do outro. Mas, quando o casal não consegue abordar seus sentimentos através da perspectiva do que é bom para a



relação, o ciúme passa velozmente do temor da perda da pessoa amada a esforços prejudiciais em recuperar o poder e o controle.

Por intermédio da terapia de casal realizada com estes dois casais homoafetivos, percebemos alguns pontos que interferiram diretamente na díade conjugal e intensificaram os conflitos. Encontramos cônjuges com intensas expectativas em fazer a relação dar certo, porém com muita dificuldade em aceitar o outro como ele é. Na relação amorosa dos dois casais percebe-se muita insegurança e falta de confiança em si e no outro, mesclado com sentimentos de ciúme, controle e posse. Os cônjuges, em geral, mostram necessidade em moldar o outro na busca de um fusão quase que total; movimento este que ocasiona uma sensação de indiferenciação muito grande, tanto que em várias situações os cônjuges verbalizaram não se reconhecerem mais como indivíduos, e que as relações anteriores não eram assim.

O contexto contemporâneo, percebido como um campo de várias possibilidades é considerado arriscado no ciúme, pois a relação é sentida como salvadora e ao mesmo tempo como responsável pela ampliação do temor e da angústia. Assim, é compreensível que algumas pessoas busquem sua segurança a partir do exercício de um controle em que o ciúme possa garantir a sua relação, ou pelo menos é assim que pensam aqueles que agem dessa maneira. Para quem pensa assim, o ciúme pode ser considerado como uma resposta razoável diante do risco iminente de que qualquer coisa pode acontecer por não haver mais a proteção do amor eterno do passado. Ao mesmo tempo em que se tenta fazer de si uma sombra para o outro, perde-se a liberdade e a espontaneidade, comprometendo a diferença e a individualidade dos parceiros envolvidos na relação. Esse comportamento auxilia na construção de um relacionamento em que não se é mais ninguém sozinho, tornando-se dependente e indissolúvelmente colado ao outro, totalmente contrário à liberdade e fluidez que assinalam a experiência amorosa contemporânea (BARONCELLI, 2011).

Quando o ciclo da vulnerabilidade se instala no casal e aparece o ciúme, destaca-se a desconexão entre o sofrimento de cada cônjuge e



Capítulo 5 - Conjugalidade homoafetiva: construção e possíveis sentimentos...

as posições defensivas que utilizam para suportar essa dor. Essas estratégias de autoproteção de cada um são responsáveis pela manutenção do casal num círculo de retroalimentação, uma vez que seus sentimentos mais vulneráveis continuam escondidos e os cônjuges se distanciam cada vez mais (SCHEINKMAN; WERNECK, 2010).

Em contrapartida, o outro cônjuge sente-se muito sufocado, sem espaço para se constituir enquanto indivíduo, e a conjugalidade transforma-se num pequeno casulo onde cabe apenas o casal, e a relação passa a ser o único nutriente para ambos os cônjuges. O parceiro ciumento sente-se sem poder e incapaz de confiar, e o outro, sente-se acanhado e cercado (SCHEINKMAN; WERNECK, 2010). Para que as relações amorosas contemporâneas se mantenham saudáveis, será necessária uma dose de vigilância e defesa. Nos relacionamentos permeados pelo ciúme essa vigilância e defesa expressam-se mais no sentido de autoproteção de uma situação ameaçadora, do que no necessário monitoramento emocional da relação amorosa (BAUMAN, 2004)

A falta de clareza entre a intimidade e a fusão torna-se um dilema presente nos relacionamentos. Bowen (1978 Apud CARTER; MCGOLDRICK, 1995), refere que os casais precisam do complemento um no outro, uma vez que não lhes foi possível resolver seus relacionamentos com seus pais, fato este que os libertaria para construir novas relações a partir da liberdade de cada um ser ele próprio e poder apreciar o outro do jeito que ele é. Carter e McGoldrick (1995) complementam afirmando que as situações que o casal não resolveu com suas famílias de origem poderão interferir na escolha do cônjuge e na aquisição de um equilíbrio adequado na relação. Isto pode ocorrer porque no casamento os cônjuges instituem um estilo de engrenagem de se relacionar, visando atender suas necessidades individuais, como também blindar e preservar o relacionamento. Esta situação passa a ser um problema quando ocorre falta de diferenciação dos parceiros, sendo que o grau de indiferenciação, geralmente é determinado pelas mensagens intergeracionais que foram internalizadas pelo indivíduo desde muito cedo no ciclo de vida e que passam a fazer parte do conjunto interacional da pessoa (WEEKS; HOF, 1987).



Quando se fala em conjunto intergeracional, é preciso também considerar as mensagens transgeracionais, ou seja, as passadas de geração em geração e que também fazem parte da constituição do indivíduo, e consequentemente estão presentes na díade. As famílias de origem passam a ser o pano de fundo das relações conjugais do novo casal e segundo Andolfi (2002), conviver com mudanças de um lado e velhos estereótipos de outro, arraigado ainda em uma quimera idealizada e conservadora da formação do casal colaboram para intensificar a confusão e propiciam um processo de progressão da fragmentação familiar.

Evidencia-se como a família de origem desses casais homoafetivos, principalmente de um dos cônjuges, está intrincada na relação conjugal, como se esta relação se desse a três: um cônjuge, outro cônjuge e a família de origem de um deles. Sempre e em qualquer díade o processo emocional é instável e, considerando que as necessidades ambivalentes entre autonomia e dependência suscitam ciclos alternados de aproximação e distanciamento, é muito comum a formação de um triângulo. No estudo desses casais homoafetivos fica claro a utilização de triângulos, especificamente formados por Luiza e por Alan com suas famílias de origem. Esses triângulos podem ser entendidos como a solução para a ansiedade e a externalização do conflito uma vez que discutir a interferência das famílias de origem pode intensificar o conflito, mas também evita e mascara questões internas do casal (GUERIN et al.,1987). Nesse sentido, manter acesa uma relação conjugal ao longo do tempo, requer mais comprometimento e exige o abandono de uma intimidade fusional para descobrir o espaço de cada indivíduo, e a partir daí então, formar duas unidades capazes de dialogar de forma coerente e duradoura. Desta maneira será possível realizar a união entre dois mundos familiares que compartilham um caminho comum (ANDOLFI, 2002).

De Cristóforis (2009) cita o sociólogo francês Serge Chaumier e o seu livro *El nuevo arte de amar* para referir que cada vez mais os integrantes de um casal pedem espaços individuais e negam-se a viver projetado um no outro. Da mesma forma, existe a necessidade de um espaço para relacionarem-se com seus amigos pessoais e não somente com os amigos do casal. Segundo Chaumier, esse comportamento re-



Capítulo 5 - Conjugalidade homoafetiva: construção e possíveis sentimentos...

nova o casal, pois os dados demonstram que a paixão amorosa termina antes nos casais que vivem fechados em si mesmos, sem contatos com o exterior.

É verdadeiro que os opostos se atraem numa busca inconsciente de estabilidade ou de realização por complementaridade, mas também é verdade que os opostos transformam a relação, tornando-a árdua e desgastante no momento que um passa a desaprovar o que, para o outro, é razão de alegria, ou quando as diferenças geram inveja, medo da perda e ensaios constantes de restrições ao par. É necessária certa harmonia entre os valores e objetivos dos parceiros, uma vez que sua impossibilidade ocasiona muitos ressentimentos e intensifica o afastamento dos cônjuges. Mesmo que os opostos se atraiam, o que solidifica o elo são as afinidades (ANTON, 2012).

Aprender a lidar com sentimentos de vulnerabilidade e risco com relação à pessoa amada é imprescindível quando se está numa relação amorosa. Enfrentar o fato de que é possível perder a pessoa amada, que não se tem controle sobre suas ações e sentimentos, e ao mesmo tempo, confiar que pode contar com ela não é uma tarefa muito simples. Para sustentar uma relação ao longo do tempo é necessário manejar estas contradições existenciais do amor adulto, dando conta dos medos e vulnerabilidades de maneira que não prejudiquem a relação (SCHEINKMAN; WERNECK, 2010).

Não é nossa pretensão esgotar esse assunto, mas sim, abrir mais um espaço de discussão, ressaltando a necessidade de se ter mais conhecimento científico sobre a conjugalidade homoafetiva, sua construção e a gama de sentimentos envolvidos nessa relação. Torna-se fundamental compreender esses novos arranjos conjugais e familiares, bem como perceber que representação eles têm na relação amorosa e entender quais fatores são construídos pelo próprio casal para a criação de condições que assegurem o seu bem-estar físico e emocional.

O debate contemporâneo sobre conjugalidade homoafetiva é um elemento importante para a compreensão do lugar que ocupa a



diáde homossexual em nossa sociedade segundo Silva (2010), uma vez que traz a ideia de relacionamento estável, e independente do gênero, a experiência de viver a dois continua sendo uma arte.

Referências

ANDOLFI, M. **A crise do casal**: uma perspectiva sistêmico-relacional. Porto Alegre: Artmed, 2002.

ANTON, I. L. C. **A escolha do cônjuge**: um entendimento sistêmico e psicodinâmico. Porto Alegre: Artmed, 2012.

BARONCELLI, L. Amor e ciúme na contemporaneidade: reflexões psicossociológicas. **Psicologia & Sociedade**, v. 23 n. 1, p.163-170, 2011.

BAUMAN, Z. **Amor líquido**: sobre a fragilidade dos laços humanos. Rio de Janeiro: Jorge Zahar-, 2004.

BRANDÃO, A. M. Entre mulheres: gênero e representações das relações íntimas. **Ex aequo**, n. 25, 2012-, Disponível em: <http://www.scielo.gpeari.mctes.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-55602012000100012&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 09 nov. 2013.

BUUNK, A. P., MASSAR, K. & DIJKSTRA, P. **Automatically evaluating one's romantic rivals**: toward a social cognitive evolutionary approach of jealousy. 2006. Disponível em: <http://www.sydney-symposium.unsw.edu.au/2006/Chapters/rivalaus.con.doc>. Acesso em: 01/12/2014.

CARTER, B.; MCGOLDRICK, M. A união das famílias através do casamento: o novo casal. In: ____ **As mudanças no ciclo de vida familiar**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995, p. 184-205.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Código de ética do profissional psicólogo**. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia, 2005.



DATTÍLIO, F. M. **Manual de terapia cognitivo-comportamental para casais e famílias**. Porto Alegre: Artmed, 2011.

DE CRISTÓFORIS, O. Amores y parejas hoy. In: ____ **Amores y parejas em el siglo XXI**. Buenos Aires: Letra Viva, 2009. p. 203-265.

FARIA, C. B. M. **União homoafetiva e conjugalidade**: a construção social de novos arranjos familiares. 2008. Dissertação (Mestrado). Universidade Federal de Viçosa, Viçosa, MG, 2008.

FARIAS, M. O. Myths attributed to homosexual people and the prejudice related to homosexual conjugality and homoparenthood. **Revista de Psicologia da UNESP**, v.10, n. 1, p.104-115, 2010.

FÉRES-CARNEIRO, T. **Conjugalidades contemporâneas**: um estudo sobre os múltiplos arranjos conjugais da atualidade. 2010. Disponível em: <http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br>. Acesso em 02/08/2013.

FISHBANE, M. de K. Promover el empoderamiento relacional em terapia de pareja. **Family Process**, v. 50, n. 3, p. 337-355, 2011.

FRANÇA, M. R. C. Famílias homoafetivas. **Revista Brasileira de Psicodrama**, v.17, n.1, p. 21-33, 2009. Disponível em: http://pep-sic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-53932009000100003&lng=pt&tlng=pt. Acesso em 22/12/2014.

FUKS, S. I. A intimidade nas relações de casal: desafios para a criação de mundos singulares na pós-modernidade. **Pensando Famílias**, v.11, n. 2, p.11-30, 2007.

GIDDENS, A. **Modernidade e identidade**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar: 2002.

GROISMAN, M. **O código da família**: mandamentos que devem reger as relações familiares. Rio de Janeiro: Núcleo-Pesquisas, 2011.



GUERIN et al. Triangles. In: ____ **The evaluation and treatment of marital conflict**. New York: Basic Books, 1987. p. 61-82.

GUERRESCHI, C. **New adiccions**: as novas dependências. São Paulo: Paulus, 2007.

IM, W. R.; WILNER, R. S.; BRETT, M. Jealousy: interventions in couples therapy. **Family Process**, v. 22, n. 2, p.211-219, 1983.

LORIEDO, C.; STROM, P. Os processos de transmissão transgeracional nos casais e o tratamento das problemáticas ligadas às famílias de origem. In: ANDOLFI, M. (Org). **A crise do casal: uma perspectiva sistêmico-relacional**. Porto Alegre: Artmed, 2002. p. 123-138.

MIELNICK, I. **O comportamento infantil: técnicas e métodos para entender as crianças**. 8.^a ed. São Paulo: IBRASA, 1920.

MILLER, M. V. **Terrorismo íntimo: a deteriorização da vida erótica**. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1995.

PAPP, P. **Casais em perigo: novas diretrizes para terapeutas**. Porto Alegre: Artmed, 2000.

SAGER, C. J. El contrato de interacción. In: ____ **Contrato matrimonial y terapia de pareja**. Buenos Aires: Amorrortu, 1997. p. 30-53.

SAGER, C. J. Empleo de los contratos em terapia. In: ____ **Contrato matrimonial y terapia de pareja**. Buenos Aires: Amorrortu, 1997. p. 54-63.

SCHACHNER, D. A.; SHAVER, P. R.; MIKULINGER, M. Teoria do apego adulto, psicodinâmica e relações conjugais: uma visão geral. In: ____ **Os processos do apego na terapia de casal e família**. São Paulo: Roca, 2012.

SCRIBEL, M.; SANA, M. R.; DI BENEDETTO, A. M. Os esquemas na estruturação do vínculo conjugal. **Revista Brasileira de Terapias**



Cognitivas, v. 3, n. 2, 2007. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872007000200004&lng=pt&tlng=pt. Acesso em: 14/11/2013.

SCHEINKMAN, M.; WERNECK, D. Desactivar los celos en las relaciones de pareja: un enfoque de múltiples dimensiones. **Family Process**, v. 49, n. 4, p. 486-504, 2010.

SILVA, A. V. Parcerias homoafetivas na região metropolitana do Recife: arranjos e práticas cotidianos. In: SEMINÁRIO NACIONAL GÊNERO E PRÁTICAS CULTURAIS: OLHARES DIVERSOS SOBRE A DIFERENÇA, 3, 2011, João Pessoa. [Anais...]. João Pessoa: UFPB/UEPB, 2011. Disponível em: <http://www.itaporanga.net/genero>. Acesso em: 02/08/2013.

SILVA, A. **Viver a dois é uma arte?** Um estudo antropológico da homoconjugalidade masculina. 2010. Disponível em: <http://www.webartigos.com/artigos/viver-a-dois-e-uma-arte-um-estudo-antropologico-da-homoconjugalidade-masculina>. Acesso em: 10/11/2013.

SOUZA, M. O. M.; OLIVEIRA, F. S. **Um olhar psicanalítico ao ciúme entre os casais da contemporaneidade**. 2012. Disponível em: http://www.fio.edu.br/cic/anais/2012_xi_cic/PDF/Psicologia/01.pdf. Acesso em: 23/11/2014

UZIEL, A. P. et al. Parentalidade e conjugalidade: aparições no movimento homossexual. **Horizontes Antropológicos**, v.12, n. 26, p. 203-227, 2006. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-71832006000200009&lng=en&tlng=pt.10.1590/S0104-71832006000200009. Acesso em: 23/11/2013.

ZIMERMAN, D. E. **Os quatro vínculos:** amor, ódio, conhecimento, reconhecimento na psicanálise e em nossas vidas. Porto Alegre: Art-med, 2010.

WALSH, F. Casais saudáveis e casais disfuncionais: qual a diferença? In: ANDOLFI, M. (Org), **A crise do casal:** uma perspectiva sistêmico-re-

lacional. Porto Alegre: Artmed, 2002. p. 13-28.

WEEKS, G. R.; HOF, L. Systematic treatment of inhibited sexual desire. In: ____ **Integrating sex and marital therapy**. New York: Brunner/Mazel, 1987.

WEEKS, G. R.; TREAT, S. Orienting couples to therapy. In: ____ **Couples in treatment: techniques and approaches for effective practice**. New York: Brunner/Mazel, 1992.



Capítulo 6

A expansão da pornografia e o seu efeito nos relacionamentos amorosos

“A castidade é a mais anormal das perversões sexuais” (Aldous Huxley)

Otávio Gonçalves
Thiago de Almeida

Quando falamos em pornografia, muitos de nós imaginamos que ela é um elemento novo que surgiu até há pouco tempo atrás. Mas, na realidade, a pornografia já existe há muito mais tempo que a internet, o cinema e até mesmo a fotografia. Pode até ser estranho pensar que a pornografia tenha surgido antes mesmo dessas tecnologias, já que no mundo contemporâneo, são por meio dessas tecnologias que a pornografia é difundida abertamente, mas sim, se você ainda tem dúvidas quanto a isso, saiba que a pornografia vai além de fotos ou vídeos, e a história nos mostra que a tecnologia apenas facilitou a distribuição de material pornográfico, coisa que já existe há muito tempo.

Apesar disso, é fato que convivemos com a pornografia na nossa sociedade. A maioria das pessoas já viu, pelo menos uma vez na vida, algum filme ou foto pornográfica. Mas o que isso causa na nossa vida, mais especificamente nos nossos relacionamentos amorosos? A pornografia ajuda ou atrapalha?



Primeiramente, pornografia nada mais é do que a representação de elementos sexuais de forma explícita que pode ocorrer através de fotos e vídeos, mas não se limita apenas a isso. Essa representação de elementos sexuais pode acontecer até mesmo através de textos, estátuas, peças teatrais ou contos passados oralmente. Muito mais do que pensamos, não é?

Mas por qual motivo nós temos esse tipo de representação na nossa sociedade? Para podermos responder essa pergunta precisamos entender uma teoria desenvolvida por um psicólogo norte-americano chamado de Abraham Maslow.

De acordo Maslow (1943), todos os seres humanos têm necessidades, desde as mais básicas como comer e dormir, até as a mais complexas como reconhecimento e confiança. A partir desse pressuposto, ele elaborou uma hierarquia dessas necessidades em forma de pirâmide, onde as necessidades mais básicas ficam na base, e as mais complexas ficam no topo. Para o ser humano poder alcançar o topo da pirâmide, ou seja, as necessidades de autorrealização, é necessário que ele supra todos os outros níveis anteriores da hierarquia. Dessa forma, é preciso que as necessidades básicas sejam supridas primeiro, para poder suprir as de um nível mais alto e assim por diante, até chegar ao topo.

Nesta teoria de Maslow, as necessidades básicas são interpretadas como tudo aquilo que é primordial ao ser humano, e neste degrau da pirâmide estão incluídas as necessidades de comer, dormir, respirar e também fazer sexo. Sim, ter relações sexuais é uma necessidade tão básica quanto comer ou dormir. Desta maneira, o sexo é um desejo primordial, inato da condição humana, o que quer dizer que nós instintivamente sempre procuramos por, além do sexo propriamente dito, as representações sexuais e a masturbação, como forma de satisfazer essa necessidade básica que temos.

Agora que sabemos disso, é fácil compreender o porquê a pornografia é tão presente em nossa sociedade contemporânea. Mas a

Capítulo 6 - A expansão da pornografia e o seu efeito nos relacionamentos amorosos

pornografia tal como conhecemos hoje é algo relativamente novo, as suas raízes estão em antigos objetos encontrados por arqueólogos, estudados não somente por estes, mas também por historiadores e antropólogos. Para podermos entender então o papel que a pornografia tem na nossa sociedade devemos entender como a expressão pornográfica ocorreu em diferentes épocas e locais até se tornar da forma que a conhecemos hoje.

A pornografia ao longo da história

Foi em oito de agosto de 1908, que o arqueólogo Josef Szombathy encontrou uma estatueta de barro, com cerca de 11 centímetros de altura representando o corpo de uma mulher, que posteriormente ficaria conhecida como Vênus de Willendorf. A estatueta encontrada por Josef representava uma mulher com um padrão de beleza diferente do que cultuamos em nossa sociedade contemporânea; ela tinha peitos e quadris enormes e uma barriga bem protuberante. A parte mais interessante vem agora; em 1990, os pesquisadores concluíram que a estatueta tem entre 22.000 a 24.000 anos de idade. Além dessa estatueta, várias outras foram encontradas, sendo que uma delas tem cerca de 300.000 mil anos de idade. E embora todas elas tenham os mesmos aspectos, representando mulheres nuas com formas fartas, alguns antropólogos afirmam que elas não tinham um caráter pornográfico, mas alguma relação religiosa, representando a fertilidade e servindo como amuletos. As formas das mulheres representadas não eram assim simplesmente por serem, pois de acordo com pesquisadores, as mulheres mais rechonchudas conseguiam suportar melhor o frio, além de ter mais energia armazenada para longas viagens, ou seja, estavam mais aptas a sobreviverem e gerarem descendentes, o que sempre era valorizado pelo homem primitivo.

Contudo, é importante ressaltar que, mesmo estas estatuetas não possuindo o mesmo cunho sexual que a pornografia atual tem, elas nos mostram muito sobre como eram as primeiras representações do corpo humano, o que é importante para podermos entender como elas evoluíram.



Vinte mil anos depois na antiga Grécia, a necessidade humana de buscar as representações sexuais continuou firme e forte. Há mais de dois mil anos, os habitantes de Atenas já dividam a cidade com inúmeras esculturas de nudez, as quais também estavam relacionadas com religião, sendo que muitas delas representavam os integrantes do panteão grego. Algumas dessas esculturas podem ser vistas até hoje, e outras são muito conhecidas como, por exemplo, a Vênus de Milo. Mas estas representações vão muito além dessas obras de arte: apesar das estatuas representarem os seus deuses, elas não se limitavam a esta concepção, já que buscavam representar o ideal de beleza que os gregos tanto cultuavam. Esse ideal de beleza ao contrário das formas salientes da Vênus de Willendorf, era marcado por curvas acentuadas nas mulheres e músculos nos homens, muito mais parecido com o ideal de beleza cultuado atualmente.

Já em Pompéia – a cidade romana que foi dizimada por um vulcão e foi soterrada pelas cinzas no ano de 79 D.C., sendo redescoberta somente em 1748 – temos exemplos claros de como a sexualidade era representada. Se você pensa que hoje a sexualidade está muito explícita, você nem imagina o que os arqueólogos encontraram nas escavações em Pompéia. Os pesquisadores encontraram a cidade praticamente intocada pelo tempo, os muros da cidade preservaram perfeitamente. Os afrescos, que nada mais são do que pinturas que ficavam espalhadas por todos os muros públicos da cidade estavam bem conservados. Estes afrescos, representações públicas da arte da época, continham cenas de sexo explícito muito parecido com a pornografia que existe hoje, as pinturas representavam cenas de nudez e sexo, tanto em relações heterossexuais, como de relações homossexuais e bissexuais, o que demonstra que o povo daquela cidade era muito mais liberal do que os padrões atuais. Mas essa liberdade toda não durou muito tempo.

Foi na Idade Média, com a ascensão da Igreja Católica, que o sexo passou a ser visto como um pecado que deveria ser evitado a todo o custo. O sexo era um pecado tão grave que só era perdoado quando tinha o único objetivo de procriação. Essa ideia fez com que a população encarasse o sexo como algo sujo e errado, fazendo com que as



Capítulo 6 - A expansão da pornografia e o seu efeito nos relacionamentos amorosos

representações sexuais explícitas desaparecessem por este período da história. A masturbação também era encarada da mesma forma, um pecado. O mais interessante é que essa ideia de que o sexo, a masturbação e a pornografia são coisas ruins perdura até os dias de hoje. Por mais que não tenhamos mais a ideia de pecado tão forte quanto ele já foi, não falamos tão abertamente sobre masturbação ou sexo quanto já foi falado em Pompéia, por exemplo.

Na própria Bíblia há relatos sobre como o sexo era encarado pelos cristãos há mais de dois mil anos, como por exemplo, na estória de Sodoma e Gomorra, as duas cidades destruídas pela ira de Deus por causa de seus moradores, que desrespeitavam seus mandamentos. Estas duas cidades citadas na bíblia são um belo exemplo de libertinagem; o povo das duas cidades era constituído basicamente de hedonistas. A população dessas cidades mantinha relações homossexuais abertamente, além de outras práticas consideradas como pecaminosas que envolviam a fartura e a abundância, mas não especificamente o sexo.

E de acordo com a narração bíblica, não contente com as práticas, Deus enviou anjos para resgatar a família de Ló, sobrinho de Abraão que morava na cidade e então a dizimou completamente com fogo e enxofre descidos do céu. Essa estória não deve ser tomada como factual, devido a não terem sido encontradas nenhuma evidência significativa da existência dessas duas cidades, contudo, a Bíblia ainda sim nos serve para compreender como era encarado o sexo para o povo cristão da época. Esse modo de encarar o sexo perseverou firme na Igreja católica, o que fez com que ela também abominasse a abundância de sexo e a homossexualidade.

Mas, não demorou muito para que a Igreja católica começasse a perder poder político. O início do declínio do monopólio católico na Idade Moderna fez com que a situação começasse a mudar e embora as igrejas protestantes que surgiram nessa época continuassem firmes nos dogmas em relação à sexualidade, a sociedade passou a ter uma maior liberdade sexual, sendo que as representações sexuais se tornaram novamente mais comuns. Isso fez com que vários artistas se sentissem li-



vres para se expressarem; Rousseau e Voltaire, por exemplo, são nomes conhecidos mundialmente por produzirem textos da área da filosofia, mas também escreveram pornografia, fato que muitas pessoas desconhecem.

Essa liberdade em todas as formas de expressão social seguiu de forma crescente até chegarmos à sociedade contemporânea. E o ser humano, que sempre gostou de pornografia usou a tecnologia ao seu favor. E não poderia ser diferente; as fotos pornográficas surgiram logo após a invenção da fotografia, o que não foi nem um pouco diferente dos filmes pornográficos. Se a fotografia e a cinematografia ajudaram muito a pornografia, a internet foi muito mais além. Hoje, com a expansão das ferramentas de comunicação, qualquer pessoa com acesso à internet está “a dois cliques de distância” de uma infinidade de vídeos pornográficos. Se alguém procurar, não vai levar mais do que alguns segundos para encontrar um website com conteúdo pornográfico, e se não procurar, provavelmente esse tipo de conteúdo vai chegar de outra forma, seja por e-mail de algum amigo, ou por aplicativos de mensagens por celular. Dessa forma, a pornografia se tornou algo completamente diferente do que já foi um dia e a facilidade em encontrar material pornográfico acarreta em mudanças nas nossas vidas, não só a pessoal como a profissional.

A história da pornografia no contexto brasileiro

Com a produção de conteúdo pornográfico a partir da fotografia e máquinas de impressão, a pornografia ganhou um empurrão, chegando ao Brasil com força total antes mesmo de 1900. Era comum encontrar nas bancas de jornal do Rio de Janeiro revistas com conteúdo pornográfico; havia desde estórias picantes, até fotos de modelos nuas e demais ilustrações pornográficas.

Contudo, muitas dessas publicações eram importadas e com a popularidade crescente que foi alcançada por esses *romances para homens*, como eram chamados na época, as editoras brasileiras viram uma oportunidade de mercado e decidiram investir nessa área. Nesse momento



Capítulo 6 - A expansão da pornografia e o seu efeito nos relacionamentos amorosos

a importação desse material se tornou dispensável, já que as editoras brasileiras passaram a contar com seus próprios autores, sendo muito deles anônimos: a indústria pornográfica brasileira deu seus primeiros passos. E se você pensa que eles representavam o sexo de uma maneira mais suave do que hoje, está muito enganado; muitos dos livros que fizeram sucesso não tratavam unicamente do sexo, mas entre seus temas havia adultério, incestos, casas de prostituição e até mesmo padres que abandonaram o celibato.

Vale lembrar que nessa época, o mercado pornográfico estava apenas começando e todo esse ar de novidade causou muito alvoroço entre os homens. Imagine cerca de um século atrás, onde não se era tão comum encontrar esse tipo de material e até mesmo o uso de minissaias era novidade. O clima na sociedade fazia com que qualquer expressão pornográfica causasse uma excitação muito maior do que causaria hoje.

Além das revistas com conteúdos pornográficos, as representações cinematográficas também chegaram aqui, mas os filmes que circulavam na época eram todos estrangeiros, sendo fabricados majoritariamente na França, Estados Unidos e uma parcela deles na Argentina.

Foi somente na década de 70, do século passado, que o Brasil começou a produzir seus próprios filmes com conteúdo sexual. Nessa década, o país teve seu mercado marcado por um gênero chamado de pornochanchada. Esse gênero de pornografia é classificado como *softcore*, ou seja, que não continha cenas de sexo explícito tal como os filmes estrangeiros da época, que eram classificados como *hardcore*. O que permitia com que fossem apresentados nos cinemas espalhados pelo país, coisa que não era permitida com os filmes estrangeiros, já que havia uma forte censura por parte do regime militar.

A pornochanchada surgiu em São Paulo e, esse gênero apesar de ter insinuações de sexo, não continha cenas de penetração, era marcado também por haver sempre uma história de fundo, sendo o sexo em si um dos elementos do filme, mas não necessariamente o principal. Este gênero serve perfeitamente como exemplo para entendermos a relação



entre o contexto sociocultural e a pornografia. Nesta época, com o regime militar em vigência, representações pornográficas mais pesadas eram censuradas, e sem esse tipo de material, o que restavam eram as porno-chanchadas, o que fez que esse gênero alcançasse uma enorme popularidade na década de 70, atraindo milhões de espectadores ao cinema.

E foi exatamente na década de 1980, com o fim do regime militar e o surgimento do videocassete no Brasil, que ocorrem duas mudanças importantes no contexto sociocultural da época:

- Com o fim da ditadura em 1985, houve o fim da censura contra filmes com cenas de sexo explícito;
- O surgimento do videocassete fez com que o ato de ir ao cinema e assistir a um filme com conteúdo pornográfico ficasse ultrapassado, já que a partir de então as pessoas poderiam consumir esse material em suas próprias casas.

Assim, sem a censura, logo começou a distribuição de filmes de pornografia *hardcore*, que ao contrário do *softcore*, não contém apenas insinuações de sexo, mas sim cenas de sexo explícito, ou seja, com penetração evidenciada. Essa distribuição aconteceu principalmente pelo VHS e, a facilidade para a aquisição desses videotapes, permitia a qualquer pessoa comprar um filme pornográfico para assistir em casa. Dessa maneira, foi apenas questão de tempo para que o costume de enfrentar uma fila de cinema para assistir um filme de porno-chanchada, que de sexo mesmo continha pouco, começasse a desaparecer.

As produções de filmes de pornografia *hardcore* ainda eram majoritariamente importadas nessa época, o que fez com que os produtores de porno-chanchada enfrentassem uma crise financeira. Essa crise não acabou, o que fez com que os produtores do gênero deixassem de produzir os filmes desse estilo.

E assim como aconteceu com as revistas pornográficas importadas, os filmes de pornografia estrangeiros logo começaram a dividir



Capítulo 6 - A expansão da pornografia e o seu efeito nos relacionamentos amorosos

espaço com as produtoras brasileiras, sendo que uma das mais bem-sucedidas atualmente iniciou suas atividades em 1996.

Hoje, contamos com duas grandes produtoras de filmes pornográficos aqui no Brasil, sendo elas a Sexy (21 anos no mercado) e a Brasileirinhas (19 anos no mercado). Ambas passaram muito tempo ganhando dinheiro através de filmes e revistas, estes que eram vendidos nas bancas de jornal e alugados na locadora de VHS. Mas, a tecnologia pode ser usada de várias formas, e com a expansão da internet e alta taxa de pirataria, as duas empresas precisaram mudar suas estratégias de marketing para continuarem ativas. Mas afinal, como funciona este mercado?

Como funciona a indústria pornográfica

Antigamente, a indústria pornográfica se resumia na produção e distribuição de filmes a partir do VHS, e, posteriormente, a partir do DVD. Mas a ascensão da internet mudou muito este mercado: hoje existem milhões de sites que distribuem gratuitamente pornografia, sendo uma grande parcela destes, sites que agem na ilegalidade, pirateando o conteúdo das produtoras. E a outra grande parcela dos sites distribui pornografia caseira, feita em casa por amadores, o que também compete diretamente com as produtoras comerciais de filmes pornográficos.

Esse fato fez com que grande parte dos consumidores desse tipo de material encarasse a pornografia como algo gratuito. A facilidade de encontrar material na internet de forma gratuita faz com que muitos deixem de pagar por esse tipo de conteúdo, afinal, por que alguém pagaria por algo que pode ser obtido de forma gratuita? O mesmo problema que é enfrentado pela indústria musical também assola a indústria pornográfica.

Os números chegam até a assustar, mas atualmente existe por volta de 4,2 milhões de sites com conteúdo pornográfico na rede, o que representa 12% do total. E apesar da grande quantidade de pirataria, somente nos Estados Unidos essa indústria fatura anualmente



cerca de 13 bilhões de dólares. Embora ainda seja um ramo muito lucrativo atualmente, a indústria pornográfica já foi um mercado muito mais atraente, mas que hoje vem perdendo espaço para a internet, como já foi dito.

Aqui no Brasil não é diferente: apesar de termos a Sexy e a Brasileirinhas no ramo, segundo uma pesquisa realizada pela Symantec sobre o consumo de pornografia mundial, nós brasileiros estamos em primeiro lugar no ranking de países que mais acessam pornografia, sendo que 55% dos internautas visitam páginas com conteúdo pornográfico. Para tentar competir com a internet, as empresas brasileiras de pornografia decidiram usar a mesma técnica: apostaram na plataforma web e hoje, cerca de 80% do lucro vem da venda de filmes pela internet.

Essa mudança no mercado fez com que a Sexy e a Brasileirinhas continuassem na ativa, e muito bem, diga-se de passagem. Assim como no século passado onde os consumidores preferiam assistir os filmes pornográficos no formato VHS em casa do que assistir no cinema, a distribuição dos filmes das produtoras pela internet fez com que elas continuassem no mercado devido à praticidade e também pela privacidade, que é outro fator muito importante.

Apesar de competir com a pornografia gratuita na internet e a pirataria, é um mercado que ainda proporciona um rendimento altíssimo. Quem mais ganha nessa área, tirando os empresários, são as atrizes. Nos Estados Unidos, enquanto os homens ganham entre 100 a 400 dólares por cena, as mulheres podem lucrar até 3.000 dólares por cena e, dependendo do quanto uma atriz trabalha, não é raro que algumas delas se tornem tão ricas, que se aposentam ainda jovens. Mas o que determinou o sucesso que essa indústria detém hoje? E por que nós nos interessamos tanto pela pornografia?

Por que a pornografia é tão atraente? A filogênese explica!

Os objetivos intrínsecos que estão cravados em todos os organismos vivos são divididos em dois: sobreviver e reproduzir. Básica-



mente, nós buscamos nos desenvolvermos bem, para atingir a maturidade sexual com saúde e assim podermos nos reproduzir. Isso faz parte da nossa filogênese, ou seja, está no nosso DNA, na nossa natureza.

Para Darwin (2004), no livro “A origem das espécies”, ele explica que para determinado organismo sobreviver e poder se reproduzir, ele precisa se adaptar ao seu ambiente, só assim ele vai poder passar seus genes adiante e continuar a espécie. Quando um organismo não consegue se adaptar, o seu destino é a extinção. Essa capacidade do organismo em se adaptar ao ambiente se refere aos seguintes fatores:

- **Alimento:** se o organismo só come um determinado alimento, e no seu ambiente existe uma falta desse alimento, ele vai ter que competir com os membros de sua própria espécie e/ou membros de outras espécies que também comem esse alimento. Assim, apenas a espécie e/ou o indivíduo mais apto irá conseguir se alimentar e, conseqüentemente, sobreviver.
- **Predadores naturais:** imagine que existem dois representantes de uma determinada espécie, devido às mutações genéticas um deles consegue correr mais rápido que o outro. Nessa hipótese, os predadores naturais dessa espécie conseguem comer os mais lentos, enquanto os mais rápidos conseguem fugir e se esconder. Ou seja, apenas os rápidos vão se reproduzir, e conseqüentemente passar seus genes para adiante, incluindo os genes que determinam sua velocidade.
- **Ambiente físico:** agora imagine uma espécie adaptada para sobreviver em um lugar quente, e devido a mudanças climáticas este ambiente passa a ser frio. Isso faz com que sobrevivam apenas os organismos que conseguem suportar o frio, talvez por terem mais pelos ou uma maior capacidade de armazenar gordura no corpo. Isso faz com que estes sobreviventes sejam os únicos a passarem seus genes adiante, em outras palavras, todos os descendentes desses indivíduos provavelmente terão a mesma capacidade de suportar o frio.

Agora devemos imaginar a seleção natural atuando na nossa própria espécie. Imagine os humanos pré-históricos, eles se adaptaram para conseguir armazenar energia em forma de gordura no organismo, isso nos proporcionou uma camada de proteção natural contra o frio, e a capacidade de aguentar um tempo sem nos alimentar, caso necessário. Agora imagine que ao longo das mutações genéticas que ocorrem naturalmente a cada geração, nasçam dois humanos. Um deles, quando atingir a puberdade, vai ter uma vontade gritante de fazer sexo e, o outro, quando atingir a puberdade, não vai ter vontade alguma de fazer sexo. Aquele que tem muito desejo por sexo, provavelmente, vai ter muitas relações sexuais e, conseqüentemente, terá muitos filhos, sendo que estes filhos compartilham o desejo por sexo igual ao do pai. Enquanto aquele que não tem muito desejo por sexo, pode chegar a não ter qualquer relação sexual, acabará morrendo sem nunca ter filhos e sem passar a sua genética adiante. Em outras palavras, os humanos que não tinham desejo por sexo não se reproduziam, ou não se reproduziam com a mesma frequência que os outros. Só os humanos que tinham interesse por sexo é que passavam os genes adiante, dessa forma, nós somos descendentes destes seres humanos, e compartilhamos a mesma vontade por sexo que eles tinham. É por esse motivo que a esmagadora maioria de nós adora sexo e suas representações; está no nosso DNA.

Esse fato foi confirmado em uma pesquisa proposta Simon Louis Lajeunesse, da Universidade de Montreal, Canadá. A proposta do estudo era de entender e comparar o comportamento dos homens que consumiam material pornográfico. E para realizar essa pesquisa, os pesquisadores precisavam de duas amostras: uma com homens que já consumiram pornografia e a outra amostra de homens que nunca tivessem tido contato qualquer tipo de material pornográfico. Só que o problema surgiu exatamente nesta parte da pesquisa: os pesquisadores não conseguiram encontrar nenhum homem na faixa dos vinte anos que não tivesse em nenhum momento da vida consumido pornografia. É de certa forma um fato cômico, mas isso nos mostra o quanto essas representações estão presentes na sociedade contemporânea, fazendo com que a pornografia atinja praticamente a todos os homens.



Capítulo 6 - A expansão da pornografia e o seu efeito nos relacionamentos amorosos

Mas, intrigantemente, nós não estamos tão adaptados para o mundo atual. Em eras passadas, precisávamos caçar para podermos nos alimentar. A falta de alimento era algo comum, então o que a evolução fez? Ela fez com que nosso cérebro aprendesse a amar comidas calóricas. Dessa forma, quando nos deparássemos com um alimento com alto valor calórico, nós iríamos comê-lo todo, fazendo com que nosso corpo armazenasse a energia em forma de gordura para que pudéssemos sobreviver caso houvesse falta de comida. No mundo moderno, a escassez de alimento é um problema praticamente inexistente em grande parte do mundo, mas esse mecanismo ainda existe no nosso DNA. É por esse motivo que amamos comer comidas super calóricas e a obesidade é um problema sério da sociedade contemporânea.

A pornografia funciona exatamente da mesma forma. Nosso cérebro está programado para gostar de se alimentar e de se reproduzir. Sendo assim, nosso cérebro evoluiu para que amássemos fazer sexo do mesmo jeito que evoluiu para amar comidas calóricas. O seu cérebro não sabe quando você vai ter outra oportunidade de passar seus genes adiante, então ele faz com que você sinta muita vontade por sexo, para não desperdiçar a oportunidade quando ela aparecer.

Agora vem um fato interessante: nosso cérebro não sabe a diferença do sexo real para quando você se masturba vendo algum filme pornográfico. Ou seja, toda vez que você se masturba vendo algum filme pornográfico na internet, o seu cérebro interpreta como uma parceira nova, fazendo com que ele pense ter mantido uma relação sexual. Dessa forma, nós temos contato com muito mais “parceiros” em uma sessão de masturbação com pornografia do que nossos antepassados tinham em toda a sua vida.

Para explicar o motivo de a pornografia ser tão atraente, há um mecanismo chamado de efeito Coolidge (WILSON; KUEHN; BEACH, 1963) que nos mostra como funciona nossa excitação sexual em relação aos nossos parceiros. Para a biologia e para a psicologia, o efeito Coolidge descreve o seguinte fenômeno, que foi encontrado em todos os mamíferos que foram testados; os machos só apresentam um de-



sempenho sexual contínuo enquanto são introduzidas novas parceiras. Quando o macho só tinha uma parceira para manter relações sexuais, o seu desempenho sexual começava a abaixar, o que era revertido imediatamente na presença de uma nova parceira.

Em termos biológicos, o cérebro funciona da seguinte maneira: a quantidade de dopamina liberada pelo cérebro vai baixando os níveis que são liberados no sexo com um parceiro repetido, mas aumenta drasticamente com a apresentação de um parceiro novo. Isso explica claramente o motivo da pornografia ser tão atraente para nós humanos; nosso cérebro acredita que estamos praticando sexo com um parceiro novo, toda a vez que nos masturbamos, enquanto consumimos material pornográfico.

Um fato interessante sobre os consumidores de pornografia é que, nós nos acostumamos em imaginar que apenas homens procuram esse tipo de conteúdo, mas esse é um pensamento errado. Na nossa sociedade mulheres são ensinadas desde cedo a se comportarem como “boas moças” e encararem o sexo de uma maneira diferente do que é ensinado aos meninos, isso faz com que algumas delas demonstrem ser contra a pornografia, mas de acordo com algumas pesquisas recentes, algumas mulheres estão começando a consumir material pornográfico e se você acha que elas são poucas, está muitíssimo enganado, pois não se tratam de uma parcela ínfima; um a cada três adultos que consomem material pornográfico na internet é do sexo feminino, um número muito maior do que costumamos imaginar. Provavelmente por essa ideia difundida em nossa sociedade, de que mulher não deve gostar de sexo tanto quanto os homens, elas se sintam menos confortáveis em admitir abertamente que consomem ou gostam de pornografia.

Algumas mentiras que os filmes pornográficos nos contam

Enquanto alguns homens imaginam a vida de um ator pornô um verdadeiro paraíso, afinal, eles recebem dinheiro para transar com lindas mulheres, às vezes, mais de uma vez por semana, muitos nem imaginam como são os ossos do ofício desses profissionais e o tanto de prepara-



Capítulo 6 - A expansão da pornografia e o seu efeito nos relacionamentos amorosos

ção e de dedicação que precisam para tal. Muitos deles, para poder ter uma ereção em meio a muitas luzes e pessoas os observando, fato que não é considerado agradável por boa parte de nós. Ademais, precisam fazer uso de substâncias que induzam a ereção.

As apresentações dos filmes pornográficos são por vezes, perfeitas demais, os atores têm um pênis muito maior do que a média e corpos esculpidos por musculação, dieta e procedimentos estéticos, o que sugere, no mínimo, uma triagem dos atores do elenco do filme. Além disso, os atores levam incontáveis horas para ejacular e, quando o fazem, liberam uma quantidade extraordinária de esperma. Já as mulheres dos filmes pornográficos sempre costumam ser belas, saradas e magras. Sempre têm seios rijos e glúteos fartos. Esse padrão pode mudar de acordo com a demanda do público-alvo, sendo que alguns homens preferem mulheres não tão magras, por exemplo, mas tudo é feito para parecer perfeito aos olhos do consumidor, levando sempre em consideração o gosto ou fetiche do público-alvo.

É por essa representação sexual, de certa forma perfeita, que os filmes pornográficos atraem tanto as pessoas. Além de ser fácil e prático encontrar esse material na internet, e de forma gratuita, um filme pornográfico mostra exatamente o que o indivíduo procura, satisfazendo algumas vezes, desejos que ele não poderá satisfazer e nem mesmo contar para sua parceira ou parceiro.

Outro aspecto dos filmes pornográficos são os seus roteiros, ou mais precisamente a falta deles. Todo o mundo que já assistiu alguns deles sabe que os filmes pornográficos apresentam nada ou quase nada de enredo e, mesmo os que apresentam, mostram ser um enredo pobre e pouquíssimo articulado. Há que se evidenciar também que, as pessoas, geralmente, assistem a um filme para descobrir o que irá acontecer, mas essa regra não se aplica à pornografia, já que quando alguém procura um filme pornográfico, essa pessoa sabe exatamente o que irá encontrar, ou seja, a prática do sexo explícito. Imagine a seguinte cena, um entregador de pizza chega à casa de duas jovens garotas, no auge de seus dezoito anos e, antes mesmos delas abrirem a pizza, sequer conversarem por



mais que cinco minutos e os atores já estão a ter relações sexuais. O entregador de pizza pode até ser substituído por mecânico, eletricista, bombeiro ou um executivo, sem maiores complicações, posto que para os filmes pornográficos, isso pouco importa: o final permanecerá muito parecido.

Mas apesar de existir sim essa possibilidade de alguém ter vontade de transar com um estranho, o quanto esse pobre roteiro condiz com a realidade? Não é algo tão comum assim para falar a verdade. Dessa forma, o filme pornográfico passa a ser uma coisa muito mecânica. Mas, se não fosse isso o que as pessoas buscam, não faria tanto sucesso como faz. O fato é que as pessoas que buscam por pornografia, em sua grande maioria, não buscam diálogos bem elaborados ou tramas complexas. Assim como já foi dito antes, elas buscam satisfazer sua necessidade biológica por sexo ou por pornografia mesmo, como veremos mais adiante, o que importa é que quando existe enrolação elas simplesmente pulam logo para a parte mais quente, ao invés de esperar ou tentar encontrar alguma lógica no enredo e as produtoras já perceberam isso.

Mas na vida real não funciona dessa forma. Conseguir um parceiro para manter relações sexuais, mesmo que seja algo casual, não costuma ser tão simples. Contanto que você não acredite em tudo ao que assiste, principalmente no caso dos filmes pornográficos, não vai encontrar grandes problemas. A verdadeira dificuldade aparece quando a pessoa passa a pensar que sexo é mecânico igual aos filmes e, apesar de não haver estudos comprovando fatos sobre isso, há uma grande especulação acerca do fato de a pornografia melhorar ou agravar a prática do estupro. De um lado, existe um grupo que diz que a pornografia incita a misoginia, ou seja, estimula a discriminação à mulher, já que o filme pornográfico a trata como um objeto de prazer e nada mais. E, do outro lado, existe um grupo com pensamento completamente oposto, defendendo que os filmes pornográficos desestimulam o estupro quando dão aos possíveis estupradores uma alternativa de suprir suas necessidades ao invés de estuprar alguma mulher. É com certeza um assunto muito polêmico que não será resolvido tão cedo, mas existem muitas outras questões como, por exemplo, se a pornografia pode re-



almente influenciar o comportamento social das pessoas, o que outros tipos de pornografia podem fazer?

A pornografia ilegal e as parafilias

Fora da legalidade e vivendo no *underground*, existe um mundo de pornografia que nos incita a perguntar até onde vai nosso desejo por sexo e suas representações. Há uma rede que distribui de forma gratuita e comercial filmes pornográficos com conteúdo ilegal. Em meio a esse mercado, existem cerca de 100 mil sites distribuindo pornografia infantil, o que gera anualmente mais de 300 milhões de dólares. Esse número pode variar de acordo com a pesquisa, já que, por ser uma atividade dinâmica e ilegal são infinitas vezes mais difícil de calcular em números exatos.

Existem vários tipos de vídeos pornográficos ilegais, todos relacionados com fetiches específicos, sendo que estes fetiches específicos são conhecidos na Psicologia como parafilias. As parafilias como veremos mais adiante, podem ser apenas uma parte da condição humana, já que todos nós podemos ter algum tipo de fetiche e este não atrapalhar nos nossos relacionamentos. Contudo, existem as parafilias classificadas como perversões, ou seja, determinados desejos e práticas sexuais que podem causar prejuízo à saúde ou segurança de terceiros ou até mesmo à própria pessoa. Existem inúmeros tipos de parafilias, sendo algumas delas:

- *Pedofilia* – Como já foi citado, existe um mercado ilegal de vídeos pornográficos envolvendo crianças.
- *Rape* – São vídeos pornográficos que contém cenas de estupros reais, muitas vezes envolvendo muita agressão física.
- *Crush* – Existe um certo tipo de fetiche onde o prazer está em ver a parceira esmagar algum objeto com os pés, as vezes calçados e as vezes não, podendo variar de acordo com o estilo. Os objetos esmagados podem ser muitos, desde pequenas frutas até

animais vivos, que são pisoteados até a morte, este último exemplo são os vídeos crush ilegais.

- *Gore Porn* – Este tipo de pornografia ilegal além de conter estrupos reais, termina com a morte da vítima.
- *Necrofilia* – São vídeos que, como o próprio nome já sugere, contém cenas de sexo com pessoas mortas.
- *Frotteurismo* – É uma parafilia onde o prazer é obtido na fricção dos órgãos genitais no corpo de uma pessoa completamente vestida, e é ilegal quando acontece sem o consentimento de ambas as partes.

Por motivos óbvios, esses tipos de fetiches podem causar grandes problemas não somente às pessoas que tem essas dificuldades como também se estendem, na maioria das vezes e com uma magnitude superior, às pessoas ao seu redor. O frotteurismo, por exemplo, já fez algumas notícias na capital paulista, pois infelizmente se tornou muito comum ver casos desse nos metrô e nos ônibus, lugares com alta concentração de pessoas, nos quais costuma ocorrer com uma maior frequência essa prática. Popularmente conhecido como “encoxada”, algumas vezes, os que sofrem dessa dificuldade chegam até a ejacular nas mulheres dentro do ônibus. No Japão, o número de casos estava crescendo tanto que foi preciso separar vagões do metrô somente para mulheres, para tentar evitar essa prática difícil de controlar.

O problema é gritante, já que existem até sites específicos que compartilham vídeos de homens “encoxando” mulheres em locais públicos, na sua extensa maioria, sem o consentimento delas. Até mesmo em sites famosos de compartilhamento de vídeos há exemplos dessa prática.

Mas essa variedade imensa de pornografia é um fenômeno que já é explicado pela psicologia. Mais à frente, no tópico seguinte, discutiremos sobre isso.



Os efeitos positivos da pornografia nos relacionamentos amorosos

A pornografia pode sim trazer benefícios para o casal, mas quais são eles?

Albert Bandura foi um psicólogo canadense que formulou o conceito de aprendizagem social (BANDURA, 1977). Este conceito foi fundado na hipótese de que nós seres humanos podemos adquirir novos comportamentos somente pelo fato de observar o comportamento de terceiros. Ele confirmou sua hipótese no experimento que ele realizou com três grupos de crianças. Cada grupo via um vídeo onde um adulto agredia um boneco e o final do vídeo era diferente para cada um dos grupos. Em um dos vídeos, o adulto era recompensado no final, em outro ele era punido e, no último, ele não sofria nenhuma consequência.

Após cada grupo ver um tipo do vídeo, cada grupo de crianças foi colocada em uma sala com um boneco. O que se percebeu então foi que o grupo de crianças que viu o adulto ser recompensado no final repetiram com maior frequência as agressões em relação aos outros dois grupos, que viram o adulto ser punido ou não sofrer nenhuma consequência. Por extensão a esse exemplo, os vídeos pornográficos também podem ser considerados vídeos educativos. Quando o indivíduo vê as encenações dos filmes pornográficos, ele pode vir a aprender algum comportamento novo, talvez uma posição sexual nova, um jeito diferente ou uma entonação qualquer, o que leva a aumentar o seu repertório comportamental. Isso é bom, já que quando o indivíduo pode trazer novidades para a relação e acaba apimentando essa, por assim dizer.

Além do fato de a pornografia ajudar na aquisição de novos comportamentos que podem apimentar a relação, assistir filmes pornográficos também diminui os níveis de estresse, segundo uma pesquisa realizada pela universidade norte-americana Carnegie Mellon. O que leva ao casal um clima mais agradável, não só na convivência diária, mas também nos momentos de intimidade (CRESSWELL et al., 2013).



De acordo com um estudo da Universidade Federal da Paraíba intitulado: “Atitudes de estudantes universitários frente ao consumo de materiais pornográficos” (GUERRA; ANDRADE; DIAS, 2004), os participantes da amostra quando perguntados se consomem material pornográfico com intuito de obter informações reais sobre sexualidade, 55,8% dos homens e 72,4% das mulheres responderam que sim. E se eles utilizam a pornografia para ter mais fantasias sexuais, 50% dos homens disseram que sim contra 41,4% das mulheres.

Sendo assim, a pornografia pode contribuir para aumentar o nível de excitação do casal, fazendo com que ambos sintam mais desejo sexual. Dessa forma, desde que o material pornográfico seja algo que os dois parceiros querem consumir e não somente um deles, a pornografia pode sim contribuir para uma melhor atividade sexual.

Quando a pornografia passa a afetar a vida do casal

Apesar dos efeitos positivos que a pornografia pode trazer para o relacionamento amoroso, ela causa vários efeitos negativos também. Em um estudo realizado pela universidade de Denver nos Estados Unidos intitulado “Viewing sexually-explicit materials alone or together: associations with relationship quality” (Assistir material contendo sexo explícito sozinho ou com o parceiro: Associações com a qualidade da relação) observou-se resultados interessantes. A partir de uma amostra de 1291 pessoas comprometidas, sendo que 45% delas consumiam material pornográfico junto com os parceiros, e 77% dos homens e 32% das mulheres admitiram aos pesquisadores que também consumiam esse material quando estavam sozinhos, esta pesquisa revelou que as pessoas que não costumavam consumir material pornográfico eram mais felizes no relacionamento, mais comprometidas, se comunicavam melhor com seus parceiros e estavam mais satisfeitas sexualmente (MADDOX; RHOADES; MARKMAN, 2011).

Um dos maiores problemas que a pornografia causa a quem a consome é a dependência. Sim, pornografia vicia, tanto quanto e as vezes até mais que muitas drogas ilícitas, só que ao invés da depen-



Capítulo 6 - A expansão da pornografia e o seu efeito nos relacionamentos amorosos

dência química, este vício é chamado de dependência psicológica. A dependência psicológica é caracterizada basicamente pela necessidade de emitir determinado comportamento para poder viver bem e se sentir confortável, e outra das suas características, é que seu tratamento é lento e difícil.

Praticamente há pouquíssimo tempo, há trinta anos, para o indivíduo poder consumir algum tipo de material pornográfico, ele deveria encarar a vergonha e entrar em uma daquelas alas reservadas das locadoras, onde ficavam armazenados os filmes pornográficos, ou então, ir a alguma banca de jornal comprar uma revista, o que também poderia causar desconforto ao indivíduo. Hoje, a expansão da internet faz com que qualquer um possa procurar o que quiser, sem medo de alguém descobrir suas fantasias.

Segundo Skinner (1938), sempre que algum comportamento que emitimos é recompensado de certa forma, nós temos uma probabilidade maior em emití-lo novamente. Com a pornografia, que geralmente vem acompanhada da masturbação para satisfazer a necessidade por sexo, acontece exatamente isso; quando o indivíduo se masturba, ele sente prazer, isso é interpretado como uma recompensa para o cérebro, o que fará que o comportamento de se masturbar e consumir material pornográfico tenha maiores chances de ser emitido posteriormente. Sem contar que somente a pornografia, mesmo sem a masturbação, já é considerada como uma recompensa para o indivíduo.

Contudo, sentir vontade de se masturbar e/ou consumir material pornográfico não caracteriza em vício, é algo normal. O problema está quando isto se torna uma dependência, e o que caracteriza a dependência psicológica é a inabilidade de controlar a frequência do seu comportamento. Assim, a dependência pornográfica vem se tornando uma doença que cresce mais a cada dia, devido à facilidade em encontrar esse tipo de material.

Hoje em dia, além de se encontrar aos montes websites que distribuem conteúdo pornográfico, é muito comum os grupos de redes



sociais de celular compartilhareм esse tipo material, sendo um comportamento social que é reforçado muitas vezes pela reação positiva do grupo. Para os dependentes em pornografia, é muito difícil ficar sem consumir esse conteúdo e não se masturbarem, além de que, a dependência de pornografia é uma doença que incapacita os indivíduos dependentes de conseguirem gerenciar suas próprias atividades sexuais, demonstrando um comportamento obsessivo de consumo de conteúdo pornográfico que pode acarretar o fato do indivíduo preferir assistir a pornografia a realizar o ato sexual com seu parceiro. Em outras palavras, o consumidor de pornografia, ao procurar cada vez mais um prazer erótico desvinculado do (a) seu (sua) parceiro (a), pode torná-lo dispensável para a atividade sexual.

Outro problema que a pornografia pode causar é o fato de ela criar expectativas altas em relação ao sexo e o parceiro. Em outras palavras, no material pornográfico tudo costuma ser muito perfeito, ainda que tente parecer o mais natural possível. O indivíduo que cria dependência a pornografia pode vir a acreditar que é comum um homem ter relações sexuais que duram uma hora interrompida sem demonstrar cansaço algum, ou acreditar que sua parceira adore, por exemplo, sexo anal, o que pode não ser verdade e caso não seja esse o caso com o parceiro, o indivíduo com altas expectativas pode se decepcionar e acreditar que o sexo real não é tão excitante quanto no material de conteúdo pornográfico.

Pode ser que o indivíduo infeliz por não demonstrar o mesmo vigor que os atores têm nos filmes, chegue a utilizar algum medicamento por conta própria, a fim de produzir, favorecer ou melhorar uma ereção. Este medicamento por sua vez, pode ser nocivo à saúde do indivíduo, mas caso proporcione o efeito desejado, vai fazer com que essa atitude de consumir o medicamento aconteça novamente.

Assim como outras dependências, o tratamento para o consumo exagerado de pornografia é muito difícil, sendo um processo demorado que exige uma força de vontade extraordinária por parte do dependente, além de um acompanhamento próximo de agentes envolvidos no tratamento, que podem ser membros da família ou amigos.



Capítulo 6 - A expansão da pornografia e o seu efeito nos relacionamentos amorosos

A dependência causa outros efeitos indesejáveis também. Um dos princípios básicos da psicologia comportamental, segundo Skinner (1938) é que, quando um organismo recebe um estímulo com uma frequência alta, este estímulo pode deixar de eliciar (causar) as mesmas respostas, ou a mesma magnitude de resposta que causava no começo. Em outras palavras, quando o indivíduo passa a consumir muito material pornográfico, esse material pode deixar de eliciar prazer e excitação com a mesma magnitude que eliciava no começo, este processo é chamado de habituação na psicologia comportamental. Quando isso acontece, o indivíduo precisa de uma dose maior e diferenciada para obter as mesmas sensações de antes, assim como acontece com um usuário de álcool ou drogas. Por exemplo, um alcoólatra que ganha resistência com o tempo e precisa de uma dose maior de bebida para conseguir se embriagar. No caso do dependente em pornografia, cenas mais comuns como o sexo entre um homem e uma mulher (no caso do indivíduo ser heterossexual) deixam de causar a mesma excitação anterior, então o indivíduo procura por outro tipo de pornografia e, se ele continuar vendo com frequência esse tipo de material, esse novo tipo de pornografia também vai passar pelo mesmo fenômeno e, cedo ou tarde, ele estará precisando consumir algum tipo de material pornográfico pesado ou até mesmo ilegal para poder se satisfazer.

É válido também lembrar que, ter um fetiche especial não torna automaticamente ninguém doente. Na verdade, fetiches são comuns e, dificilmente atrapalham o relacionamento. E, muito pelo contrário, os fetiches podem até ajudar a apimentar as relações. O fetiche só é nocivo, quando o indivíduo se torna impossibilitado em obter prazer sexual, sem o seu objeto de desejo. Se esse não for o caso, os fetiches servem para desencadear o prazer sexual e apimentar a relação sexual. Contudo, a dependência em pornografia geralmente leva ao quadro psicopatológico; o indivíduo pode se tornar tão dependente da pornografia que não busca manter relações sexuais com o parceiro, somente o ato de se masturbar e de consumir material pornográfico o satisfaz e, quando o indivíduo ainda consegue manter relações sexuais, este só consegue sentir prazer caso o parceiro satisfaça seu fetiche, caso contrário não sentirá prazer algum.



Outro efeito colateral da dependência em pornografia é a impotência sexual, que é explicada da mesma forma que a aquisição de novos fetiches; o indivíduo dependente precisa de material cada vez mais pesado para poder se excitar, assim, o parceiro nu não é um estímulo com intensidade suficiente nem para causar prazer e nem para causar a excitação. Então, o que isso causa no relacionamento? Muitas vezes, o dependente não sabe do seu problema e, quando sabe, sente dificuldades de contá-lo para alguém. O parceiro, na maioria das vezes, acredita que seu cônjuge tem apenas a mania de consumir material pornográfico, ou se acha que existe uma obsessão, não a classifica como dependência ou doença. Isso faz com que o parceiro se sinta mal quando não consegue satisfazer sexualmente o cônjuge e, por sua vez, este sente-se mal por não sentir e nem proporcionar prazer no parceiro também.

Sabendo que muitas vezes nem o dependente nem o seu cônjuge conseguem identificar o problema, foi elaborado um pequeno teste que pode auxiliar tanto o próprio dependente verificar se tem problemas com a pornografia ou não, quanto o parceiro identificar se seu cônjuge tem algum grau de dependência pornográfica.

Para cada questionamento responda sim ou não:

- Você ou seu (sua) parceiro (a) procura pornografia mais que três vezes por semana?
- Você ou seu (sua) parceiro (a) já deixou de participar de alguma atividade social para consumir material pornográfico?
- A pornografia comum (aquela que não envolve nenhum tipo de parafilia) já não excita você ou seu (sua) parceiro (a) da mesma forma que costumava excitar?
- Você ou seu (sua) parceiro (a) gasta mais tempo do que gostaria(m) consumindo material pornográfico?
- Você ou seu (sua) parceiro (a) já deixou de ter relação sexual com o (a) parceiro seu (sua) (a) devido à falta de interesse?



Capítulo 6 - A expansão da pornografia e o seu efeito nos relacionamentos amorosos

- Quando você ou seu (sua) parceiro (a) precisa deixar de consumir material pornográfico sente-se irritado (a)?
- Você ou seu (sua) parceiro (a) já sentiu dificuldades em ter uma ereção, ou excitação, durante o relacionamento sexual com o (a) parceiro (a)?
- Você ou seu (sua) parceiro (a) tem dificuldade em contar sobre os fetiches que tem?
- Você ou seu (sua) parceiro (a) sente que a produtividade está caindo?
- Você ou seu (sua) parceiro (a) procura material pornográfico mesmo quando está no trabalho?
- Você ou seu (sua) parceiro (a) costuma esconder seus hábitos de parceiras e/ou pessoas próximas?

Se respondeu *sim* para três ou mais dessas perguntas, você ou seu (sua) parceiro (a) pode ter algum problema com a pornografia. Primeiramente, se você é o dependente, não se sinta mal por isso, saiba que você tem um problema, mas que existe tratamento para ele. Saiba também que a aceitação do problema é a parte mais importante. Assim que você puder encarar o fato que tem algum grau de dependência a pornografia, fica mais fácil pedir ajuda. É sim um tema delicado e é normal sentir receio em pedir ajuda ou até mesmo contar para alguém, mas é importante lembrar que no tratamento para a dependência a pornografia a ajuda das pessoas próximas é imprescindível para a cura. Então, vale a pena pensar sobre dividir seu problema com seu parceiro ou amigos, e é claro, procurar ajuda profissional.

Agora se você está do outro lado do problema e, é o seu (sua) parceiro (a) que tem dependência em pornografia, é imprescindível que você consiga compreender que seu (sua) parceiro (a) tem uma doença que precisa de tratamento, contudo, você deve usar de muita



cautela ao tocar no assunto. Seu (sua) companheiro (a) não vai se sentir bem dependendo de como você for abordar o tema, o que pode fazer com que seu (sua) parceiro (a) procure se esquivar do assunto na próxima vez.

É importante lembrar que, muitas vezes, é extremamente vergonhoso para o dependente em pornografia admitir seu problema e, mais embaraçoso ainda, falar sobre que tipo de material pornográfico costuma consumir, já que é comum para o dependente consumir algum tipo incomum de material. Sendo assim, evite a todo custo expor seu companheiro, o primeiro passo para a cura é a aceitação do problema por parte do dependente, se isso não acontecer, qualquer ajuda de fora que você buscar não vai resultar em nada.

Então, o que você pode fazer é unicamente tentar conversar amigavelmente sobre o tema e *nunca* agindo de forma rude ou tentando persuadir o (a) parceiro (a) a aceitar ou mesmo aderir espontaneamente ao tratamento. Seu papel é unicamente de tentar fazer com que seu (sua) parceiro (a) compreenda o que se passa, que possa aceitar sua condição *momentânea* e que desperte nele a vontade por tratamento, agindo sempre de forma sutil e amigável.

Não é um caminho fácil e, muitas vezes, quem mais sofre com a situação é o (a) parceiro (a) do dependente. Dessa forma é interessante lembrar que seu (sua) companheiro (a) passa por dificuldades passageiras, e mesmo que as ações dele possam machucar você e/ou o relacionamento em si, é devido a estas dificuldades que ele está enfrentando. Se você vela pelo bem-estar tanto do (a) seu (sua) parceiro (a), quanto da sua relação, é importante saber a importância do seu papel na recuperação e, saber que, se você ajudar seu (sua) parceiro (a) a entender o problema, você fez praticamente tudo o que pode ser feito, o que vai restar a você é dar apoio a ele (a) e auxiliar no tratamento.

Mas afinal, como funciona o tratamento para os dependentes em pornografia?



O tratamento para os dependentes em pornografia

Por mais difícil que seja em aceitar o quadro, é importante lembrar sempre que existe tratamento, e todos os efeitos colaterais tais como a impotência, podem ser revertidos com ajuda profissional e, principalmente, força de vontade por parte dos afetados por essa condição. Para compreendermos como funciona o tratamento, devemos compreender primeiramente como funciona a dependência pornográfica. Na Psicologia, a dependência pornográfica é uma doença classificada como compulsão, e o que são as compulsões?

Basicamente, as compulsões se caracterizam por uma pressão interna no indivíduo que, por vezes, faz com que ele sinta um desejo muito forte em realizar uma determinada ação, que quando é realizada acaba gerando prazer em um primeiro momento, mas que depois acaba causando sentimento de culpa e/ou mal-estar.

Imagine a seguinte situação: o indivíduo está se sentindo triste e acaba, por exemplo, consumindo algum tipo de material pornográfico na internet e se masturbando. Já foi explicado, neste capítulo, que nosso cérebro funciona com um sistema de recompensas, sendo assim, quando esse indivíduo hipotético se sentir triste, o que provavelmente ele irá fazer? Exato, procurar material pornográfico e se masturbar, já que anteriormente isso o fez sentir bem. Essa sensação de bem-estar é causada no cérebro pelo neurotransmissor conhecido como dopamina, que é liberado durante situações agradáveis, estimulando o indivíduo a procurar novamente essa situação posteriormente.

O problema da compulsão ocorre quando, o indivíduo passa a repetir esse comportamento repetitivamente e, em demasia, a masturbação. Isso faz com que a dopamina se “esgote” e, sendo ela o neurotransmissor que causa prazer, a sua falta leva o indivíduo a se sentir mal e triste. E isso, por sua vez, acaba fazendo com que o indivíduo busque novamente se sentir bem, ou seja, fazendo com que ele procure mais pornografia e masturbação. É dessa maneira que se caracteriza a compulsão, um ciclo vicioso.



Há certos fatores biológicos que podem causar esse quadro. Na sociedade contemporânea, é muito comum nós não nos alimentarmos bem, dado o fato da vida ser mais dinâmica e agitada, muitas vezes não podemos dar tanta atenção a nossa alimentação.

Isso pode vir a causar um déficit em algumas substâncias necessárias para o bom funcionamento do organismo. Uma dessas substâncias que podem vir a faltar, que é de extrema importância para nossa saúde, é conhecida como triptofano. Essa substância no Sistema Nervoso Central é uma das responsáveis pela produção de serotonina, que é um dos principais neurotransmissores do cérebro. O déficit em serotonina causa vários incômodos, entre eles está a depressão.

A serotonina por ser imprescindível para o bom funcionamento do nosso organismo, é produzida naturalmente pelo nosso corpo, desde que exista triptofano, pois ele é a matéria prima da serotonina. Ao consumir alimentos que tem triptofano, o corpo sintetiza a serotonina no intestino e no cérebro e, ao contrário do que o senso comum imagina, o intestino produz essa substância neurotransmissora mais do que o cérebro, sendo 90% de toda serotonina produzida no intestino.

Sabendo do papel importante que a serotonina tem, os alimentos que contém triptofano são considerados antidepressivos naturais já que esses alimentos atuam fornecendo matéria prima da serotonina ao organismo. Os principais são:

- Lentilha;
- Ervilha;
- Alfarroba (que também é uma alternativa ao cacau, pois tem sabor parecido ao chocolate);
- Cacau;
- Arroz integral;



Capítulo 6 - A expansão da pornografia e o seu efeito nos relacionamentos amorosos

- Aveia;
- Mel
- Damasco

Esses alimentos que ajudam a regular os níveis de triptofano e, conseqüentemente, os níveis de serotonina, são de grande importância no tratamento das compulsões. Dado o fato que, o indivíduo sente-se impelido a realizar a ação compulsiva sempre que se sentir mal de alguma forma, para que assim possa se sentir bem. Quando o indivíduo tem um déficit nos níveis de serotonina, ele acaba por se sentir triste e pode chegar a apresentar um quadro ‘depressivo’, como já foi citado e isso o leva a reforçar cada vez mais sua compulsão. Assim, ao manter a serotonina em um nível saudável, o indivíduo passa a ter um maior controle sobre si mesmo. O que faz com que ele não sinta uma vontade tão forte em realizar o comportamento da compulsão.

Contudo é importante lembrar que o déficit em triptofano e serotonina não são as únicas causas de depressão/compulsão, cada caso é um diferente dos outros, precisando ser estudado e tratado da forma mais eficaz. O tratamento das compulsões tem no seu início uma das maiores dificuldades: a fase inicial é fazer o indivíduo que sofre pela compulsão compreender que o que ele sente é uma doença, que afeta não só ele, mas muitas outras pessoas e que existe tratamento. A maioria desses indivíduos tem certas dificuldades em enxergar e admitir o seu problema, por isso, a fase de aceitação por parte do indivíduo é uma das fases mais delicadas.

Se o indivíduo aceitar sua condição e procurar tratamento, já foram andados 50% dos passos deste caminho em busca do equilíbrio e do bem-estar. A terapia comportamental aliada à farmacologia atualmente é considerada uma das melhores opções no tratamento. O terapeuta comportamental vai atuar identificando quais são as situações que levam o indivíduo a realizar determinado ato compulsivo. Então, pode criar meios para que o paciente evite essas situações para que se sinta menos impelido a realizá-las.



Na compulsão por pornografia, o tratamento inclui a utilização de filtros de conteúdo, que vão impedir que o paciente acesse sites de pornografia. Mas é importante que o indivíduo se comprometa com o tratamento, procurando evitar consumir qualquer tipo de pornografia: filmes, fotos, textos e qualquer outro tipo de conteúdo pornográfico.

O tratamento farmacológico vai auxiliar na estabilização dos níveis de serotonina, causando bem-estar no indivíduo, o que faz com que o indivíduo não se sinta necessitado em procurar por bem-estar através da pornografia.

Sobre sexting, vingança e produções caseiras

Uma forma de expressão inexistente até pouco tempo atrás, mas que hoje faz parte do nosso dia a dia é o comportamento de tirar foto de si mesmo, geralmente através de celulares ou webcams. Essa expressão é conhecida como *selfie*. A tecnologia foi determinante no sucesso dessa expressão, e assim como as *selfies*, uma outra modalidade parecida, chamada de *sexting*. Mas o que é isso?

O sexting (Sex + texting = sexo + ato de mandar sms) nada mais é do que tirar uma foto nua ou seminua de si, ou até mesmo praticando alguma atividade sexual e enviá-la através de sms ou por alguma rede social no smartphone, o que é mais comum.

Essa modalidade surgiu há cerca de seis anos e, assim como as outras novidades tecnológicas, os maiores adeptos dessa expressão são os jovens. Levando em consideração que boa parte desses jovens ainda são adolescentes, o sexting muitas vezes se torna um problema também familiar.

Uma das características principais do sexting é a facilidade na sua propagação. A tecnologia torna tudo muito fácil, e deve-se lembrar de que não existem garantias de que sua foto não vai espalhar pela rede, até mesmo o caráter da pessoa que você enviou a foto é indiferente, já que tudo que é digital é passível de roubo virtual. Isso fez com que vá-



Capítulo 6 - A expansão da pornografia e o seu efeito nos relacionamentos amorosos

rias fotos de adolescentes caíssem na rede, causando constrangimento tanto para a família quanto para a vítima.

Apesar do problema da pedofilia, envolvendo adolescentes, o sexting, como também o armazenamento de fotos sensuais pode causar problemas, além dos anônimos que diariamente caem na rede, vários artistas nacionais e internacionais passaram pelo mesmo problema.

Muitas das vezes, quem recebe a foto não tem intenção de espalhá-la, mas existe um tipo de pornografia bizarro conhecido como *revenge porn* (do inglês, pornografia vingativa). Esse tipo de pornografia retrata nada mais do que ex-parceiros frustrados, infelizes ou com raiva devido ao término do relacionamento, que decidem divulgar na internet as fotos do antigo cônjuge como forma de vingança, daí vem o nome *revenge porn*.

Mas antes que você diga que nunca irá mandar uma foto sensual sequer para seu (sua) parceiro (a) e nem fazer nada do tipo com medo de cair na rede, existem alguns fatos interessantes sobre o assunto. Você já pensou em gravar algum vídeo pornográfico com seu (sua) parceiro (a)? Saiba que uma pesquisa publicada no *The Journal of Sex Research* mostrou que as atrizes de filmes pornográficos apresentavam as seguintes características em relação a outras mulheres que não eram atrizes pornográficas (ADAMS et al., 2012):

- Maior autoestima;
- Maior satisfação com o próprio corpo;
- Níveis mais altos de espiritualidade;
- Maior satisfação sexual;
- Melhor qualidade de vida

Essas características podem estar relacionadas a vários motivos, pode ser devido a vida que levam ou pelo fato de fazerem muito sexo, a



pesquisa infelizmente não determinou o motivo. Ainda assim, gravar alguma aventura com o parceiro pode ser algo interessante para a relação, mas existem coisas que devem ser lembradas sempre. Seja o seu parceiro um ficante, namorado, noivo ou cônjuge, o correto seria ele nunca passar o vídeo adiante, respeitando você. Mas infelizmente o mundo em que vivemos não é perfeito, existem problemas, e nem sempre podemos confiar cegamente nas pessoas – muito menos na tecnologia! Mas se acaso você quiser mesmo gravar um vídeo íntimo com seu parceiro, certifique-se de proteger bem seus arquivos, assim uma forma de esquentar o relacionamento não vira dor de cabeça.

Considerações finais

Do nosso desejo intrínseco por sexo até as suas representações artísticas, que tem suas raízes na pré-história e perduram até os dias de hoje, mostrando que nós humanos adoramos o sexo e a pornografia. Não só gostamos, a pornografia está e sempre esteve presente em todas as sociedades humanas, de uma forma mais liberal como na Antiga Roma ou mais censurada, como a Idade Média ou na ditadura militar brasileira.

Ao mostrar o quanto a tecnologia influencia a pornografia e nossos comportamentos sexuais, como o sexting, por exemplo, nos deparamos com muitas dificuldades e problemas que são tão novos quanto essas próprias tecnologias e nós ainda estamos no caminho para compreendê-los.

Sendo então algo que não pode simplesmente ser eliminado, a pornografia não deve ser combatida, nosso papel é procurar entender como funciona a relação do ser humano com a quantidade exorbitante de conteúdo pornográfico na rede, entender como reagimos a isso e o quanto pode ser prejudicial para nossa saúde e relacionamentos.

As pesquisas nos mostram que pornografia em excesso faz tão mal ao nosso organismo, e é tão viciante quanto qualquer outra droga. A pornografia em excesso, além de viciar, causa impotência sexual, o que afeta diretamente nos relacionamentos.



Capítulo 6 - A expansão da pornografia e o seu efeito nos relacionamentos amorosos

O objeto deste texto não é somente alertar sobre estes efeitos, muito menos esgotar o assunto, mas ajudar os leitores a identificarem se tem algum tipo de problemas com a pornografia. E caso exista algum problema, auxiliar para que o processo do tratamento seja mais fácil.

Apesar de já termos certo conhecimento, muitas do que sabemos é fundamentado em estudos emprestados de outras áreas da psicologia. E por ser um fenômeno novo, o tema ainda não foi totalmente trabalhado, e está aberto para pesquisas futuras. Não devemos descartar os problemas ou fingir que estes não existem, também devemos evitar mais ainda fugir da tecnologia somente pelo fato dela trazer alguns problemas junto com os benefícios. A tecnologia move o mundo, e quando novos problemas surgem, devemos criar novas ferramentas para lidar com isso, usando criatividade acima de tudo, pois se fugíssemos cada vez que surgisse um problema, é muito provável que ainda estivéssemos vivendo nas cavernas, cultuando simples pedaços de pedra com formas femininas fartas.

Referências

BANDURA, A. **Social learning theory**, Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1977.

CRESWELL, J. D. et al. The effect of a primary sexual reward manipulation on cortisol responses to psychosocial stress in men. **Psychosomatic medicine**, v. 75, n. 4, p. 397-403, 2013.

DARWIN, C. **A origem das espécies**. São Paulo: Martin Claret, 2004.

GUERRA, V. M.; ANDRADE, F. C. B.; DIAS, M. R. Atitudes de estudantes universitários frente ao consumo de materiais pornográficos. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 9, n. 2, Aug. 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2004000200008&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 15 de julho de 2014. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-294X2004000200008>.



MADDOX, A. M.; RHOADES, G. K.; MARKMAN, H. J. Viewing sexually-explicit materials alone or together: associations with relationship quality. **Archives of Sexual Behavior**, v. 40, n. 2, p. 441-448, apr. 2011.

MASLOW, A. H. A theory of human motivation. **Psychological Review**, 1943.

SKINNER, B. F. **The behavior of organisms**. New York: Appleton-Century, 1938.

WILSON, J.; KUEHN, R.; BEACH, F. A. Modifications in the sexual behavior of male rats produced by changing the stimulus female. **Journal of Comparative and Physiological Psychology**, v. 56, p. 636 644, 1963.



Capítulo 7

Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações da chegada dos filhos para a relação conjugal

“Filhos? Melhor não tê-los, mas se não tê-los, como sabe-los?” (Vinicius de Moraes)

Helena Centeno Hintz
Leticia Lovato Dellazzana-Zanon
Paula C. Hintz Baginski

O desenvolvimento da relação conjugal dentro do ciclo de vida familiar

Ao longo do seu desenvolvimento, a família passa por transições e por crises que afetam a dinâmica conjugal e, conseqüentemente, o subsistema pais-filho(s). A transição do subsistema conjugal para o parental acarreta tantas modificações em nível individual e conjugal que se caracteriza como uma das transições mais delicadas e passíveis de provocar dificuldades no relacionamento familiar (HINTZ; BAGINSKI, 2012). A passagem para a função parental exige a formação de novos modos de interação, a partir dos padrões conhecidos que se fundamentam sobre as características pessoais dos cônjuges e sobre a interação conjugal dos mesmos.



Assim como existe o ciclo de vida individual existe também o ciclo de vida familiar. Diferentes pesquisadores interessados no estudo das famílias têm se dedicado a estudar esta temática (CARTER; MC-GOLDRICK, 1995, CERVENY; BERTHOUD, 2002; 2009). Quando pensamos na família brasileira, uma das formas de definir o ciclo vital é a proposta por Cerveney e Berthoud (2002, 2009). De acordo com essas autoras, a família brasileira passa por quatro estágios: a) fase de aquisição; b) fase adolescente; c) fase madura; e, d) fase última.

A fase de aquisição é o período que compreende o período da união do casal até a entrada dos filhos na adolescência. É, portanto, a fase na qual ocorre a transição da conjugalidade (quando existe apenas o casal) para a parentalidade (quando, em função da chegada dos filhos, surgem os papéis de mãe e de pai). Esta é uma fase importante do ciclo de vida da família, pois durante este período, o casal precisa definir o seu modelo próprio de família, construir objetivos de vida comuns e, no caso dos casais que querem ter filhos, adquirirem a parentalidade (CERVENY; BERTHOUD, 2002). Para que a parentalidade seja vivenciada de maneira tranquila, é necessário que o casal esteja unido e tenha construído uma vida a dois. Assim, este casal terá melhores condições de receber o terceiro membro da família e inaugurar a parentalidade. Durante este processo que antecede a parentalidade, é importante que o casal consiga construir seu próprio senso de família. Estabelecer certo distanciamento em relação à família de origem de ambos é vital para o bom funcionamento do casal e para um bom exercício da parentalidade (CERVENY; BERTHOUD, 2002). Nesse sentido, Falceto e Waldemar (2009) assinalam que é fundamental que um casal iniciante estabeleça a adaptação recíproca, a qual compreende construir um estilo de relacionamento que, embora seja semelhante, seja também diferente do funcionamento das famílias de origem de ambos. O resultado dessa construção mútua feita pelo novo casal é uma: “[...] nova cultura a dois.” (FALCETO; WALDEMAR, 2009, p. 237).

Na medida em que traz profundas mudanças para a vida do casal, é desejável que a gravidez aconteça após esse período de adaptação inicial (FALCETO; WALDEMAR, 2009). No entanto, sabe-se que



Capítulo 7 - Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações...

nem sempre isso acontece. De qualquer forma, mesmo que seja uma escolha consciente e que o casal tenha planejado a gravidez, a decisão de ter filhos gera muitos sentimentos, não raro ambivalentes, em cada um dos cônjuges. Um dos sentimentos comuns vivenciados pelo casal neste período da fase de aquisição é o medo de não estar preparado para todas as mudanças e as responsabilidades implicadas em ter filhos. De fato, quem tem filhos sabe que, mesmo que o bebê seja muito esperado e amado, tudo (literalmente tudo), muda com sua chegada. O filho tão esperado torna-se o centro das atenções de toda a família e sua necessidade de cuidados integral, pelo menos até os dois anos de vida, pode fazer com que o casal foque todas suas energias no filho e deixe de investir em si. Portanto, não é surpreendente que, apesar da alegria da chegada do bebê, tanto mães como pais sintam que nunca mais terão liberdade novamente. Diante deste contexto de tantas mudanças, como será que fica o casal?

No desenvolvimento da relação conjugal, os casais passam por diferentes etapas, assim como ocorre no ciclo de vida da família. Cada uma destas etapas é composta por características específicas e por diferentes oportunidades, dificuldades e tarefas necessárias (ou a serem cumpridas), as quais proporcionam o desenvolvimento de distintos padrões de interação. Entretanto, é importante salientar que estes padrões interacionais também estão relacionados à história individual de cada casal, podendo acontecer de diferentes forma e tempo para cada um dos cônjuges (HINTZ; BAGINSKI, 2012).

De acordo com Hintz (1998) e Hintz e Baginski (2012), o casal passa por um ciclo de desenvolvimento, da mesma maneira que o indivíduo e a família, desdobrando-se em cinco etapas fundamentais, que comumente seguem uma sequência básica: a) enamoramento; b) estabelecendo diferenças; c) relações de poder; d) estabilidade; e) comprometimento. A fase de enamoramento caracteriza-se por uma forte atração e por um desejo mútuo de tornar-se apenas um. Não há espaço para diferenças individuais e, frequentemente, estabelece-se um estado de fusão em que o casal passa a criar um sentido único de percepção do mundo externo. Na segunda fase, estabelecendo diferenças, os cônjuges



começam a ter pensamentos distintos e suas diferenças tornam-se manifestas e visíveis. Neste estágio, os padrões interacionais e a capacidade de negociação têm um importante papel: caso esta negociação não se consolidar, os cônjuges provavelmente sentir-se-ão ameaçados por suas diferenças. Isso pode gerar um desejo de retornar ao estado de fusão, uma vez que assim sentiam-se seguros. Na terceira fase, relações de poder, cada cônjuge passa a desejar maior independência do outro, possibilitando o aparecimento de ansiedade, tensão e conflitos mais intensos. Na quarta fase, estabilidade, cada cônjuge volta-se para o mundo e para as realizações externas. Nesta etapa, os parceiros apresentam um nível adequado de intimidade e têm maior possibilidade de realização pessoal, o que gera cumplicidade. Por fim, na quinta fase, comprometimento, os cônjuges assumem a opção de permanecer juntos sem o compromisso de suprir as idealizações do parceiro. Neste momento, os parceiros se conhecem tanto como indivíduos independentes quanto como um casal. Pode-se observar, portanto, que, ao longo das cinco fases de desenvolvimento do casal há períodos de tranquilidade e períodos mais difíceis.

Segundo Pittman (1994), os momentos críticos no curso de desenvolvimento conjugal são “o apaixonar-se”, “o pânico pré-nupcial”, “o fim do romance”, “o mundo adulto”, “a paternidade e a maternidade”, “a diminuição do sexo”, “o atingir o topo”, “o ninho vazio” e “os fatos da vida”. Por serem momentos críticos, cada um desses pontos pode ser considerado como fonte de risco e de insegurança para o casal. No entanto, esses pontos podem também ser compreendidos como uma oportunidade de crescimento.

Diferentes pesquisadores têm considerado a transição para a parentalidade como uma fase crítica do ciclo de vida do casal (CAPLAN, 1980; COX et al., 1999; FALCETO; WALDEMAR, 2001; PITTMAN, 1994). Para Cox et al., (1999), por exemplo, a transição da conjugalidade para a parentalidade é uma fase na qual o casal pode se tornar vulnerável, uma vez que a entrada de um terceiro membro no relacionamento exige reorganização e configura-se como um desafio.



A transição da conjugalidade para a parentalidade

Segundo Carter e McGoldrick (1995) as mudanças estruturais são como saltos que ocorrem quando os mecanismos homeostáticos familiares não são suficientes durante uma crise normal do ciclo evolutivo para produzirem uma situação de harmonia e de ajustamento. A crise é caracterizada por inconsistências, confusões e injunções paradoxais, as quais são consideradas pré-requisitos para uma transformação criativa na estrutura familiar. O processo de desenvolvimento da família realiza-se por intermédio da transição de um estágio para outro, propiciando momentos de maior estresse familiar. Podem surgir de forma vertical, por padrões transmitidos transgeracionalmente, ou de forma horizontal, produzidos por uma ansiedade contínua contida na linha do tempo ao lidar com as mudanças provenientes do ciclo vital. É isso que acontece durante a transição para a parentalidade.

O período específico da transição para a parentalidade, vivenciado por casais que esperam a chegada do primeiro filho, é um dos momentos que mais sintetizam o significado etimológico da palavra crise, segundo, adotando-se como a referência etimológica, sua origem oriental: oportunidade e perigo (CAPLAN, 1980). Na medida em que ocorre a passagem de uma relação a dois para uma relação a três (em outras palavras, de marido e mulher para pai, mãe e filho), esta transição implica mudanças fundamentais de papéis e funções. Este período é, portanto, central para a compreensão do desenvolvimento do casal, da família e do indivíduo, uma vez que demarca a transição da condição única de casal para a de família (HINTZ; BAGINSKI, 2012).

Pittman (1994) enfatizou a importância do surgimento da paternidade e da maternidade no processo de desenvolvimento dos casais. De acordo com esse autor, a transição para a parentalidade, que representa o início da família, frequentemente coincide com o fim do romance. Os cônjuges tomam consciência de que são partes de algo maior do que sua condição de casal e, com isso, precisam renegociar seus padrões interacionais e seus valores anteriores. Para alguns casais, esta transição possibilita o desenvolvimento de novas habilidades. Para

outros, a necessidade de adaptação decorrente da chegada do bebê pode acarretar dificuldades. Pode-se pensar, portanto, que a redefinição da relação conjugal exigida pela chegada do bebê pode causar um desequilíbrio na relação do casal de recém-pais.

Diferentes autores têm chamado atenção para o fato de que o relacionamento conjugal anterior à chegada do bebê é muito importante para a compreensão de como cada casal manejará as transformações decorrentes da parentalidade (FALCETO; WALDEMAR, 2009; MENEZES; LOPES, 2007; MINUCHIN, 1982). Falceto e Waldemar (2009), por exemplo, assinalam que, antes da vinda do primeiro filho, é desejável que o casal tenha estabelecido boa comunicação e habilidades para lidar com os problemas típicos do início do casamento: a) divisão de poder; b) manejo do dinheiro; c) tarefas domésticas; d) autonomia em relação às famílias de origem de ambos. De acordo com esses autores, quando isso acontece, a imensa capacidade do bebê de gerar amor tende a fortalecer a intimidade do casal. Se houver uma boa aproximação e entendimento entre os membros do casal antes da transição para a parentalidade, este processo poderá ser favorecido com uma maior estabilidade na estrutura do relacionamento (HINTZ; BAGINSKI, 2012).

Deve-se salientar que, mesmo quando o relacionamento anterior é saudável, é natural que o casal enfrente dificuldades no período inicial da transição para a parentalidade. Se, no entanto, o casal não conseguir alcançar uma reorganização após este período inicial, pode-se pensar que as dificuldades decorrentes da transição para a parentalidade podem estar se cronificando. Constatar essas dificuldades é muito importante, pois se o casal não está bem, certamente, isso irá influenciar negativamente no estabelecimento da parentalidade e, conseqüentemente, no desenvolvimento adequado do bebê (COX et al., 1999). Segundo Hintz e Baginski (2012), podem-se citar como dificuldades esperadas deste momento: a) a entrada definitiva no mundo adulto, para a qual alguns indivíduos não estão preparados; b) a necessidade urgente de reestruturação e de modificação dos padrões de relacionamento anteriores.



Capítulo 7 - Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações...

O estudo realizado por Menezes e Lopes (2007) indicou que a chegada de um bebê pode gerar tanto mudanças positivas quanto negativas no que se refere à conjugalidade. Dependendo da qualidade da relação conjugal anterior à chegada dos filhos, esta transição poderá promover tanto um envolvimento como um distanciamento emocional entre os cônjuges (MENEZES; LOPES, 2007). Portanto, além de trazer algumas dificuldades naturais para o casal, a transição para a parentalidade pode ampliar as dificuldades já existentes entre os cônjuges (PERREN et al. 2005). Deve-se considerar ainda, que além de modificar a vida do casal, a chegada de um bebê também causa mudanças significativas nas famílias de origem de ambos os cônjuges (HINTZ; BAGINSKI, 2012). Dá-se início a uma nova etapa no ciclo familiar. Dependendo das configurações familiares de cada um dos pais do bebê, este pode ser o momento em que os pais dos pais tornem-se avós. Esta é, portanto, uma fase na qual a nova família exerce influência sobre as famílias de origem, as quais, por sua vez, também exercem influências por meio de questões de transmissão transgeracional.

De forma mais específica, as experiências que os recém-pais tiveram nas suas famílias de origem podem influenciar na formação dos modelos e representações mentais da nova função de pai e de mãe (HINTZ; BAGINSKI, 2012). Se, por exemplo, um dos membros do casal tiver lembranças negativas de sua família de origem, isso pode gerar dificuldades para o enfrentamento dos desafios relacionados ao nascimento e à criação de um bebê. Assim, é mais provável que a transição para a parentalidade seja mais difícil quando as experiências vividas nas famílias de origem foram conflituosas (FALCETO; WALDEMAR, 2009). Em outras palavras, a qualidade das relações conjugais nas famílias de origem está associada com a qualidade dos casamentos na próxima geração (PERREN et al., 2005). De qualquer forma, cada casal vivencia a parentalidade de uma forma única (LEWIS, 1988). Casais jovens com filhos em torno de um ano, por exemplo, têm buscado ajuda por estarem se sentindo insatisfeitos, com divergências que há pouco tempo não existiam em seus relacionamentos (HINTZ; BAGINSKI, 2012). Casais mais velhos, por sua vez, tendem a buscar ajuda, pois têm muita dificuldade de manejar os cuidados do bebê com

suas respectivas rotinas de trabalho. Considerando-se que atualmente a maior parte das mulheres está totalmente inserida no mercado de trabalho, a maternidade tardia tem sido uma opção para casais que optaram por não ter filhos antes (LOPES; DELLAZZANA-ZANON; BOECKEL, 2014). A chegada de um bebê para casais nessa situação poderá provocar muitos problemas. Antes de entrarmos de forma mais aprofundada nas implicações da chegada dos filhos para a relação conjugal, apresentaremos, a seguir, alguns conceitos-chave para o entendimento da transição para a parentalidade a partir da perspectiva sistêmica.

Conceitos-chave para o entendimento da transição para a parentalidade

De acordo com a perspectiva sistêmica para o entendimento do funcionamento das famílias, alguns conceitos são fundamentais para a compreensão do processo de transição da conjugalidade para a parentalidade: a) a triangulação; b) as relações transgeracionais; c) a idealização da figura parental; d) o pertencimento. Explicaremos esses conceitos a seguir. De acordo com Bowen (1991), a triangulação envolve sempre uma díade e um terceiro, necessariamente três pessoas, que entra quando o nível de tensão e ansiedade aumenta entre duas pessoas deste triângulo. Desta forma, quando a tensão emocional no casal se eleva, um dos cônjuges busca a entrada de uma terceira pessoa, neste caso o filho, no intuito de que a tensão se modifique dentro do triângulo (HINTZ; BAGINSKI, 2012). Assim, os triângulos tornam-se ativos em contextos de tensão, modificando o ponto conflituoso inicial. Isso se torna muito claro quando o casal discute por uma diferença de ideias quanto aos cuidados com o filho. Aquele que tem sua ideia predominante fica aliado ao filho, enquanto que o outro tende a afastar-se com certo rancor. Em casais que não estão preparados para enfrentar bem estas diferenças, situações como esta passam a acontecer frequentemente. A triangulação pode estar encobrendo outras insatisfações que ainda não estão claras para os cônjuges. É mais comum encontrar o fenômeno da triangulação em casais jovens com filhos pequenos, para os quais o tema permanente de discussão é a educação do filho.

Capítulo 7 - Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações...

Mais um aspecto central para o entendimento da transição para a parentalidade são as relações transgeracionais. Enquanto o casal permanece como díade, as relações com as famílias de origem tendem a ser amenas e agradáveis: crenças, mitos e rituais de cada família são acatados pelo cônjuge e não são motivos de diferenças perturbadoras para o casal. No entanto, a chegada de um filho pode provocar uma série de desavenças no casal.

Segundo Hintz e Baginski (2012), agora ambos têm realmente algo que lhes pertence verdadeiramente: um filho que é o representante da união dos cônjuges como pais. Esta situação pode trazer uma nova dimensão ao relacionamento, oportunizando a existência de alianças e, conseqüentemente, sentimentos de exclusão de um dos parceiros. Isto pode ser agravante quando um dos parceiros fica em uma posição de contrariedade a qualquer situação que envolva membros da família de origem do outro, sentindo estas manifestações como intrusivas e não as aceitando como colaboração. Cada indivíduo desta relação é parte de uma rede de relações que envolvem suas famílias de origem. Assim, somente se o casal se permitir experimentar o que deseja, ou não, para a sua relação é que poderá formar um novo sistema familiar adequado às suas necessidades e crenças.

Aspectos transgeracionais podem se manifestar, por exemplo, na comunicação do casal. Quando a forma com a qual o casal se comunica se torna mais agressiva ou impaciente durante a transição para a parentalidade, isto pode ser um indicativo de que o desentendimento entre os cônjuges é decorrente de inseguranças e de imaturidade derivadas das responsabilidades do cuidado do bebê. Estas dificuldades podem ser provenientes de experiências transgeracionais, ocorridas nas respectivas famílias de origem, em situações nas quais a tolerância à frustração não era exercitada (HINTZ; BAGINSKI, 2012).

Outra situação que pode provocar desavenças no casal acontece quando os cônjuges têm expectativas de que o outro deve cumprir com a imagem de pai ou mãe que ele/ela tem como ideal de figura parental. Essa situação denomina-se como idealização da figura parental. Isto



acontece quando a ligação com a família de origem é muito forte e o cônjuge não consegue se desligar do papel de filho (a), confundindo o atual papel de pai/mãe com o papel de filho (a). Outra forma de manifestação da idealização da figura parental acontece quando um dos cônjuges busca no seu parceiro a representação de um pai ou mãe que acredita que não teve, projetando no outro a necessidade da figura parental que não vivenciou em sua plenitude. Isto estabelece uma relação conjugal/parental complicada, pois, em função desta idealização, um dos cônjuges não consegue ter uma atitude adulta madura, portanto, não consegue se reconhecer como pai ou mãe.

Ao permanecer numa posição de filho, um dos cônjuges busca no outro a possibilidade de elaboração de conflitos infantis. Se o outro cônjuge não aceitar esta posição maternal ou paterna, é provável que a união não seja duradoura. Sentimentos como peso e sobrecarga podem surgir, na medida em que um dos cônjuges não consegue assumir seu papel parental. Esta percepção idealizada também pode desencadear situações de ciúme, uma vez que se criam posições diferentes de poder entre os cônjuges.

Por fim, outro aspecto que poder levar a uma fragilidade dos laços conjugais após o nascimento de um filho é o sentimento de pertencimento a um grupo familiar (HINTZ; BAGINSKI, 2012). Todo o membro de uma família deve ter o sentimento de pertencer a ela. Espera-se, no entanto, que, ao longo de sua permanência em sua família de origem, o indivíduo consiga desenvolver a capacidade de individuação. Isto é o que irá possibilitar ao indivíduo sair da família de origem e fundar sua própria família nuclear. Casais que se sentem pertencendo às suas famílias de origem, tendem a apresentar um relacionamento com fronteiras emaranhadas, no qual não há uma definição clara de funções. Esta situação, em que “tudo é de todos”, dificulta a saída do indivíduo de sua família de origem e impede que o mesmo assuma uma função clara em sua própria família. Isto pode não ser um problema quando o casal ainda não tem filhos, pois as chances de intromissão da família de origem de ambos são menores. Todavia, com as mudanças profundas decorrentes da chegada de um bebê, se as fronteiras não forem claras



Capítulo 7 - Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações...

e bem estabelecidas, muitos problemas para o casal de recém-pais poderão surgir. Como exemplo dessa situação, pode-se citar um casal que procurou ajuda, pois o marido se sentia preterido pela esposa e excluído dos cuidados com a filha. Ele alegava que sua esposa estava muito apegada a sua própria mãe e cada vez mais afastada dele. Uma de suas queixas era que a esposa não o incluía nos cuidados da filha de 15 meses do casal. Os problemas relatados por este marido estão relacionados ao excesso de pertencimento de sua esposa à família de origem dela. A consequência disso foi o distanciamento do casal e a sensação do marido de estar excluído da família. Nesse caso específico, o sentimento de ciúme do marido ficou muito claro.

O bebê chegou: e agora, como fica o casal?

Segundo Hintz e Baginski (2012), logo que o bebê nasce, tanto a mulher quanto o homem estão muito voltados para as novas funções de pais. Desta forma, a conjugalidade, antes função central no sistema da família nuclear, passa a coexistir com a parentalidade, o que exige o estabelecimento de novos padrões de interação. Essa mudança necessita ocorrer para que o sistema possa se transformar adequadamente e responder às demandas decorrentes da transição, promovendo o desenvolvimento individual de todos os membros da família e do sistema familiar como um todo. Tendo em vista todas as transformações decorrentes das novas atribuições do casal de recém-pais, não é surpreendente que o relacionamento entre os cônjuges se torna mais tenso.

Nesse contexto, a relação conjugal está mais sujeita a novas cobranças e diferentes expectativas. No entanto, este é o momento do ciclo vital do casal no qual se espera que ambos os cônjuges, agora pais, consigam manter um relacionamento de amor mútuo significativo, e que se dediquem aos cuidados do filho com o carinho e a atenção necessários. Isto, sem dúvida, é muito gratificante e saudável, mas também exige muito do casal, o que pode desencadear um estresse emocional expressivo em ambos os cônjuges (HINTZ; BAGINSKI, 2012).



Conforme mencionado anteriormente, o percurso de cada casal depende do modo como sua relação está estabelecida e de como cada cônjuge é capaz de resolver suas frustrações e elaborar a perda da exclusividade do companheiro (MINUCHIN, 1982). Quando o casal não está se entendendo nem como casal nem como pais, deve-se pensar em alguns aspectos da vida conjugal anterior ao nascimento do bebê que possam estar influenciando o relacionamento. É pertinente que os pais possam se conectar e conversar sobre suas experiências vividas com seus próprios pais.

Segundo Perren et al. (2005) as recordações que o adulto tem de seu relacionamento com seus pais durante a infância são relevantes e influenciam sua transição para a parentalidade. É fundamental estimular que os cônjuges narrem estas lembranças, principalmente quando elas forem negativas, pois isso ajudará o casal a lidar com as emoções associadas a elas. Isso permite que o casal de pais ressignifique sua história enquanto filhos para que possam escrever uma nova história enquanto pais.

Segundo Gordon e Feldman (2009) as mães que favorecem a reciprocidade com seus parceiros, especialmente nos primeiros meses da parentalidade, proporcionam um maior envolvimento do pai com a criança, levando a uma melhor relação a três. Desta forma, formam-se padrões específicos do relacionamento familiar que irão compor o estilo da interação familiar para os próximos anos. De acordo com Biehle e Mickelson (2011), a eficácia esperada da parentalidade e a percepção da gravidez com responsabilidade são importantes para uma adequada saúde mental perinatal e para a satisfação do relacionamento conjugal. Esses mesmos autores referem que a eficácia da parentalidade da mãe e a responsabilidade da gravidez foram mais importantes para a saúde mental do casal. Quando ambos os cônjuges concordam sobre a responsabilidade da gravidez, há mais satisfação no relacionamento e menos depressão materna. Isso é importante, pois possibilita que o casal volte a se ver rapidamente como um casal e não apenas como uma mãe e um pai.

Um aspecto a ser observado em pais iniciantes é a forma como acontece o nascimento do bebê e seu desenvolvimento, pois a habi-



Capítulo 7 - Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações...

lidade que o casal já apresentou em resolver problemas juntos irá influenciar na sua reorganização com a chegada do bebê (HINTZ; BAGINSKI, 2012). Assim, a capacidade de chegar a soluções antes do nascimento do filho, pode prever as habilidades do casal na transição para a parentalidade (COX et al., 1999).

O nascimento do primeiro filho faz com que se rompa a relação anterior de exclusividade, podendo provocar, ou não, uma evolução na relação. A cumplicidade existente entre os cônjuges pode sofrer uma diminuição porque um ou ambos se voltam para o cuidado do bebê, esquecendo-se de continuar investindo no casal. De acordo com Falceto e Waldemar (2009), a mulher necessita de apoio, atenção e carinho do marido. O marido, por sua vez, pode se sentir abandonado pela esposa que, além de estar totalmente voltada para o bebê, está mais sensível e introspectiva. Em função da necessidade de dividir a atenção do companheiro, antes integral, com o novo membro da família, o ciúme pode surgir na relação. Segundo Hintz e Baginski (2012), isto acontece quando o casal não está muito seguro do que um representa para o outro, o que torna o relacionamento um campo vulnerável para o desenvolvimento de situações de ciúme.

Deve-se salientar, no entanto, que, muitas vezes, o sentimento de ciúme já está presente antes mesmo do nascimento do bebê. Pode-se citar como exemplo, um casal que procurou ajuda terapêutica para discutir a motivação de gerarem um bebê. O desejo de se tornarem pais estava claro. No entanto, a esposa tinha dúvidas sobre a maternidade, pois temia perder espaço ao lado do marido com a chegada de um terceiro. Nesse caso, o ciúme aparece frente ao bebê imaginário. O fato desse casal ter procurado ajuda antes da decisão de ter um filho sugere que, apesar dos medos e do ciúme da esposa, o casal estava disposto a conversar sobre suas dificuldades e resolvê-las. Embora a prática clínica mostre que a maior parte dos casais procura ajuda para “apagar incêndio”, ou seja, quando a situação se tornou insustentável, alguns casais podem procurar ajuda antes dos problemas se tornarem crônicos. Isso é um sinal de saúde psíquica no casal.



De volta para os casais que já têm filhos, é comum ouvir queixas de um dos cônjuges estar sendo deixado pelo outro em troca da companhia do filho. É mais comum que os homens relatem esse sentimento, o que não impede que mulheres também se sintam deixadas de lado. Esta divisão de atenção é vivida como uma perda da exclusividade de um sobre o outro e pode ter início logo nos primeiros meses após a chegada do bebê (HINTZ; BAGINSKI, 2012). Não por acaso, alguns estudos relatam que a satisfação conjugal é maior no início do casamento, declina quando o primeiro filho nasce e volta a aumentar quando os filhos se tornam adolescentes (MENEZES, 2001). Isto corrobora a ideia de que os casais têm conflitos importantes na transição da conjugalidade para a parentalidade.

Nas queixas apresentadas por casais de recém-pais que procuraram atendimento clínico, percebe-se de forma subjacente que existe um receio de que o outro já não o ame mais. A forma irritada com que se comunicam, demonstra que, naquele momento, sentem que não estão sendo amados e cuidados um pelo outro. Muitas vezes se referem a como era antes e como é agora com a chegada do filho, dando a entender que o filho é o divisor e o marco da transformação (HINTZ; BAGINSKI, 2012). Como exemplo, pode-se citar um casal que procurou terapia de casal com a queixa de que não estavam mais se entendendo desde o nascimento de seu bebê. Tudo o que conversavam era motivo para desentendimentos ou pequenas discussões. Os dois discutiam até mesmo para decidir quem resolveria pequenas coisas sobre o filho de um ano e seis meses. Ficou claro que ambos os cônjuges já não percebiam o outro no papel de amante, apenas no papel de pai/mãe. Essa crença assustou tanto o casal que os mesmos chegaram a pensar que talvez a separação fosse a melhor solução.

As queixas dos casais que estão transitando para a parentalidade deixam claro que os mesmos não estão preparados para todas as mudanças ocasionadas pela chegada do filho. Cabe aqui perguntar: será que algum casal está de fato preparado para a chegada de um filho? Muitos mencionam que não imaginavam que a vida mudaria tanto. Não raramente, o sentimento de ciúme aparece nas falas destes casais. Em-



bora existam muitas pesquisas sobre a transição para a parentalidade (DESSEN; BRAZ, 2005; HERNANDEZ; HUTZ, 2009; KROB; PICCININI; SILVA, 2009; MENEZES, 2001; MOSMANN; WAGNER, 2008; SILVA; LOPES, 2012), poucas mencionam o sentimento de ciúme. Pode-se pensar que o ciúme não apareça tanto nas pesquisas por uma questão de deseabilidade social: não é fácil admitir se que sente ciúme do próprio filho. De qualquer forma, os resultados de um estudo (KROB; PICCININI; SILVA, 2009), que investigou as expectativas e sentimentos dos pais durante a gestação e a experiência da paternidade após o nascimento do bebê, mostraram que a gestação foi vivenciada por eles com ambivalência. Dados desse estudo revelaram que, no segundo mês de vida do bebê, os pais apresentaram sentimentos positivos e negativos. Entre os sentimentos negativos, chama atenção o fato de que alguns deles mencionaram um sentimento de exclusão em função das necessidades de cuidados com o bebê. Esse sentimento estava relacionado à percepção da diminuição dos momentos para o casal, uma vez que as necessidades do bebê estavam em primeiro plano, o que gerava sentimentos: a) de estar sendo deixado de lado; b) de ciúmes em relação ao bebê.

O sentimento de exclusão mencionado pelos pais aos dois meses de vida do bebê já estava presente durante a gestação. Esse resultado ilustra que a relação prévia do casal influencia na forma como a parentalidade é vivenciada. Além disso, o medo do marido de perder o afeto da esposa, manifestado pelo ciúme do bebê, e o medo da esposa de perder o afeto do marido - uma vez que sua aparência física está alterada pela gravidez - poderão diminuir o ajustamento conjugal (DESSEN; BRAZ, 2005). E, se não trabalhados, os sentimentos negativos frente à chegada do primeiro filho podem desencadear uma crise sem volta para o casal. Não é por acaso, a maioria dos divórcios de casais com filhos ocorre nos primeiros anos de casamento (CARTER; MCGOLDRICK, 1995; GOTTMAN; LEVENSON, 2002). Consequentemente, o divórcio irá influenciar diretamente o desenvolvimento do bebê, podendo ocasionar reações negativas na criança alguns anos mais tarde (HINTZ; BAGINSKI, 2012).

E como fica o bem-estar do casal após a transição para a parentalidade?

Será que os casais com filhos são mais felizes do que os casais sem filhos? Responder estas questões não é tarefa fácil. Nelson, Kushlev e Lyubomirsky (2014) realizaram um estudo sobre as dores e os prazeres da parentalidade e sobre a relação entre parentalidade e bem-estar. Os resultados dessa pesquisa sugeriram que os pais são mais infelizes quando se deparam com mais emoções negativas, mais problemas financeiros e mais distúrbios do sono (quem tem filhos pequenos sabe como é desesperador não dormir à noite). Por outro lado, quando os pais sentem que a vida tem sentido, quando suas necessidades básicas são satisfeitas e quando sentem mais emoções positivas, eles são mais alegres e felizes. Chama atenção nesse estudo, o fato de que ter um sentido para vida é um dos fatores que torna os casais com filhos mais felizes. Certamente, essa temática merece continuar sendo investigada.

Considerações finais

A chegada do primeiro filho do casal inaugura a parentalidade. A vida do casal nunca mais será a mesma depois que se tornarem pais e mães. O exercício da parentalidade acontecerá concomitantemente ao da conjugalidade, o que exigirá que o casal aumente seu repertório para solucionar novas situações e problemas decorrentes da entrada do filho em sua família.

Diferentes fatores influem na forma como se dará a transição para a parentalidade. Entre eles, é consenso na literatura que a relação estabelecida entre os cônjuges antes da chegada dos filhos é um fator determinante para o entendimento de como o casal lidará com as novas demandas da parentalidade. A redefinição da relação conjugal exigida pela chegada do bebê pode causar um desequilíbrio na relação deste casal de recém-pais. Entretanto, se não houver conflitos graves antes do casal se tornar pais, a chegada de um bebê nem sempre causará problemas graves.



Capítulo 7 - Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações...

Qual a melhor forma de transitar para a parentalidade? Assim como não existe um manual sobre a melhor forma de educar os filhos, também não há um manual sobre a melhor forma de tornar pai e mãe. No entanto, sugerimos a seguir, alguns caminhos que podem facilitar esse processo. Em primeiro lugar, é fundamental que o casal conheça sua história, seus medos e suas limitações. Conversar sobre as expectativas em relação à chegada do filho e sobre como imaginam que será a adaptação do casal a esta nova realidade é uma forma de prevenir futuros problemas. Em segundo, estabelecer um limite claro entre o casal e suas famílias de origem é vital para preservação da saúde mental de todos. Nada é mais irritante para uma nova mãe do que as “dicas” da sogra sobre como cuidar de seu bebê recém-nascido. Portanto, é preciso que o casal tenha construído previamente seu senso de família (separado da família de origem) para que ambos, agora mãe e pai, possam sinalizar quando outro membro da família de origem estiver invadindo o espaço desse casal de recém-pais. Outra forma é conversar com outros casais de amigos que já tiveram filhos. Ouvir de pessoas que confiamos que esse processo não é nada fácil, pode causar certa decepção, mas por outro lado, ajuda os casais a entenderem que mesmo que seja maravilhoso ter filhos - e, de fato, é - o casal precisa saber que sua conjugalidade ficará, pelo menos temporariamente, fora de foco. Por fim, sugerimos que uma forma saudável de se preparar para a transição para a parentalidade é o se conhecer e conhecer o parceiro. Portanto, reflita sobre sua história, lembre como foi sua relação com seu pai e sua mãe durante sua infância. Converse com eles sobre as dores e as delícias da parentalidade. Peça para seu parceiro contar para você como foram as vivências dele. Se já existem problemas antes da chegada dos filhos, não hesite: procure ajuda especializada. Seu futuro filho agradece e sua relação conjugal também. Como diz o ditado: melhor prevenir do que remediar.

Referências

BIEHLE, S. N.; MICKELSON, K. D. Preparing for parenthood: how feelings of responsibility and efficacy impact expectant parents. **Journal of Social and Personal Relationships**, New York, v. 28, n. 5, p. 668-683, 2011.



BOWEN, M. **De la familia al individuo**. Buenos Aires: Paidós, 1991.

CERVENY, C. M. O.; BERTHOUD, C. M. E. Ciclo vital da família brasileira. In: OSÓRIO, L. C.; VALLE, M. E. P. do (Orgs.). **Manual de terapia familiar**. Porto Alegre: Artmed, 2009, p. 25-37.

CERVENY, C. M. O.; BERTHOUD, C. M. E. **Visitando a família ao longo do ciclo vital**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002, p. 28-160.

CAPLAN, G. **Princípios da psiquiatria preventiva**. Rio de Janeiro: Zahar, 1980.

CARTER, B.; MCGOLDRICK, M. **As mudanças no ciclo de vida familiar**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.

COX, M. J. et al. Marital perceptions and interactions across the transition to parenthood. **Journal of Marriage and Family**, Austin, v. 6, n. 3, p. 611-625, 1999.

DESSEN, M. A.; BRAZ, M. P. As relações maritais e sua influência nas relações parentais: implicações para o desenvolvimento da criança. In: DESSEN, M. A.; COSTA JR, L. (Orgs.). **A ciência do desenvolvimento humano**. Porto Alegre: ArtMed, 2005, p. 132-151.

FALCETO, O. G.; WALDEMAR, J. O. C. Famílias com bebês. In: OSORIO, L. C.; VALLE, M. E. P. do (Orgs.). **Manual de terapia familiar**. Porto Alegre: Artmed, 2009, p. 235-246.

FALCETO, O. G.; WALDEMAR, J. O. C. Famílias com bebês. O ciclo vital da família. In: EIZERIK, C. L. et al. **O ciclo de vida humana: uma perspectiva psicodinâmica**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2001, p. 49-72, 2013.

GORDON, I.; FELDMAN, R. Synchrony in the triad: a microlevel process model of coparenting and parent-child interactions. **Family Process**, v. 47, n. 4, p.465-479, 2009.



Capítulo 7 - Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações...

GOTTMAN, J. M.; LEVENSON, R. W. A two-factor model for predicting when a couple will divorce: exploratory analyses using 14-year longitudinal data. **Family Process**, v. 41, n. 1, p. 83-96, 2002.

HERNANDEZ, J. A. E.; HUTZ, C. S. Transição para a parentalidade: ajustamento conjugal e emocional. **Psico**, Porto Alegre, v. 40, n. 4, p. 414-421, 2009.

HINTZ, H. C. A dinâmica da interação do casal. **Pensando Famílias**, Porto Alegre, v. 1, p. 31-40, 1998.

HINTZ, H. C.; BAGINSKI, P. H. Vínculo conjugal e transição para a parentalidade: fragilidades e possíveis superações. **Revista Brasileira de Terapia de Família**, v. 4, n. 1, p. 10-22, 2012.

KROB, A. D.; PICCININI, C. A.; SILVA, M. da R. A transição para a paternidade: da gestação ao segundo mês de vida do bebê. **Psicologia USP**, São Paulo, v. 20, n. 2, abr./jun. 2009. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0103-65642009000200008>>. Acesso em: 30 maio. 2014.

LEWIS, J. The transition to parenthood: II. Stability and change in marital structure. **Family Process**, v. 27, n. 3, p. 273-283, 1988.

LOPES, M. N., DELLAZZANA-ZANON, L.L.; BOECKEL, M. G. A multiplicidade de papéis da mulher contemporânea e a maternidade tardia. **Temas em Psicologia**, v. 22, n. 4, p. 917-928, 2014.

MENEZES, C. C. **A relação conjugal na transição para a parentalidade**: da gestação ao segundo ano de vida do bebê. 2001. 139 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2001.

MENEZES, C. C.; LOPES, R. de C. S. Relação conjugal na transição para a parentalidade: gestação até dezoito meses do bebê. **Psico-USF**, Itatiba, v. 12, n. 1, p. 83-93, jun, 2007.



MINUCHIN, S. **Famílias**: funcionamento e tratamento. Porto Alegre: Artes Médicas, 1982.

MOSMANN, C.; WAGNER, A. Dimensiones de la conyugalidad y de la parentalidad: un modelo correlacional. **Revista Intercontinental de Psicología y Educación**, Toluca, v. 10, n. 2, p. 79-103, julio-dic., 2008.

NELSON, S. K.; KUSHLEV, K.; LYUBOMIRSKY, S. The pains and pleasures of parenting: when, why, and how is parenthood associated with more or less well-being? **Psychological Bulletin**, Washington, v. 140, n. 3, p. 846-895, may 2014. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1037/a0035444>>. Acesso em: 02 jun. 2014.

PERREN, S. et al. Intergenerational transmission of marital quality across the transition to parenthood. **Family Process**, v. 44, n. 4, p. 441-459, 2005.

PITTMAN, F. **Mentiras privadas**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.

SILVA, I. M.; LOPES, R. C. S. As relações entre os subsistemas conjugal e parental durante a transição para a parentalidade. **Pensando Famílias**, Porto Alegre, v. 16, n. 1, p. 69-90, 2012.



Capítulo 8

As raízes do ciúme³: Uma compreensão a partir das experiências vivenciadas na família de origem

“Estava suficientemente inclinada para a suspeita, para encontrar a verdade em um instante, se houvesse a mínima alteração em seu comportamento quando nos encontrássemos, ou qualquer tristeza que eu não pudesse explicar, ou se ele falasse mais de uma dama do que de outra, ou se parecesse de qualquer forma menos feliz em Longstaple do que costumava ser. Não quero dizer que seja particularmente observadora ou perspicaz no geral, mas neste caso tenho certeza de que não poderia ser enganada”⁴
(Jane Austen, 1811, versão eletrônica, tradução nossa)

Isabela Machado da Silva
Marli Kath Sattler

Quem de nós, nos mais diversos relacionamentos vivenciados, pode dizer que nunca sentiu ciúme? Mas o que é exatamente esse sentimento que perpassa relações, sendo fonte tanto de curiosidade como de

3 Título inspirado na obra de Pines (1998).

4 AUSTEN, J. Sense and sensibility. In: _____. Complete works of Jane Austen. Chicago, Mundus Publishing, 1811 (Impresso em 1992).



sofrimento ao longo da história humana (PINES, 1992; COSTA, 2010; FERREIRA-SANTOS, 2003; HINTZ, 2003)?

Em diferentes momentos históricos, o ciúme recebeu diversas e controversas conotações. Já esteve relacionado tanto à ideia de algo irracional, destrutível e censurável, como a demonstrações de cuidado e amor que seriam inerentes ao ser-humano (COSTA, 2010). Na contemporaneidade, embora os relacionamentos amorosos sejam marcados por uma crescente flexibilidade e pelo questionamento de valores mais tradicionais, o ciúme é uma questão ainda presente no cotidiano dos casais. A multiplicidade de possibilidades característica das relações atuais pode inclusive reforçar um sentimento de insegurança, de forma que a confiança e a intimidade alcançadas no relacionamento a partir do desenvolvimento pessoal adquirem especial importância. Em cada época e lugar, portanto, o ciúme apresenta um colorido especial em função das questões socioculturais presentes, o que inclui também os diferentes papéis atribuídos a homens e mulheres e, até mesmo, as definições sobre o que deve ou não ser considerado uma traição (BARONCELLI, 2011).

De forma geral, tende-se a definir o ciúme como uma reação ao temor de ver as atenções e afetos de uma pessoa querida dirigidos a um outro alguém, ou seja, de ser excluído de um relacionamento significativo em função de uma terceira pessoa (ECHEBURÚA; FERNÁNDEZ-MONTALVO, 2001; FERREIRA-SANTOS, 2003; PASINI, 2006). Está relacionado, portanto, ao medo da perda seja para um rival real ou imaginário (PINES, 1992), de forma que sempre envolve a existência de um triângulo (PASINI, 2006). No entanto, mais do que um simples sentimento, o ciúme remete a um complexo de ideias, sentimentos e comportamentos (FERREIRA-SANTOS, 2003; LANS; MOSEK; YAGIL, 2014).

Em algumas situações, o ciúme pode ser visto como um mecanismo voltado à proteção do relacionamento. Neste contexto, serviria para alertar o sujeito quanto a possíveis ameaças à relação, para que o mesmo pudesse agir a respeito. Estaria, dessa forma, relacionado a uma maior estabilidade da relação e aos sentimentos de amor e apaixo-



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

namento pelo parceiro (ATTRIDGE, 2013). A esse respeito, Pittman (1994) afirma que “as pessoas que investem em uma parceria sentem-se protetoras dessa parceria e irão experimentar ciúme quando nela entrar distância. Ninguém é ou deveria ser tão seguro a ponto de ser imune ao ciúme” (p. 51).

Já em outras situações, no entanto, o ciúme exerce um impacto prejudicial sobre o indivíduo e suas relações. Segundo Ferreira-Santos (2003), uma boa medida para determinar se o ciúme deve ou não ser considerado um problema refere-se ao grau de sofrimento que acarreta ao indivíduo e àqueles com quem interage. Além disso, deve-se sempre perguntar: até que ponto o ciúme possui um fundamento na realidade vivenciada (LANS; MOSEK; YAGIL, 2014)? Quando o ciúme mostra-se distante da realidade ou quando passa a dominar as atenções da pessoa, deve-se observá-lo com maior cuidado (ECHEBURÚA; FERNÁNDEZ-MONTALVO, 2001). Nestes casos, o ciúme pode contribuir para o afastamento em relação aos amigos e para um consequente estado de solidão, podendo, até mesmo, afetar a vida profissional do sujeito, já que sua mente se vê tomada pela desconfiança (PASINI, 2006). Dessa forma, o ciúme pode mostrar-se relacionado a maiores níveis de depressão e hostilidade, bem como a menores níveis de autoestima, autocontrole, empatia e satisfação com o relacionamento (ATTRIDGE, 2013).

Devido a essas diversas nuances, foram propostas abordagens que concebem a existência de diferentes tipos de ciúme, sendo que um exemplo consiste na diferenciação entre o ciúme reativo e o ciúme “por suspeita” (ATTRIDGE, 2013; COSTA, 2010). O primeiro é despertado por eventos concretos e externos ao sujeito, como a descoberta de traições ou mentiras. O segundo tipo, por sua vez, é caracterizado predominantemente pela ausência de eventos concretos significativos, estando mais relacionado, assim, a características do próprio sujeito. A quinta edição do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (APA, 2014) incluiu três casos em que o ciúme pode ser considerado como patológico: (a) o ciúme obsessivo, enquanto uma modalidade de transtorno obsessivo-compulsivo (TOC), em que o ciúme



mostra-se adequado à realidade, mas se expressa através de comportamentos e pensamentos repetitivos que causam sofrimento e prejuízos significativos ao sujeito; (b) como um subtipo de transtorno delirante, caracterizado pela ideia persistente de estar sendo traído e (c) como uma manifestação do transtorno de personalidade paranoide, o qual se caracteriza por uma intensa e significativa tendência à desconfiança. Nos dois últimos casos, as manifestações de ciúme não estariam necessariamente vinculadas a evidências concretas, aproximando-se da definição de ciúme “por suspeita” apresentada por Attridge (2013). De acordo com esta autora, é possível traçar um paralelo entre os tipos de ciúme e suas consequências para o sujeito e a relação. O ciúme reativo estaria relacionado às características positivas de estabilidade e proteção do relacionamento, enquanto o ciúme “por suspeita” ou patológico contribuiria para efeitos potencialmente negativos, como os mencionados anteriormente.

No entanto, não basta avaliar se o ciúme é bom ou mau, normal ou patológico. É importante compreendê-lo como um complexo de sentimentos, pensamentos e comportamentos resultante da interação de um evento determinado e de uma predisposição pessoal, baseada na história de vida e no contexto sociocultural (PINES, 1992). A partir desta abordagem, pessoas, mais vulneráveis teriam seu ciúme acionado por uma ampla variedade de situações, que podem incluir aquelas que passariam despercebidas pela maioria (ECHEBURÚA; FERNÁNDEZ-MONTALVO, 2001). De acordo com estes autores, alguns traços seriam marcantes nessa maior vulnerabilidade ao ciúme: dependência emocional, atitude de desconfiança em relação aos demais, ter poucas pessoas com quem contar e insegurança ou baixa autoestima. A baixa autoestima é uma das características mais vinculadas ao ciúme (ECHEBURÚA; FERNÁNDEZ-MONTALVO, 2001), de forma que parece haver uma relação recíproca entre ambos, em que a baixa autoestima contribui para o ciúme e vice-versa. Por exemplo, em uma pesquisa realizada por DeSteno, Valdesolo e Bartlett (2006), constatou-se que perceber o interesse do companheiro por um rival abalaria a autoestima, ao mesmo tempo em que, quanto menor a autoestima, maior o ciúme.



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

Neste contexto, as experiências vivenciadas na família de origem adquirem especial relevância. Conforme assinalam Weigel, Bennet e Ballard-Reisch (2003), essas experiências ensinam uma série de lições diretas e indiretas acerca de como devem ser os relacionamentos. Essa perspectiva, também chamada de intergeracional, encontra-se presente nas contribuições de diferentes autores clássicos relacionados à abordagem sistêmica. Ângelo (1995), Minuchin, Lee e Simon (2008), por exemplo, destacam como os padrões relacionais construídos pelas famílias tendem a servir de base à construção de modelos de relacionamento, os quais influenciarão aquilo que deve ser buscado ou evitado nos relacionamentos futuros (FALCKE; WAGNER; MOSMANN, 2005). Autores como Boszormenyi-Nagy e Spark (1973/2008), por outro lado, enfatizam a influência das experiências vivenciadas na família de origem a partir dos processos de delegação familiar, que compreendem as orientações passadas pelas famílias – de forma explícita ou implícita – quanto ao que é esperado de cada membro (MIERMONT, 1994). As pessoas buscam seguir esses mandatos intergeracionais sob pena de vivenciarem sentimentos de deslealdade e culpa (BOSZORMENYI-NAGY; SPARK, 1973/2008). Carter e McGoldrick (1995) defendem, portanto, que os padrões, legados, mitos e segredos das gerações anteriores tendem a influenciar a forma como os casais e as famílias lidarão com seus desafios no presente, sendo que, segundo essas autoras, a compreensão da família deve sempre englobar, no mínimo, três gerações. Estudos empíricos têm corroborado o impacto das experiências vivenciadas na família de origem sobre diversos aspectos da relação conjugal, tais como a qualidade da relação, os níveis de divórcio, a ocorrência de violência conjugal e a escolha do cônjuge (SILVA et al., 2010). Percebe-se, assim, que, ao lado de questões específicas da cultura da qual o sujeito faz parte e da sua história de relacionamentos românticos anteriores, uma ampla gama de experiências vivenciadas na família de origem pode contribuir para uma maior vulnerabilidade às manifestações do ciúme, como bem sintetizou Pines (1998):

[A predisposição para o ciúme] é influenciada por nossa base familiar: Um homem cuja mãe foi infiel a seu pai ou cujos pais costumavam apresentar violentas manifestações de ciúme provavelmente apresenta-



rá uma maior predisposição ao ciúme do que um homem cujos pais se sentiam seguros quanto ao amor um do outro. É influenciada por nossa constelação familiar: Uma mulher que se sentiu ofuscada por uma irmã mais inteligente ou bonita tenderá a apresentar uma maior predisposição ao ciúme do que uma mulher que foi a criança preferida em sua família. É também influenciada pela história de apego na infância e na vida adulta: Uma pessoa que desenvolveu um apego seguro em relação à sua mãe apresentará menor probabilidade de se tornar ciumenta do que uma pessoa que apresentava um padrão de apego inseguro” (p. 17, tradução nossa).

O presente capítulo abordará essas diferentes questões ao buscar compreender como as experiências vivenciadas na família de origem podem influenciar o ciúme sentido e manifestado nos relacionamentos românticos posteriores. Com esse intuito, serão utilizadas contribuições de diferentes abordagens relacionadas à área da terapia de família, bem como à psicologia do desenvolvimento, ao mesmo tempo em que será apresentada uma revisão narrativa de pesquisas atuais sobre o tema. De acordo com Pines (1992), uma abordagem integrativa do ciúme tende a contribuir para sua compreensão, uma vez que a experiência do mesmo envolve quatro níveis diferentes: o individual, o relacional, o social e o biológico. Além disso, trechos de músicas populares – nacionais e internacionais, de diferentes estilos musicais – serão utilizados como forma de ilustrar os temas abordados e de demonstrar como os mesmos fazem parte do imaginário popular⁵.

O impacto das primeiras relações

Por sua causa

Acho difícil confiar

Não apenas em mim, mas em todos ao meu redor

Por sua causa

5 As letras de música apresentadas neste trabalho foram identificadas através de buscas nos sites www.google.com.br e www.vagalume.com.br.



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

Eu tenho medo

(...)

Eu era tão jovem

*(K. Clarkson, D. Hodges, & B. Moody. Because of you.
Gravada por Kelly Clarkson em 2004,
Letra acessada em www.vagalume.com.br – Tradução nossa)*

A importância das primeiras relações para o desenvolvimento do ciúme já era destacada por Freud (1922/2000), que o descrevia como “uma continuação das primeiras manifestações da vida emocional da criança”, originário “no Complexo de Édipo ou de irmão-e-irmã” (Versão eletrônica). Autores posteriores, como Pasini (2006) e Pittman (1994), deram continuidade a essa abordagem ao afirmarem que o ciúme observado no adulto seria uma atualização do medo do abandono experienciado pela criança na primeira infância. Nesse sentido, as necessidades de afeto não satisfeitas durante a infância contribuiriam para um padrão de relacionamento em que, temendo perder o objeto de amor, a pessoa agarra-se cada vez mais a ele (PASINI, 2006).

É possível traçar um paralelo entre esta colocação e a Teoria do Apego proposta por Bowlby (1977/2001), segundo a qual os seres-humanos apresentam uma tendência inata a se vincularem afetivamente, de forma que os bebês apresentam os chamados comportamentos de apego, ou seja, comportamentos voltados à busca e à manutenção da proximidade com figuras significativas, tais como a mãe ou o pai. Com o desenvolvimento da criança, esses comportamentos se tornam menos frequentes e intensos, embora continuem presentes e se manifestem especialmente em situações que se mostrem, de alguma forma, ameaçadoras. A partir de suas experiências e conforme perceba se pode ou não contar com o apoio dessas figuras nos momentos de necessidade, a criança desenvolve modelos de si e do mundo. Esses modelos refletem sua percepção se o mundo externo é ou não confiável e se ela é ou não digna de amor (BOWLBY, 1977/2001; JOHNSON, 2012).



O modelo de apego estabelecido na infância tende a persistir ao longo da vida, sendo replicado em relacionamentos posteriores (BOWLBY, 1989). Defende-se que, na idade adulta, os modelos de apego estariam relacionados às dimensões de evitação e ansiedade. A primeira diz respeito à tendência a evitar a proximidade e a dependência em relação às figuras significativas, enquanto a segunda está relacionada ao grau de preocupação em perder essa figura (SCHACHNER; SHAVER; MIKULINCER, 2012).

Conforme destacam Sharpsteen e Kirkpatrick (1997⁵, apud COSTA, 2010), o ciúme, assim como os comportamentos de apego, também teria como objetivo a manutenção do relacionamento. Dessa forma, as situações de ciúme tenderiam a ativar os processos de apego (RAUER; VOLLING, 2007) ao mesmo tempo em que ameaças às relações de apego tenderiam a despertar manifestações de ciúme (HARRIS; DARBY, 2010). Nesse contexto, pessoas que apresentam maiores níveis de ansiedade em seus estilos de apego – ou seja, que apresentam uma maior preocupação em relação à perda da pessoa amada – estariam mais vulneráveis à experiência de um ciúme aumentado (COSTA, 2010; RAUER; VOLLING, 2007). Esses estilos estão relacionados à internalização de um modelo negativo de si e do outro, em que a pessoa vê a si mesma como indigna de amor e atenção, enquanto o outro é visto como não confiável (RAUER; VOLLING, 2007). Desta forma, as experiências iniciais também estão relacionadas à construção da autonomia e da autoestima (RAUER; VOLLING, 2007), as quais, por sua vez, tendem a se mostrar relacionadas ao ciúme (ATTRIDGE, 2013).

A relação entre ciúme e autoestima, pode ser mais bem compreendida a partir das contribuições de Satir (1995), que atribui a esta o papel de “fundamento das decisões sobre como se comportar. (...) Havendo baixo nível de auto-estima, tudo passa a ter significado pessoal: a meu favor ou contra mim” (p. 32-34). Assim, de acordo com essa

5 SHARPSTEEN, D. J.; KIRKPATRICK, L. A. Romantic jealousy and adult romantic attachment. **Journal of Personality and Social Psychology**, Washington, v. 72, n. 3, p. 627-640, 1997.



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

autora, uma boa autoestima é necessária para que a pessoa consiga avaliar as situações de forma adequada. A baixa autoestima, por outro lado, favoreceria a utilização de defesas diante das dificuldades relacionais e a conseqüente negação dos próprios sentimentos e necessidades, o que contribuiria para a insegurança e a vulnerabilidade no relacionamento.

A família desempenha um papel de grande importância no desenvolvimento da autoestima (PEIXOTO, 2004; PITTMAN, 1994; RANGARAJAN; KELLY, 2006). Nesse sentido, a existência de segredos familiares, o excesso de críticas e os padrões de comunicação familiar constituem aspectos a serem observados. Pais alcoolistas, por exemplo, podem mostrar-se desatenciosos com os filhos e não estimular um padrão de comunicação que valorize suas conquistas, elemento importante para a construção de um autoconceito positivo (RANGARAJAN; KELLY, 2006). De forma semelhante, estudos têm demonstrado a relação entre ser vítima de violência na infância e maiores manifestações de ciúme (COSTA, 2010), o que pode estar relacionado à ideia de que a experiência de violência na infância tende a afetar as representações de apego e o desenvolvimento da autoestima (MAYER; KOLLER, 2012).

No entanto, não são apenas as relações com os pais e cuidadores que devem ser consideradas quando se analisa uma especial vulnerabilidade ao ciúme. O vínculo entre irmãos é complexo e envolve uma série de sentimentos que podem parecer contraditórios à primeira vista – tais como amor e ódio, lealdade e traição, cuidado e abuso, cooperação e competição –, o que o torna muito importante no desenvolvimento da identidade de cada um (MOSEER et al., 2005). Dessa forma, o chamado complexo fraternal seria de grande relevância para a compreensão do ciúme, uma vez que esse complexo é descrito a partir da hostilidade sentida pela criança em relação aos seus irmãos/rivais, em virtude do medo de perder ou ter que dividir o amor dos pais (ELYSEU JR., 2003).

Enquanto minha irmã estava arrasando no palco

(...)



Eu estava furiosa

Sentindo-me como (...) um pássaro engaiolado

Você nunca saberia com o que eu estava lidando

(...)

Mas eu estava feliz que ela estava arrasando

(...)

Sem mentiras, eu me sinto bem por ela, mas o que eu faço agora?

(K. Rowland. Dirty Laundry.

Gravada por Kelly Rowland em 2013

Letra acessada em www.vagalume.com.br - Tradução nossa)

Também se mostra relevante a forma como a criança percebe a divisão do amor de seus pais entre ela e seus irmãos, ou seja, ela percebe que os pais lhe destinam o mesmo afeto que a seus irmãos, ou se sente em desvantagem? (RAUER; VOLLING, 2007). De acordo com estes autores, essa percepção estaria relacionada ao modelo que a criança constrói de si e dos outros. Crianças que sentem receber menos afeto de seus pais do que seus irmãos tendem a desenvolver ciúmes fraterno e a apresentarem uma visão negativa de si e dos outros, o que contribui para maiores manifestações de ciúme nos relacionamentos românticos construídos na idade adulta. Deve-se destacar que, embora o que se mostre determinante seja a percepção da criança quanto a um tratamento igual ou desigual, em alguns casos, essa percepção pode ter um estímulo real, ou seja, haver realmente uma discrepância na atenção dispensada pelos pais entre os filhos.

O modelo conjugal parental

Você descobriu meus segredos e compreendeu por que eu era reservada

Você disse que não cometeríamos os mesmos erros que meus pais



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

Mas nós tínhamos contas para pagar

Nós não nos demos conta de nada

Quando é difícil aguentar

É nisso que eu penso

(T. Swift. Mine.

Gravada por Taylor Swift em 2010.

Letra acessada em www.vagalume.com.br – Tradução nossa)

A influência da família de origem não se limita, no entanto, às experiências diretas que a criança estabelece com seus irmãos ou cuidadores. De acordo com Jackson (1965⁶, p. 175 apud CERVENY, 1994, p. 35), “a criança não só aprende a responder a atitude de seus pais, mas também a utilizá-los como modelo da maneira como deve responder”. Assim, a qualidade do relacionamento conjugal dos pais tende a afetar a qualidade dos relacionamentos românticos que os filhos vivenciarão posteriormente (BUSBY; GARDNER; TANIGUCHI, 2005).

Elementos conflitantes na relação entre os pais se tornam uma bagagem cultural e um termo de comparação que os filhos usam para construir sua própria relação com o parceiro, e que trazem consigo, à espera de definição e solução, os aspectos problemáticos de origem. Penso que isso tem um papel importante no fenômeno de repetição de situações passadas, para além das “intenções” de delegação ou de exigências mais ou menos explícitas nesse sentido, por parte de um ou outro dos pais. (ÂNGELO, 1995, p. 50)

Nesse contexto, presenciar ou tomar conhecimento acerca da infidelidade de um dos pais pode impactar a confiança que este filho depositará em seus futuros parceiros românticos, bem como pode influenciar a visão que o mesmo fará de si enquanto parceiro, já que pode

6 JACKSON, D. The study of the family. **Family Process**, Thousand Oaks, v. 4, n. 1, p. 1 a 20, 1965.



haver a crença de que todos são infiéis. Os futuros relacionamentos românticos, mostram-se, assim, caracterizados pela possibilidade de ser traído ou de vir a trair, o que pode contribuir para uma menor intimidade e para uma maior desconfiança na relação, reforçando-se o ciúme (GREENE, 2006).

Docherty e Ellis (1976⁷ apud PINES, 1992) sugerem ainda que a infidelidade na relação conjugal dos pais tende a acarretar complicações extras à questão da triangulação edípica. A criança passa a se sentir ainda mais excluída, uma vez que sente ciúme não apenas da figura parental do sexo oposto, mas também de todos os outros homens ou mulheres cuja existência conhece.

Considerando-se a relação entre ciúme e autoestima, deve-se supor que testemunhar a violência conjugal presente na relação dos próprios pais também possa influenciar a experiência posterior de ciúme. Conforme sugere Hirigoyen (2006), “quando há violência entre seus pais, a criança se vê sempre como causadora, o que leva a uma perda de auto-estima” (p. 179). Além disso, a possibilidade de a criança se identificar com a vítima ou com o perpetrador da violência também pode contribuir para que ela venha a se envolver em situações de violência no futuro, as quais podem estar relacionadas ao ciúme. Nesse contexto, a violência poderia ser vista como forma aceitável de expressar o ciúme, ou ser encarada como uma manifestação tolerável do mesmo, em função do modelo aprendido na família de origem.

Mesmo que o relacionamento conjugal dos pais não seja marcado por situações de violência propriamente ditas, o envolvimento da criança nos conflitos conjugais pode abalar sua autoestima. Conforme Boas, Dessen e Melchiori (2010), a literatura tem demonstrado que a exposição constante da criança aos conflitos de seus pais pode contribuir para uma série de prejuízos, entre os quais se encontram, além dos danos à autoestima, dificuldades de interação com os pares e proble-

7 DOCHERTY, J. P.; ELLIS, J. A new concept and finding in morbid jealousy. *American Journal of Psychiatry*, Arlington, v. 133, n. 6, p. 679-683, 1976.



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

mas comportamentais. De acordo com a revisão apresentada por essas autoras, esse impacto ocorreria (a) tanto de forma direta, pelo fato de o conflito constituir uma fonte de estresse considerável para a criança, além de lhe apresentar um modelo disfuncional para a superação das dificuldades, (b) como de forma indireta, já que o conflito conjugal prejudicaria o exercício das funções parentais.

Bowen (1976) discute essa questão a partir dos conceitos de triangulação e diferenciação. A triangulação ocorre quando se envolve uma terceira pessoa em um relacionamento como forma de aliviar a ansiedade, como, por exemplo, quando os pais, ao invés de lidarem diretamente com as dificuldades presentes em seu relacionamento conjugal, passam a se focar cada vez mais no filho ou a utilizá-lo para se queixarem um do outro. Pais que apresentam um baixo nível de diferenciação tendem a recorrer com maior frequência a esses processos de triangulação, o que, por sua vez, tende a prejudicar o nível de diferenciação do filho. A diferenciação se refere à capacidade de distinguir razão e emoção, bem como de funcionar de forma autônoma mesmo em relacionamentos de grande intimidade (BOWEN, 1976; LANS; MOSEK; YAGIL, 2014), tratando-se, portanto, de um conceito intra e interpessoal (LANS; MOSEK; YAGIL, 2014). De acordo com Bowen (1976),

Uma pessoa pouco diferenciada está presa em um mundo de sentimentos. (...) Existe um esforço constante para manter a vida emocional em um equilíbrio suportável (...) e vivem em um mundo em que é impossível distinguir sentimentos e fatos. Orientam-se totalmente em direção aos relacionamentos. Muita energia é gasta em buscar amor e aprovação (p. 69-70 - tradução nossa).

Além dessa maior tendência à dependência nos relacionamentos, pessoas com um baixo nível de diferenciação podem manifestar comportamentos que se situem em um outro extremo, ou seja, buscando o distanciamento e evitando se envolver (LANS; MOSEK; YAGIL, 2014). Assim, é possível supor que, em função da confusão existente entre razão e emoção, bem como da alta reatividade que consequentemente passa a marcar seus relacionamentos, essas pessoas com um bai-



xo nível de diferenciação possam se mostrar especialmente vulneráveis ao ciúme ou a expressarem-no de forma mais prejudicial à relação.

Essa hipótese foi confirmada pelo estudo conduzido por Lans, Mosek e Yagil (2014) com 126 casais residentes em Israel. Os autores constataram que baixos níveis de diferenciação tendem a contribuir para manifestações mais intensas de ciúme, em suas diferentes dimensões: comportamental, cognitiva e emocional. No entanto, foram identificadas diferenças entre mulheres e homens, de forma que aquelas, ao se depararem com o ciúme, buscariam uma maior proximidade com o parceiro, situando-se no extremo da fusão sugerido por Bowen (1976), enquanto estes tenderiam a se distanciar de suas parceiras, aproximando-se do extremo do rompimento emocional. Essa divergência é explicada pelos autores a partir das diferenças presentes no processo de separação-individualização de meninos e meninas. De acordo com teóricos da psicologia do desenvolvimento, enquanto no menino esse processo seria caracterizado pela separação em relação à mãe, na menina, essa separação dar-se-ia concomitantemente à identificação com a mesma, de forma que, para eles, a ênfase estaria na autonomia e, para elas, na proximidade.

Valores, crenças e mitos familiares

O Adão comeu a fruta e a Eva se perdeu

Julieta se matou só por causa do Romeu

Minha bisa já dizia, minha avó já ensinava

Minha mãe já repetia quando o meu pai vacilava

O quê?

Homem? Homem não presta

(G. O Pensador. Homem não presta.

Gravado por Gabriel O Pensador em 2012.

Letra acessada em www.vagalume.com.br)



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

Deve-se destacar, porém, que, quando se aborda a importância da família de origem, essa não se limita à família nuclear ou àqueles parentes com os quais o indivíduo tem ou teve contato direto. Valores, crenças e mitos referentes às gerações passadas mostram-se importantes para a constituição da identidade familiar, influenciando os relacionamentos na geração atual. Embora apresentem suas especificidades, esses fenômenos se caracterizam por serem transmitidos de forma implícita ou explícita às gerações subsequentes, definindo, de forma geral, como cada família vê o mundo e a si mesma, o que considera importante, aquilo que classifica como certo ou errado e o que é esperado de seus membros (FALCKE; WAGNER, 2005). Muitos desses processos estão relacionados à forma como a família interiorizou valores presentes na sociedade e à forma como os reproduz e transmite a seus membros. A família constitui uma das principais instituições responsáveis pela socialização dos jovens e adultos, transmitindo normas e valores culturais (GOODRICH et al., 1990; STREY, 2007). Nesse sentido, a família apresenta uma relação bidirecional com a sociedade mais ampla, de forma que, ao mesmo tempo em que assimila e reproduz seus valores, permite seu questionamento e transformação (GOODRICH, 2003; STREY, 2007).

No que se refere ao ciúme, deve-se considerar, em especial, a importância dos valores transmitidos pela família de origem no que tange aos papéis de gênero, ou seja, àquilo que deve ser esperado de homens e mulheres (STREY, 2007). Esses valores são transmitidos pelas famílias às crianças ao longo de todo o seu processo de socialização, seja através de mensagens explícitas ou dos modelos de comportamento exibidos pelas gerações anteriores (NUTT, 2003; STREY, 2007). Como a música apresentada no início desta seção, as famílias são, por vezes, marcadas por crenças de que homens ou mulheres comportam-se inerentemente de forma específica e de que, por isso, são ou não confiáveis. Assim, essas crenças podem contribuir para uma atitude de desconfiança em relação ao parceiro ou parceira, bem como para o desenvolvimento de crenças específicas sobre como deve ser o próprio comportamento, que, por sua vez, podem levar ao ciúme daquele com quem se relaciona. Por exemplo, uma família pode reforçar crenças de que homens têm

maior necessidade de sexo e de que, ao contrário das mulheres, são capazes de separar sexo e amor, o que faria com que a infidelidade fizesse parte de sua natureza (PITTMAN, 1994). Tais valores impactarão tanto as mulheres como os homens que crescem nessas famílias. Elas podem esperar e desconfiar constantemente de uma possível traição e eles podem acreditar que devem reproduzir esses comportamentos para serem vistos como homens de fato. Pode-se, ainda, transmitir a crença de que mulheres precisam de homens para se sentirem completas (GOODRICH et al., 1990), fazendo com que situações de infidelidade – e possivelmente de ciúme – sejam vistas como toleráveis, cabendo à mulher o papel de suportá-las e superá-las. Tais estereótipos de gênero podem se tornar ainda mais arraigados quando são reforçados pela cultura mais ampla da qual a pessoa faz parte (NUTT, 2003)⁸.

Uma pesquisa realizada com mais de 1000 adolescentes americanos fornece evidências que reforçam a hipótese de que haveria uma relação entre estereótipos de gênero e ciúme (NOMAGUCHI et al., 2011). De acordo com os resultados obtidos por estes autores, quando pais e mães apresentam atitudes negativas em relação ao sexo oposto, os adolescentes mostram-se mais propensos a replicarem essa atitude e a serem mais desconfiados em relação a pessoas do sexo oposto. Isso não impede que os adolescentes se envolvam em relacionamentos românticos, mas pode contribuir para que eles se mostrem mais ciumentos, especialmente no caso dos meninos. Os autores acreditam que as meninas poderiam ser menos vulneráveis ao impacto dessa desconfiança de gênero sobre os seus relacionamentos pelo fato de desenvolverem amizades íntimas com outras meninas desde cedo, o que contribuiria para o desenvolvimento de suas habilidades sociais; além disso, sugerem que homens que desconfiam de mulheres podem encarar relacionamentos íntimos como uma forma de competição, o que favoreceria a ocorrência de conflitos como forma de obter controle no relacionamento.

⁸ Embora os exemplos apresentados neste parágrafo se atenham a um modelo de relação heterossexual, há motivos para se acreditar que também as relações homoafetivas sejam influenciadas pelas crenças de gênero que podem ser transmitidas pelas famílias de origem (GOODRICH, 2003). No entanto, as relações homoafetivas serão discutidas de forma mais aprofundada em outro capítulo deste volume.

Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

Valores referentes às questões de gênero também podem prejudicar a intimidade do casal. De acordo com Rampage (2003), a falta de igualdade entre os parceiros constitui um importante obstáculo à intimidade, visto que as ideias e sentimentos de um deles tendem a ser vistos como menos importantes. Além disso, a visão de que homens e mulheres seriam inerentemente diferentes e de que eles seriam mais focados na ação, enquanto elas priorizariam o sentimento tende a contribuir para o distanciamento entre os parceiros nas relações heterossexuais, prejudicando sua comunicação e a empatia entre eles. Mas qual a relação entre intimidade e ciúme? Ser íntimo está ligado à ideia de realmente conhecer o outro, o que contribui para que a pessoa se sinta segura no relacionamento, afinal, como posso confiar em alguém que sinto que não conheço (PITTMAN, 1994)?

As famílias podem, ainda, apresentar mitos específicos a respeito do ciúme e da infidelidade. Alguns exemplos apresentados por Pittman (1994) e que podem ser aqui destacados são: (a) uma traição é sinônimo de falta de amor; (b) o/a amante é necessariamente mais atraente do que o parceiro traído; (c) se alguém é infiel, a culpa é do seu parceiro que não atende às suas necessidades ou (d) todos são infiéis. Não é difícil imaginar a relação entre esses mitos e possíveis manifestações de ciúme. Por exemplo, se todos traem, esse pode ser um acontecimento constantemente esperado, de forma que o ciúme seria uma resposta lógica mesmo diante da ausência de quaisquer evidências. Por outro lado, os demais mitos citados tornam a possibilidade de traição especialmente assustadora, já que atribuem culpa e falta de qualidades àquele que é traído, o que pode ameaçar a autoestima e contribuir para o ciúme, especialmente se a pessoa já tiver passado por traições anteriores.

*Ele me ama, ele não te chama, diz que eu sou
mais
do que você pode ver.*

(Perlla. Ciúme doentio.

Gravada por Perlla e Joelma

Letra acessada em www.vagalume.com.br)



Crenças familiares relacionadas à inevitabilidade de uma traição podem contribuir para o desenvolvimento das chamadas profecias autorrealizadoras. Nesse sentido, pessoas que acreditam que serão traídas podem agir de formas que ameacem o seu relacionamento, seja se comportando de maneira a afastar o seu parceiro ou a chamar sua atenção para outros parceiros em potencial, o que indiretamente pode aumentar as chances de uma possível traição (ALMEIDA; RODRIGUES; SILVA, 2008; ALMEIDA; SCHLÖSSER, 2014; ALMEIDA, 2012). Em um estudo realizado em dois momentos com 45 casais heterossexuais brasileiros, Almeida (2012), encontrou evidências que reforçam essa hipótese. O ciúme relatado na primeira fase do estudo mostrou-se relacionado à possibilidade de infidelidade na segunda fase. Considerando que as profecias autorrealizadoras envolvendo possíveis traições podem levar a comportamentos de hostilização do parceiro, o autor conclui que “não fica difícil compreender que, nesse estado de carência, parceiros intimidados, agredidos, seja fisicamente ou em sua autoestima, começam a aprender a escapar dessas relações improdutivas e contam, muitas vezes, com o encanto e o auxílio de uma nova aventura sentimental” (p. 496). Deve-se destacar, no entanto, que isso não quer dizer que o parceiro ciumento deva ser responsabilizado pela infidelidade de seu parceiro. O ciúme pode sim contribuir para o enfraquecimento do relacionamento conjugal, mas aquele que se sente alvo desse sentimento possui diferentes alternativas para lidar com a situação, sendo a infidelidade apenas uma delas e a qual escolherá em função de características pessoais e outras contingências. Alternativas como conversar com o parceiro, buscar terapia ou encerrar o relacionamento são algumas das outras opções disponíveis (PITTMAN, 1994).

Cada cônjuge trará à relação, portanto, os valores, crenças, mitos e experiências desenvolvidos em sua família de origem, os quais se unirão aos valores, crenças, mitos e experiências que seu parceiro traz da sua própria família (CARTER; MCGOLDRICK, 1995). É essa união que será abordada na seção seguinte.



A união de duas histórias e dois sistemas

Você pode ser o fantasma em meu saguão

Você pode ser o sorriso que eu não quero

Eu serei a mosca na sua parede

Você será a distância que separa

Você será tudo o que eu preciso

Você será a garota para quem não ligarei

(You Me At Six. Jealous Minds Think Alike.

Gravada por You Me At Six em 2008.

Letra acessada em www.vagalume.com.br - tradução nossa)

Conforme destaca Satir (1995), “o casal se compõe de três partes, dois indivíduos e uma relação: eu, você, nós” (p. 29). Dessa forma, para compreendermos como o ciúme se manifesta em cada relação específica, devemos considerar não apenas a história de cada um dos cônjuges, mas como a relação em que eles se encontram contribui para a releitura e atualização dessas histórias (ÂNGELO, 1995), visto que as atitudes dos cônjuges tendem a se retroalimentar, ou seja, a se influenciar mutuamente (WILLI, 1995).

Segundo Osório (2011), o ciúme é manifestação da dinâmica conjugal que se estabelece desde a escolha do cônjuge. Pode, assim, representar pactos inconscientes estabelecidos entre os cônjuges, que refletem os pactos presentes nas famílias de origem de cada um (ROMANO; BOULEY, 1995). As motivações envolvidas no casamento e na escolha do parceiro são, em sua maioria, inconscientes (PINCUS; DARE, 1987), de forma que, quando o ciúme – ou a própria infidelidade – mostrou-se uma questão relevante nas interações e na história da família de origem dos parceiros, o mesmo pode vir a influenciar a escolha do cônjuge e a relação do casal (OSÓRIO, 2011):



A atribuição de significados que cada sujeito outorga às relações parentais constitui o referencial que os leva a reestabelecerem seu próprio modelo relacional. As pessoas reagem e interagem não apenas com o outro real, mas também com o outro interno, uma representação psíquica. (p. 101 - tradução nossa).

Utilizando-se a abordagem proposta por Elkaim (1995), cada cônjuge desenvolve, a partir de suas experiências de vida, um mapa de mundo que embasará suas crenças – conscientes ou não – acerca de como devem ser as relações e do que se pode esperar das mesmas. Esse mapa de mundo, no entanto, pode entrar em conflito com o seu programa oficial, ou seja, com aquilo que ele ou ela afirma desejar do relacionamento. Esse movimento pode ocorrer simultaneamente em ambos os cônjuges, dando lugar a um duplo-vínculo recíproco, em que eles precisam se adequar a dois níveis distintos de expectativas, que, por serem contraditórios, levam ao conflito conjugal. Em um de seus trabalhos, este autor, apresenta um exemplo em que o sentimento de ter sido preterida pelos pais em favor das suas irmãs contribuiu para que uma mulher formulasse um mapa de mundo caracterizado pela ideia de ser constantemente superada por outras. Nesse caso, embora ela expressasse o desejo de ser a única em sua relação com o marido, essa ideia contrariava o seu mapa de mundo, o que contribuía para o surgimento de conflitos conjugais, já que o marido se via diante de duas demandas contraditórias. A maneira como o parceiro responderá a essas contradições estará relacionada à sua própria história, ou seja, a seu mapa de mundo. Dessa forma, a maneira como o ciúme será vivenciado em cada relação dependerá da história de cada um, da história do casal e das interações dos cônjuges (ELKAIM, 1995).

O ciúme tende a apresentar, assim, um papel específico em cada relação (PINES, 1992). De acordo com Pittman (1994), o ciúme pode ser utilizado como forma de reassegurar-se quanto ao desejo do parceiro ou para chamar a sua atenção. Além disso, o ciúme pode surgir em decorrência de uma culpa que se sente em relação ao parceiro. Neste caso, o ciúme pode ser encarado como uma forma de negar sentimentos ambivalentes e de projetar no outro a própria insatisfação, pois



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

O ciúme é o instrumento perfeito para aquelas pessoas que estão tão zangadas e assustadas que precisam proteger-se da intimidade, e que não conseguem reconhecer que a raiva à qual estão tão sensíveis está vindo de dentro delas. Se elas conseguem fazer com que o cônjuge seja infiel, podem então justificar sua raiva e distância na continuação do casamento. E nada disso é culpa delas (PITTMAN, 1994, p. 51).

Além disso, a abordagem sistêmica destaca a necessidade de atentar aos padrões que podem estar relacionados à ativação de comportamentos de ciúme. A omissão de informações pode aumentar a insegurança e os comportamentos de controle do parceiro, os quais, por sua vez, podem aumentar ainda mais o distanciamento do outro, dando-se lugar a um círculo vicioso (PINES, 1998). Conforme assinalam Almeida, Rodrigues e Silva (2008), esse distanciamento pode contribuir para que, de fato, o parceiro venha a se aproximar de uma terceira pessoa, por se ressentir das cobranças e do monitoramento constante.

*Se você põe aquele seu vestido lindo
E alguém olha pra você
Eu digo que já não gosto dele
Que você não vê que ele
Está ficando “demodê”*

*Mas é ciúme
Ciúme de você*

*(R. Carlos & E. Carlos. Ciúme de você.
Gravado por Raça Negra em 1997.
Letra acessada em www.vagalume.com.br)*

Dessa forma, questões relacionadas à dinâmica proximidade-distanciamento e à clareza da comunicação devem ser consideradas (LANS; MOSEK; YAGYL, 2014). Conforme destacam Scheinkman e Werneck (2010), o ciúme é alimentado pelas incertezas: a pessoa que o vivencia constantemente se questiona sobre os pensamentos e sentimentos do parceiro, bem como sobre a adequação de suas próprias



reações. Portanto, mensagens ambíguas, bem como a falta de intimidade devem ser considerados, visto que contribuem para essa sensação de insegurança, já que os parceiros se sentem na necessidade de monitorar o outro constantemente para saberem o que está acontecendo a ele e a relação (PITTMAN, 1994).

É possível ainda que um dos parceiros busque – conscientemente ou não – despertar o ciúme do outro. Em um estudo internacional, envolvendo 212 participantes, Fleischmann et al. (2005), constaram que táticas para despertar o ciúme do parceiro podem ser utilizadas de acordo com diferentes objetivos: (a) obter algum ganho, como aumentar a própria autoestima, por exemplo, (b) punir o parceiro ou (c) controlá-lo. Essas táticas envolvem comportamentos que vão desde um distanciamento proposital até demonstrar que existem outras opções em termos de relacionamento, o que pode incluir falar de antigos namorados, tecer comentários sobre outros homens/mulheres ou, até mesmo, relacionar-se intimamente com outras pessoas. No entanto, deve-se refletir acerca do que está por trás desse desejo de provocar o ciúme do parceiro. O que esse comportamento diz a respeito das necessidades dessa pessoa, bem como da forma como elas estão ou não sendo atendidas? O que essa pessoa realmente quer alcançar que vale a pena colocar o seu próprio relacionamento em risco (FISHER, 2011)? Que papel a história dessa pessoa exerce nessa atitude? Estaria ela na verdade, ao tentar despertar o ciúme do parceiro, buscando uma compensação por algo que ocorreu em seu passado ou por uma atenção que não recebeu?

E eu adoro te deixar com ciúmes, mas não me julgue

E sei que estou sendo rancorosa, mas isso não é nada

Isso não é nada

Eu sou apenas ciumenta

(B. Knowles. Jealous.

Gravada por Beyoncé Knowles em 2013

Letra acessada em www.vagalume.com.br - tradução nossa)



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

Além disso, não se deve ignorar a possibilidade de que o ciúme manifestado por um dos parceiros seja reflexo de uma percepção acurada de que, de fato, algo não vai bem na relação. Uma das possibilidades é de que, embora negada pelo parceiro, esteja já ocorrendo uma infidelidade real, resultando na dúvida daquele que vive o ciúme e na suspeita se os sinais de infidelidade são de fato reais ou se está completamente equivocado em suas percepções. Mesmo que uma traição “concreta” ainda não tenha ocorrido ou que haja discordâncias entre os parceiros no que deve ou não ser considerado como uma traição, o ciúme manifestado por um deles pode ser entendido como um sintoma de algo que está acontecendo na relação (PITTMAN, 1994).

Momentos específicos do ciclo vital individual e familiar também se mostram relevantes à compreensão do ciúme. Momentos de crise e mudança tendem a exacerbar possíveis vulnerabilidades e inseguranças, constituindo uma oportunidade perfeita para a ativação de manifestações de ciúme (PITTMAN, 1994), em especial se o momento atravessado vier especificamente a lembrar algo marcante ocorrido na história de um ou ambos os parceiros, bem como de suas famílias de origem (CARTER; MCGOLDRICK, 1995).

Não se deve assumir, assim, que, ao longo de toda a história de uma dada relação, um parceiro será sempre o ciumento, enquanto o outro será o alvo do ciúme. O ciúme, muitas vezes, adquire a característica de uma dança, em que os parceiros trocam de posições, da mesma forma que, em diferentes relações, uma mesma pessoa pode ocupar posições inversas (SCHEINKMAN; WERNECK, 2010). Assim, além de se considerar a história de cada parceiro e a história da relação em si, deve-se sempre atentar para as particularidades do momento atual.

A relação conjugal tende a se basear nos modelos e experiências passados de cada um dos cônjuges (SATIR, 1995), de forma que a escolha do parceiro e a relação estabelecida a partir de então representam uma continuidade das experiências vivenciadas na família de origem (ÂNGELO, 1995). Essas experiências e modelos adquirirão um colorido especial em cada relacionamento a partir do encontro de dois



cônjuges que trazem consigo suas histórias particulares (PINES, 1992) e em cada momento específico dessa relação (PITTMAN, 1994). Nesse contexto, a existência de pactos inconscientes entre os cônjuges é frequente, no entanto, deve-se estar atento para a formação de possíveis colusões entre os cônjuges. Tem-se uma colusão quando há um enrijecimento da dinâmica conjugal que se estende por diversos domínios da relação (ROMANO; BOULEY, 1995). Ou seja, quando o casal se sente aprisionado dentro de uma determinada conflitiva (SATIR, 1995), é hora de pensar em procurar ajuda.

Possibilidades de mudança: Que tipos de ajuda encontram-se disponíveis?

Mas que fazer com essa dor que me invade?

Mato esse amor ou me mata o ciúme

*(M. Franco. Ainda ontem chorei de saudade.
Gravada por Rio Negro e Solimões em 2002.
Letra acessada em www.vagalume.com.br)*

Aqueles que sofrem em função do ciúme – seja por senti-lo ou por ser alvo do mesmo – dispõem de alternativas para lidar com essa questão, sendo a psicoterapia uma delas. Partindo-se da ideia, de que algumas das dificuldades vivenciadas pelos cônjuges podem estar relacionadas aos seus modelos infantis, Satir (1995) destaca a importância de entrar “em contato com seus sentimentos para com o pai ou a mãe, que pode ser personificado pelo cônjuge, para que se possa diferenciar o primeiro do segundo” (p. 33). Nesse sentido, a terapia trabalharia então a relação com a família de origem.

Considerando o grande impacto que o ciúme exerce na relação conjugal (SCHEINKMAN; WERNECK, 2010), a terapia de casal pode se mostrar a opção mais adequada a alguns casos (ANDOLFI, 1995; SATIR, 1995). A terapia de casal permite trabalhar aqueles padrões existentes no relacionamento que tendem a despertar o ciúme de um dos parceiros ou ambos (PINES, 1998), abordando a dinâmica proximida-



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

de-distanciamento que, por vezes, estabelece-se nesses casais e que é caracterizada pela polaridade desconfiança e questionamento *versus* segredo, afastamento e distanciamento (SCHEINKMAN; WERNECK, 2010). De acordo com estes autores, haveria três tarefas fundamentais a serem abordadas por casais que estão enfrentando dificuldades em função do ciúme: (a) o estabelecimento de limites claros aceitos por ambos os cônjuges; (b) a negociação em busca do equilíbrio entre liberdade e segurança e (c) o desenvolvimento de estratégias para lidar com as inseguranças. Além disso, o casal deve ter clareza acerca de seus próprios padrões comportamentais que contribuem para a dinâmica do ciúme e de como os parceiros se influenciam mutuamente. Aspectos da história do casal ou de cada um dos cônjuges que contribuam para essa dinâmica devem ser também trabalhados. O objetivo do terapeuta, nesse contexto, não é simplesmente acabar com o ciúme, mas contribuir para que o casal desenvolva outras formas de se relacionar e comunicar, minimizando o impacto de sentimentos, ideias e comportamentos que possam estar alimentando o ciúme.

Além disso, é possível realizar sessões que contem com a participação da família de origem dos cônjuges (ANDOLFI, 1995). A família de origem é abordada como um recurso na solução das dificuldades do casal e não como a causa das mesmas. Assim, a vinda desses parentes é vista como uma maneira de conhecer melhor cada um dos cônjuges e não como um convite à sua interferência no conflito conjugal.

Deve-se destacar, porém, que a terapia de casal não é vista como a modalidade mais adequada em contextos de violência conjugal, uma vez que o parceiro que é alvo desses comportamentos pode se sentir constrangido em contar aquilo que realmente acontece, por medo do outro, ou pode se expor a novos episódios de violência em função do que foi dito na terapia (HIRIGOYEN, 2006). Nestes casos, recomenda-se a terapia individual ou em grupo para ambos, além das medidas protetivas que se mostrarem necessárias.

Como, em alguns casos, o ciúme pode estar relacionado a outras condições (APA, 2014), uma avaliação psiquiátrica pode também se mostrar necessária. Embora algumas pessoas se assustem com essa



possibilidade, uma atuação conjunta entre o psiquiatra e o terapeuta pode se mostrar bastante benéfica, contribuindo para o manejo do sofrimento despertado por essas situações e favorecendo o trabalho que o casal está realizando em sua terapia.

Uma vez que a literatura tem corroborado a relevância das experiências vivenciadas na família de origem para uma maior vulnerabilidade ao ciúme, é possível também pensar em uma abordagem preventiva que beneficie crianças e adolescentes. Trabalhos têm sido apresentados no sentido de auxiliar os casais a desenvolverem estratégias construtivas para a resolução dos conflitos conjugais, tendo em vista o impacto que os mesmos tendem a exercer sobre a qualidade de vida de crianças e adolescentes, bem como sobre seu desenvolvimento (WAGNER; MOSMANN, 2012). No caso específico do ciúme, é interessante que os pais estejam atentos para a possibilidade de as crianças reproduzirem suas atitudes a esse respeito, bem como para possíveis favoritismos e diferenciações que venham a realizar entre seus filhos. A terapia familiar ou conjugal, nesse contexto, pode trabalhar no sentido de desenvolver outras formas de relacionamento que se mostrem mais benéficas para todos os envolvidos (DATÍLIO; JONGSMA, 2010).

Considerações finais

*O perigo de todo ciúme
É o fim do prazer
Quando eu preciso de atenção
Está com raiva de mim
A tempestade no coração
Quase te faz esquecer
A minha paixão*

*(C. Horsth, R. Feghali, & Nando. Tolo ciúme.
Gravada por Roupa Nova em 1987.
Letra acessada em www.vagalume.com.br)*



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

Antes de mais nada, deve-se destacar que compreender o ciúme a partir das experiências vivenciadas na família de origem não significa culpabilizar os pais, irmãos ou quaisquer parentes. Conforme discutido na introdução deste capítulo, é importante conceber as manifestações de ciúme como deflagradas a partir da interação de uma vulnerabilidade pessoal e de uma situação concreta com a qual a pessoa se depara (PINES, 1992). Como bem assinala Elkaim (2008):

Estariamos errados em explicar as tempestades internas que às vezes nos abalam unicamente com elementos ligados à nossa história: são os acontecimentos do presente que as provocam, ao entrarem em ressonância com as experiências vividas e as crenças enraizadas em nossa própria história. O passado e o presente desempenham um papel no nascimento desses maremotos afetivos – na verdade, ambos são necessários, mas nenhum deles sozinho é suficiente. (...) Nossas vivências de outrora se parecem com dragões adormecidos sob a nossa cama. Podemos não perceber a presença deles. Porém, um dia, certo acontecimento toca a música certa para acordar o dragão. E eis que ele desperta, perturbando o nosso universo. (p. 38)

A partir dessa abordagem, tanto os profissionais terão mais elementos com os quais trabalharem, como as pessoas que vivenciam o ciúme ou que se sentem atingidas pelo mesmo poderão se tornar mais conscientes acerca de seus comportamentos e daquilo que pode influenciá-los, ao se voltarem para sua própria história de vida. Dessa forma, uma pessoa que se sinta particularmente vulnerável ao ciúme poderá questionar-se até que ponto as experiências anteriormente vivenciadas estão influenciando suas reações e buscar o auxílio de um profissional, quando necessário, sabendo que há o que ser feito para melhorar sua qualidade de vida e suas relações. Resultados de pesquisas como as apresentadas neste trabalho também têm o potencial de contribuir para ações de prevenção. Ao saberem o impacto que seus comportamentos podem causar ao desenvolvimento de seus filhos e a seus futuros relacionamentos românticos, os pais podem repensar suas atitudes e os profissionais podem desenvolver atividades voltadas à melhoria do relacionamento dos casais.



*É o meu ciúme
É o meu amor com medo de perder você*

*Eu te amo até demais, o que fazer
Se eu não sei por um minuto te esquecer
É tão forte no meu peito essa emoção
Mas pra gente ser feliz eu vou domar meu coração*

*(L. Ayrão. Meu ciúme.
Gravada por Roberto Carlos em 1968
Letra acessada em www.vagalume.com.br)*

Referências

ALMEIDA, T. O ciúme romântico atua como uma profecia autorrealizadora da infidelidade amorosa?. **Estudos de Psicologia** (PUCCAMP. Impresso), v. 29, p. 489-498, 2012.

ALMEIDA, T.; RODRIGUES, K. R. B.; SILVA, A. A. O ciúme romântico e os relacionamentos amorosos contemporâneos. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 13, n. 1, p. 83-90, 2008.

ALMEIDA, T.; SCHLÖSSER, A. Romantic jealousy and love infidelity correlations. **Current Urban Studies**, v. 2, p. 212-219, 2014.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION – APA. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais – DSM V**. Porto Alegre, Artmed, 2014. 948 p.

ANDOLFI, M. Crise de casal e família trigeracional. In: ANDOLFI, M.; ANGELO, C.; SACCU, C. (Orgs.). **A crise do casal**. São Paulo: Summus, 1995, p. 105-119.



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

ÂNGELO, C. A escolha do parceiro. In: ANDOLFI, M.; ANGELO, C.; SACCU, C. (Orgs.). **A crise do casal**. São Paulo: Summus, 1995, p. 47-57.

ATTRIDGE, M. Jealousy and relationship closeness: exploring the good (reactive) and bad (suspicious) sides of romantic jealousy. **Sage Open**, Thousand Oaks, v. 3, p. 1-13, 2013.

BARONCELLI, L. Amor e ciúme na contemporaneidade: reflexões psicossociológicas. **Psicologia & Sociedade**, Belo Horizonte, v. 23, n. 1, p. 163-170, 2011.

BOAS, A. C. V. B. V.; DESSEN, M. A.; MELCHIORI, L. E. Conflitos conjugais e seus efeitos sobre o comportamento de crianças: uma revisão teórica. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 62, n. 2, p. 91-102, 2010.

BOWEN, M. Theory in the practice of psychotherapy. In: GUERIN JR., P. J. (Org.). **Family therapy: theory and practice**. New York: Gardner Press, 1976, p.42-90.

BOWLBY, J. **Uma base segura**: aplicações clínicas para a teoria do apego. Porto Alegre: Artes Médicas, 1989.

BOWLBY, J. Formação e rompimento de vínculos afetivos. In: _____ (Org.). **Formação e rompimento de laços afetivos**. 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2001. p. 167-223. (Trabalho originalmente publicado em 1977).

BOSZORMENYI-NAGY, I.; SPARK, G. M. **Lealtades invisibles**: reciprocidad en terapia familiar intergeracional. Buenos Aires: Amorortu, 2008. (Trabalho originalmente publicado em 1973).

BUSBY, D. M.; GARDNER, B. C.; TANIGUCHI, N. The family of origin parachute model: landing safely in romantic relationships. **Family Relations**, Malden, v. 54, p. 254-264, 2005.



CARTER, B.; MCGOLDRICK, M. As mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia de família. In: _____ (Orgs.). **As mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia familiar.** Porto Alegre: Artmed, 1995, p. 7-29.

CERVENY, C. M. O. **A família como modelo:** desconstruindo a patologia. Campinas: Psy, 1994.

COSTA, A. L. **Contribuições para o estudo do ciúme excessivo.** 2010. 146 f. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010.

DATTILIO, F. M.; JONGSMA, A. E. **The family therapy treatment planner.** Hoboken: John Wiley & Sons, 2010.

DESTENO, D.; VALDESOLO, P.; BARTLETT, M. Y. Jealousy and the threatened self: Getting to the heart of the green-eyed monster. **Journal of Personality and Social Psychology**, Washington, v. 91, n. 4, p. 626-641, 2006.

ECHEBURÚA, E.; FERNÁNDEZ-MONTALVO, J. **Celos en la pareja:** una emoción destructiva. Un enfoque clínico. Provença: Editorial Ariel, 2001.

ELKAIM, M. **Como sobreviver à própria família.** São Paulo: Integre-re, 2008. 143 p.

ELKAIM, M. Terapia de casal, sistema terapêutico e ressonância. In: ANDOLFI, M.; ANGELO, C.; SACCU, C. (Orgs.). **A crise do casal.** São Paulo: Summus, 1995, p. 91-104.

ELYSEU JR., S. Complexo fraternal: a fonte do ciúme e da inveja. **Psicologia: Teoria e Prática**, São Paulo, v. 5, n. 2, p. 55-66, 2003.

FALCKE, D.; WAGNER, A. A dinâmica familiar e o fenômeno da transgeracionalidade: definição de conceitos. In: WAGNER, A. (Org.).



Como se perpetua a família? A transmissão dos modelos familiares. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2005, p. 25-46.

FALCKE, D.; WAGNER, A.; MOSMANN, C. Passando a história a limpo: o impacto das experiências da família de origem na conjugalidade. In: WAGNER, A. (Org.). **Como se perpetua a família?** A transmissão dos modelos familiares. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2005, p. 67-80.

FERREIRA-SANTOS, E. **Ciúme: o medo da perda**. São Paulo: Claridade, 2003.

FISHER, M. **Inducing jealousy to get your mate's attention**. 2011. Disponível em: <<http://www.psychologytoday.com/blog/loves-evolver/201111/inducing-jealousy-get-your-mates-attention>>. Acesso em: 15 de Dez. de 2014.

FLEISCHMANN, A. A. et al. Tickling the monster: Jealousy induction in relationships. **Journal of Social and Personal Relationships**, Thousand Oaks, v. 22, n. 1, p. 49-73, 2005.

FREUD, S. Alguns mecanismos neuróticos no ciúme, na paranoia e no homossexualismo. In: _____ (Org.). **Edição eletrônica brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud**. Rio de Janeiro: Imago, 2000. (Trabalho originalmente publicado em 1922)

GOODRICH, T. J. A feminist family therapist's work is never done. In: SILVERSTEIN, L. B.; GOODRICH, T. J. (Orgs.). **Feminist family therapy: empowerment in social context**. Washington: American Psychological Association, 2003, p. 3-16.

GOODRICH, T. J. et al. **Terapia feminista da família**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1990.

GREENE, K. **Awareness of parental infidelity on college students' reported commitment in romantic relationships**. 2006. 112 f.



Tese (Doutorado) – College of Human Sciences, The Florida State University, Tallahassee, 2006.

HARRIS, C. R.; DARBY, R. S. Jealousy in Adulthood. In: HART, S.; LEGERSTEE, M. (Eds.), **Handbook of jealousy: theory, research, and multidisciplinary approaches**. New York: Wiley-Blackwell, 2010. P. 547-571.

HINTZ, H. C. O ciúme no processo amoroso. **Pensando Famílias**, Porto Alegre, v. 5, p. 45-55, 2003.

HIRIGOYEN, M. F. **A violência no casal: da coação psicológica à agressão física**. Rio de Janeiro, Bertrand Brasil, 2006.

LANS, O.; MOSEK, A.; YAGIL, Y. Romantic jealousy from the perspectives of Bowen's concept of differentiation and gender differences. **The Family Journal**, Thousand Oaks, v. 22, n. 3, p. 321-331, 2014.

MIERMONT, J. **Dicionário de terapias familiares: teoria e prática**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994,

JOHNSON, S. M. Introdução ao apego: um guia terapêutico para lidar com os vínculos primários e sua renovação. In: JOHNSON, S. M.; WHIFFEN, V. E. (Orgs.). **O processo de apego na terapia de casal e família**. São Paulo, Rocca, 2012, p. 3-16.

MAYER, L. R.; KOLLER, S. H. Rede de apoio social e representação mental das relações de apego de crianças vítimas de violência doméstica. In: HABIGZANG, L. F.; KOLLER, S. H. (Orgs.). **Violência contra crianças e adolescentes: teoria, pesquisa e prática**. Porto Alegre: Artmed, 2012, p. 21-32.

MINUCHIN, S.; LEE, W. Y.; SIMON, G. **Dominando a terapia familiar**. Porto Alegre: Artmed, 2008.



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

MOSER, C. J. et al. The impact of the sibling in clinical practice: transference and countertransference dynamics. **Psychotherapy Theory Research & Practice**, v. 42, n. 3, p. 267-278, 2005.

NOMAGUCHI, K. M. et al. Adolescents' gender mistrust: variations and implications for the quality of romantic relationships. **Journal of Marriage and Family**, Malden, v. 73, p. 1032-1047, 2011.

NUTT, R. L. Loyalty to family of origin. In: SILVERSTEIN, L. B.; GOODRICH, T. J. (Orgs.). **Feminist family therapy: empowerment in social context**. Washington: American Psychological Association, 2003, p. 79-90.

OSÓRIO, J. H. V. La dinâmica vincular celos-infidelidad. **Pensamiento Psicológico**, Cali, v. 9, n. 17, p. 97-102, 2011.

PASINI, W. **Ciúme: a outra face do amor**. Rio de Janeiro: Rocco, 2006.

PEIXOTO, F. Qualidade das relações familiares, auto-estima, autoconceito e rendimento acadêmico. **Análise Psicológica**, Lisboa, v. 22, n. 1, p. 235-244, 2004.

PINCUS, L.; DARE, C. **Psicodinâmica da família**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1987.

PINES, A. M. **Romantic jealousy: causes, symptoms, cures**. New York: Routledge, 1998.

PINES, A. M. Romantic jealousy: five perspectives and an integrative approach. **Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training**, v. 29, n. 4, p. 675-683, 1992.

PITTMAN, F. **Mentiras privadas: a infidelidade e a traição da intimidade**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.



RAMPAGE, C. Gendered constraints to intimacy in heterosexual couples In: SILVERSTEIN, L. B.; GOODRICH, T. J. (Orgs.). **Feminist family therapy: empowerment in social context**. Washington: American Psychological Association, 2003, p. 199-210.

RANGARAJAN, S.; KELLY, L. Family communication patterns, family environment, and the impact of parental alcoholism on offspring self-esteem. **Journal of Social and Personal Relationships**, Thousand Oaks, v. 23, n. 4, p. 655-671, 2006.

RAUER, A. J.; VOLLING, B. L. Differential parenting and sibling jealousy: developmental correlates of young adults' romantic relationships. **Personal Relationships**, Malden, v. 14, p. 495-511, 2007.

ROMANO, E.; BOULEY, J. C. O casal: terapeuta do indivíduo. In: ANDOLFI, M.; ANGELO, C.; SACCU, C. (Orgs.). **A crise do casal**. São Paulo: Summus, 1995, p. 120-132.

SATIR, V. A mudança no casal. In: ANDOLFI, M.; ANGELO, C.; SACCU, C. (Orgs.). **A crise do casal**. São Paulo: Summus, 1995, p. 29-37.

SCHACHNER, D. A.; SHAVER, P. R.; MIKULINCER, M. Teoria do apego adulto, psicodinâmica e relações conjugais. In: JOHNSON, S. M.; WHIFFEN, V. E. (Orgs.). **O processo de apego na terapia de casal e família**. São Paulo: Rocca, 2012, p. 17-39.

SCHEINKMAN, M.; WERNECK, D. Disarming jealousy in couples relationships: a multidimensional approach. **Family Process**, Malden, v. 49, p. 486-502, 2010.

SILVA, I. M. et al. Como nossos pais? Um levantamento da literatura sobre a repetição de padrões familiares na relação conjugal. In: CONGRESSO BRASILEIRO PSICOLOGIA & PROFISSÃO, 3, 2010, São Paulo. **Anais...**, São Paulo, 2010.



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

STREY, M. N. Gênero, família e sociedade. In: STREY, M. N.; SILVA NETO, J. A.; HORTA, R. L. (Orgs.). **Família e gênero**. Porto Alegre: Edipucrs, 2007, p. 17-38.

WAGNER, A.; MOSMANN, C. Intervenção na conjugalidade: estratégias de resolução de conflitos conjugais. In: BAPTISTA, M. N.; TEODORO, M. L. M. (Orgs.). **Psicologia de família: teoria, avaliação e intervenção**. Porto Alegre: Artmed, 2012, p. 237-245.

WEIGEL, D. J.; BENNETT, K. K.; BALLARD-REISCH, D. S. Family influences on commitment: examining the family of origin correlates of relationship commitment attitudes. **Personal Relationships**, Malden, v. 10, p. 453-474, 2003.

WILLI, J. A construção diádica da realidade. In: ANDOLFI, M.; ANGELO, C.; SACCU, C. (Orgs.). **A crise do casal**. São Paulo: Summus, 1995, p.38-46.





Capítulo 9

Fatores que Levam ao Aumento do Ciúme nas Relações Amorosas

Bruna Germano Cirelli
Cristina Fiad Aragonez
Marlei Rigo Bonissoni
Tamara de Andrade Alves

As relações amorosas são permeadas por diversos sentimentos e emoções agradáveis e desagradáveis, o casal no decorrer da sua história atravessa momentos de felicidade, companheirismo nos quais ajudam a fortalecer o laço e o afeto, mas também passam por desafios significativos que trazem à tona questões difíceis de resolver, exigindo um esforço mútuo para reavaliar a relação no sentido de preservação do vínculo ou não. O ciúme é um dos sentimentos que está presente nas relações, não é algo contemporâneo e sim atemporal, presente em diferentes épocas e contextos (BARONCELLI, 2011). Este sentimento pode apresentar variações, ou seja, graus de intensidades diferentes que vai de um ciúme natural que visa um cuidado, demonstração de interesse e expectativa de comprometimento ao que ocorre em excesso, desencadeando sofrimentos importantes.

Diante da perda ou ameaça da perda de um relacionamento amoroso valioso, o ciúme excessivo se apresenta como um composto de sentimentos negativos (raiva, culpa, vergonha e tristeza), pensamentos, por vezes irracionais e comportamentos podendo chegar a serem inaceitáveis e extravagantes. (COSTA et al., 2012). Porém, apesar de



o ciúme muitas vezes ser relacionado com brigas, desentendimento e até mesmo tragédias, é um fenômeno natural que faz parte das relações amorosas da evolução humana na sociedade. Assim, o ciúme surge como um dispositivo emocional que objetiva proteger a estabilidade de relacionamentos amorosos significativos. (BUSS et al., 1996). Hintz (2003) corrobora dizendo que o ciúme exacerbado é um sentimento que exprime desgosto, sofrimento e dor, e pode ser encontrado em qualquer forma de relação humana, não só a amorosa. Entretanto, o ciúme pode ser um mecanismo que protege o casal, no sentido de advertir o cônjuge sobre possíveis perigos envolvendo a relação conjugal.

Hintz (2003) acrescenta que em casos de ciúme em excesso e até naqueles que são considerados patológicos, normalmente o sentimento de ciúme ultrapassa a importância do fato real. Na literatura, há diversas considerações que os autores trazem sobre esse assunto, contudo há uma concordância plena no que tange o ciúme patológico: a irracionalidade e a intensidade das relações, com ênfase na agressividade. (CARVALHO; BUENO; KLEBERIS, 2008).

Na perspectiva psicanalítica, Freud ([1922] 1976) caracterizou o ciúme em três camadas ou graus: ciúme competitivo ou normal, projetado e delirante. O ciúme normal compõe-se essencialmente de pesar, de sofrimento originado principalmente pelo pensamento de perder o objeto amado, e da ferida narcísica. Embora considerado normal, esse ciúme não é somente racional, ou seja, decorrente apenas de fatos reais e sob o controle total do ego consciente; encontra-se enraizado no inconsciente e é uma continuação das manifestações iniciais da vida emocional da criança, originada do complexo de Édipo. Já o ciúme projetado é encontrado em homens e em mulheres, derivado de sua própria infidelidade na vida real ou de impulsos ocasionados por esta infidelidade que cederam à repressão. A fidelidade estabelecida pelo matrimônio mantém-se em função das tentações contínuas, e qualquer indivíduo que negue essas tentações, sentirá uma imensa pressão, e utilizará mecanismos inconscientes para aliviá-la. Assim, para obter esse alívio e absolver sua consciência, projeta seus próprios impulsos à infidelidade



Capítulo 9 - Fatores que levam ao aumento do ciúme nas relações amorosas

do parceiro a quem deve fidelidade. Porém, no ciúme delirante, os fatos reais não são imprescindíveis, uma vez que esse sentimento se origina igualmente de impulsos reprimidos com relação à infidelidade. No caso do ciúme delirante, geralmente são encontrados ciúmes relacionados a todas as três camadas, e não necessariamente apenas à terceira.

Já em uma visão neurológica, para entender melhor o ciúme, é importante considerar a emoção basal que está envolvida: o medo. E, além disso, analisar como este sentimento age na mente do sujeito. O medo é algo intrínseco à condição humana e está relacionado ao ciúme, no sentido do indivíduo deparar-se com a possibilidade da perda da relação e de tudo o que está envolvido. Segundo Torres, Ramos-Cerqueira e Dias (1999), o ciúme seria um conjunto de pensamentos, emoções e ações, desencadeado por alguma ameaça à estabilidade ou qualidade de um relacionamento íntimo valorizado. Desse modo, podemos descrever a plasticidade neuro-anatômica reacional ao ciúme, compreendendo os circuitos do medo. Segundo estudos de neuroimagem, as reações humanas ao medo localizam-se em nosso sistema límbico, uma das regiões mais primitivas do cérebro. Assim, podemos justificar que comportamentos motivados pelo medo são muito mais instintivos e rústicos, do que racionalmente desenvolvidos.

Para a teoria evolucionista (BUSS et. al., 1992), o ciúme é um mecanismo que teria evoluído no ser humano para lidar com o problema de traição. Esses autores não o consideram como uma “emoção negativa”, ou seja, emoções de difícil controle que não se deseja manifestar, mas sim detentor de um papel adaptativo no funcionamento mental do sujeito, é uma reação natural frente a uma possível infidelidade (BUSS, 2001). Além disso, Buss et. al., (1992) propõem uma hipótese com relação à diferença das reações emocionais frente a uma possível traição, no que tange a infidelidade emocional *versus* sexual. Sugerem que para os homens a infidelidade sexual é mais perturbadora, enquanto que para as mulheres é a infidelidade emocional que mais incomoda. Pesquisas apontam que nos relacionamentos homossexuais, ocorre o inverso: as mulheres apresentam a necessidade da exclusividade/ fidelidade sexual



e os homens apresentam a insegurança com o possível envolvimento afetivo do parceiro (SHEETS; WOLFE, 2001, apud RIBEIRO, 2013).

No caso dos relacionamentos heterossexuais, Buss et al. (1992) afirmam que essa ideia é baseada nas diferenças da espécie e sua evolução. No que se refere aos homens, a traição sexual por parte da mulher significava também o risco de ela carregar uma prole que não era sua, o que acarretaria o sustento de um herdeiro ilegítimo. Para as mulheres, no entanto, a traição afetiva do homem, poderia significar um afastamento deste de casa, deixando de prover o sustento necessário para a família. Outros estudos foram realizados no sentido de testarem essa tese, mas é importante salientar que esta hipótese não é conclusiva. (FERREIRA, 2013).

De acordo com Sagarin (2005), estudos complementares apontam ainda que além da questão de gênero ser um possível agente na reação do ciúme, existem outras variáveis que influenciam em como homens e mulheres reagem a uma infidelidade, sendo ela sexual ou afetiva. Uma dessas variáveis refere-se à presença dos fatores socioculturais, no qual a experiência do sujeito no campo dos relacionamentos será um fator determinante para a reação apresentada.

Sabemos que a exclusividade sexual nos relacionamentos afetivos opera fortemente em várias culturas, no entanto, a exclusividade de outros domínios, como por exemplo, a liberdade de conversar, sair, conviver com outra pessoa podem também ser inaceitáveis, dependendo dos aspectos idiossincráticos dos sujeitos envolvidos, ou seja, da “bagagem” emocional, social e psicológica que o indivíduo carrega. Bueno e Carvalho (2011) inferem com isso, que as diferenças individuais na manifestação do ciúme são provenientes tanto da cultura, como também, das predisposições psicológicas dos sujeitos. Essas predisposições influenciam não somente na forma da expressão do ciúme, bem como, no curso que ela irá tomar. Assim, é possível pensar que o tipo de relação que o casal estabelece, as suas experiências pessoais, histórias individuais e compartilhadas, e o meio ao qual estão inseridos, serão fatores que influenciarão o aumento ciúme.



Questões individuais relacionadas ao ciúme

O ser humano é dotado por características particulares que abrangem aspectos psicológicos, biológicos, cognitivos, relacionais e culturais. Essa união compõe a essência do sujeito, trazendo a magnitude da sua individualidade. Sendo assim, para entendermos o desenvolvimento do ciúme em uma relação amorosa, é imprescindível esse olhar ao intrínseco do sujeito.

A personalidade de cada membro do casal irá influenciar em como a relação se desenvolverá. As relações anteriores tendem a ajudar o sujeito em sua própria evolução; é também através delas, que o indivíduo aprende a se relacionar, pois essas experiências oferecem a possibilidade de elaboração de questões próprias (ASENDORPF, 2002).

No desenvolvimento da intimidade na relação amorosa, a confiança mútua é um fator muito importante. Um compromisso consistente permite que ambos os parceiros se sintam seguros e participem da relação de uma forma saudável (STANLEY; MARKMAN; WHITTON, 2002). Mas quando não há essa confiança e o sentimento de insegurança prevalece, é muito propício o aparecimento do ciúme. Este sentimento surge como uma resposta emocional negativa desencadeada por uma ameaça real ou imaginada para a relação romântica, no presente, no passado, ou antecipada (BUUNK; BRINGLE, 1987). As pessoas mais inseguras nas suas relações têm maior probabilidade de sentirem ciúme, assim como pessoas com baixa autoestima (BUUNK, 1991; CANO; O'LEARY, 1997).

A insegurança é um dos sentimentos mais comuns que estão relacionados ao ciúme. Dificuldades vivenciadas no início da vida referentes à insegurança podem afetar como os indivíduos vão conseguir demonstrar respeito, gratidão e admiração ao parceiro. A direção do apego pode interferir no progresso da intimidade, tanto nos relacionamentos, como também no compromisso e na tolerância. Quando a noção de apego foi inicialmente mal adaptativa na vida do indivíduo ocorrerá o domínio da desconexão e da rejeição, e esse tipo de vivência

intensifica o medo de perder as pessoas mais próximas. Esses indivíduos apresentam alguns sinais como vigilância intensa e ansiedade crônica com relação às pessoas que gosta, e também pode aparecer na forma de tristeza e depressão. Essas pessoas tendem a ter apego exagerado nos relacionamentos ou apresentar comportamentos possessivos ou controladores, e o ciúme geralmente é utilizado para impedir o abandono (DATTÍLIO, 2011).

Aprofundando o entendimento sobre o apego, Bowlby (1989) identificou três modelos de apego, juntamente com as condições familiares que os promoveram: o apego seguro, resistente e o ansioso com evitação. Por apego seguro, entende-se aquele em que o sujeito se sente protegido e confia no vínculo que tem com os seus pais (ou figuras paternas), sente a disponibilidade e o apoio provindo dos seus cuidadores. Já o apego resistente mostra-se no sentido contrário, este ocorre quando prevalece a insegurança e o sentimento da falta de um apoio sólido por parte dos cuidadores, não tendo a certeza de que, se precisar, eles estarão ali. No terceiro modelo, apego ansioso com evitação, existe também uma expectativa negativa com relação ao seu cuidado, além de não confiar no vínculo e no cuidado caso necessite, ele espera essa rejeição.

Sendo assim, essas experiências anteriores serão muito importantes para o desenvolvimento da vida a dois. Anton (2012) afirma ainda, que para compartilhar uma vida de casal, é preciso ter aprendido a conviver de forma adequada com a solidão. Se existe uma dependência emocional muito forte pelo outro, e não é possível encontrar-se só em nenhum momento, provavelmente o casal terá muitos conflitos, uma vez que para estabelecer uma boa relação e um bom vínculo amoroso é necessário que nenhum dos membros do casal invada o outro com demandas excessivas.

Neste sentido, a autoestima vem contribuir com esse sentimento. A forma como a pessoa se vê e como se sente com relação à sua autoimagem, tem relação direta com a capacidade de suportar a solidão e sustentar uma relação de confiança. Se o indivíduo não se sente bem consigo mesmo, não acredita em suas qualidades e potencialidades é



Capítulo 9 - Fatores que levam ao aumento do ciúme nas relações amorosas

muito provável que se colocará em um lugar de menos valia na relação, e assim, como resultado, aparecerá o medo de não conseguir conservar o vínculo com outro. Quanto maior a autoestima, melhor equipado estará para lidar com as adversidades da vida. Para Branden e Gouveia (1998) a autoestima é a soma da autoconfiança com o autorespeito, abrange dois componentes básicos, o sentimento de competência pessoal e o sentimento de valor pessoal. Sendo assim, ela reflete o julgamento implícito da nossa capacidade de lidar com os desafios que fazem parte da vida e o respeito com relação aos próprios interesses.

Ciúme e psicopatologia

O ciúme é presentido por muitos, como algo ameaçador, gerador de angústias e ansiedade. Como visto anteriormente, o ciúme tem como base o medo de perder o seu objeto de amor. No funcionamento cerebral, a antecipação do medo está associada com as expectativas e experiências vivenciadas. Assim, o processo se dá da seguinte forma: há um maior número de conexões sinápticas no sentido amígdala - córtex pré-frontal do que no sentido inverso, desse modo, a amígdala sempre é alertada diante de uma ameaça, o corpo sente medo antes mesmo de nos darmos conta. Contudo, os medos antecipados revelam apenas a sugestão de perigo que ainda não é real, não apresenta o objeto ameaçador (CHRISTOPHE, 2013).

O ciúme é apontado por Almeida, Amboni e Gomes (2011), como protetor das relações quando é adaptativo, transitório e baseado em fatos reais. O que diferencia a dimensão que o ciúme ou qualquer outra emoção toma no limiar entre normalidade e patologia é a intensidade como é percebido e a capacidade que o sujeito tem de regular tal sentimento e exercer controle sobre o mesmo e conseqüentemente acerca de seus comportamentos reativos.

O ciúme patológico é reconhecido em muitos períodos historicamente, contudo, a ênfase de como tal fenômeno é compreendido, difere conforme as influências sócio culturais da época. Neste século associa-se à insegurança e imaturidade, expressão de desajustamento



psicológico e social, algo cada vez mais problemático, indesejável e patológico. Torres, Ramos-Cerqueira e Dias (1999) descrevem o ciúme excessivo/patológico como doentio e disfuncional. Apresentado na forma de pensamentos irracionais e perturbadores, desconfiança excessiva e infundada, além de acarretar prejuízos significativos no âmbito pessoal e interpessoal. O termo “ciúme patológico” engloba uma ampla gama de manifestações (de reativas a delirantes) e diagnósticos psiquiátricos. Inclui os casos de ciúme sintomático, ou seja, quando é parte de outro transtorno mental (ex.: alcoolismo, demência, esquizofrenia).

Corroborando com tais ideias, o ciúme patológico ultrapassa os limites do controle egóico e prejudica a capacidade de raciocínio o que aumenta a possibilidade de reações instintivas e violentas (ALMEIDA; AMBONI; GOMES, 2011). Para Palermo, et. al. (1997) a maioria dos homicídios seguidos de suicídio são crimes “de paixão”, ou seja, relacionam-se a ideias paranoides de ciúme em relações amorosas simbióticas, em geral, cometidos por homens, na vigência de alguma substância psicoativa (usualmente álcool) e quadros depressivos. Portanto, o ciúme patológico mobiliza diversos quadros diagnósticos, além de inúmeras possíveis comorbidades, podendo evidenciar desde transtornos de personalidade até condições psíquicas mais leves.

Em um estudo realizado por Soyka (1995, apud TORRES; RAMOS-CERQUEIRA; DIAS, 1999), o delírio de ciúme foi encontrado nas psicoses orgânicas (7%), distúrbios paranóides (6,7%), psicoses alcoólicas (5,6%) e esquizofrenias (2,5%). A relação com os distúrbios afetivos (0,1%) e distúrbios neuróticos ou de personalidade (0,6%) foi inconsistente. No entanto, em outro estudo sobre ciúme patológico, Shepherd (1961, apud TORRES; RAMOS-CERQUEIRA; DIAS, 1999) encontrou uma variedade de quadros depressivos, ansiosos e obsessivos, além dos “orgânicos” e “psicóticos”, relacionados com o ciúme patológico.

As causas que podem motivar ou potencializar o ciúme patológico são inúmeras, desde aquelas relacionadas ao abuso de substâncias psicoativas até algumas dificuldades psico-orgânicas, previstas ao longo



Capítulo 9 - Fatores que levam ao aumento do ciúme nas relações amorosas

do desenvolvimento normal do ser humano. Noyes e Tood (1955, apud TORRES; RAMOS-CERQUEIRA; DIAS, 1999) apontam a impotência sexual (proveniente do alcoolismo, da senilidade, do diabetes) como importante fator no desenvolvimento de ideias de infidelidade, relacionadas a sentimentos de inferioridade e rejeição. Nas mulheres, fases de menor interesse sexual ou atratividade física (gravidez, puerpério, menopausa) aumentariam igualmente a insegurança e a ocorrência desse problema.

Pode-se ainda ter o delírio de ciúme bem sistematizado em sua forma pura, sem alucinações ou deterioração da personalidade, numa apresentação mais amena. Este quadro atualmente denominado “Transtorno Delirante de Ciúme”, seria bem mais raro. Ele está incluído no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM IV (APA, 2003) é um subitem do Transtorno Delirante e pode ter diferentes tipos de especificidade: tipo erotomaníaco - delírios de que outra pessoa, geralmente de situação mais elevada, está apaixonada pelo indivíduo; tipo grandioso - delírios de grande valor, poder, conhecimento, identidade ou de relação especial com uma divindade ou pessoa famosa; tipo ciumento - delírios de que o parceiro sexual do indivíduo é infiel; tipo persecutório - delírios de que o indivíduo ou alguém chegado a ele está sendo infiel de algum modo; tipo somático - delírios de que a pessoa tem algum defeito físico ou condição médica geral; e tipo misto - delírios característicos de mais de um dos citados anteriormente, sem predomínio de nenhum deles.

Na concepção de diagnósticos psiquiátricos, existe atualmente a correlação entre o Transtorno Obsessivo Compulsivo e Ciúme Patológico. Para isso, a observação clínica deve atentar a irracionalidade do sintoma, a dimensão prejudicial do mesmo e analisar o sentido bizarro ou incomum de tais manifestações. Além de ter um entendimento psicopatológico do sintoma, diferenciar entre ideia obsessiva, prevalente ou delirante (TORRES; RAMOS-CERQUEIRA; DIAS, 1999).

Ainda no campo das patologias, as disfunções sexuais possuem um papel significativo como geradores ou potencializadores do ciúme.



Possuem características que trazem para a dinâmica do casal, bem como para a vida do indivíduo um verdadeiro tsunami emocional. Podemos aludir que independe se causadas por características biológicas ou psicológicas, as disfunções sexuais modificam a relação entre o casal e do sujeito com ele mesmo. O prejuízo da resposta sexual do casal estará sempre presente frente a atos de ciúmes intenso, que tira a liberdade do pensar e do agir do companheiro (a). (MARZANO, 2008).

Segundo Pinto (2010), através da terapia, o sujeito com disfunção sexual amplia a consciência sobre seu próprio funcionamento, sobre como ele age ou como se bloqueia, além de se dar conta a cerca de questões que estão envolvidas com a sua disfunção. Aquilo experienciado e vivido dentro da relação amorosa pode estar reverberando na sexualidade, sendo assim, esse reflexo pode desencadear os quadros de disfunção sexual.

São inúmeros os fatores que podem colaborar para o surgimento de tais quadros e a dinâmica do sistema conjugal reflete essas características. A escolha do parceiro, a forma de interação e de construção da relação evidencia qual o estilo estabelecido pelo casal e os papéis que cada membro ocupa, destacando ainda aspectos mais saudáveis ou mais patológicos da união.

Dinâmica do casal

Geralmente as pessoas possuem uma série de fantasias e expectativas, tanto conscientes como inconscientes, e estas passam a fazer parte da vida amorosa e sexual do casal. O casamento funcionará através de um acordo de como cada um será em relação ao outro. Essa definição pode ser denominada de *quid pro quo*, que significa, literalmente, uma coisa pela outra, ou seja, cada um recebe do outro alguma coisa em troca do que deu, estipulando assim os direitos e deveres de cada um (WALSH, 2002, apud ANDOLFI, 2002).

A constituição de regras e papéis da relação não inicia do zero, mas sim, do que cada indivíduo traz do seu sistema de crenças e expec-



Capítulo 9 - Fatores que levam ao aumento do ciúme nas relações amorosas

tativas sobre o casamento, em função de suas experiências na família de origem e de outras de ordem pessoal, e que são influenciadas pela cultura. Esse sistema de crenças e valores perpassa os relacionamentos, na maneira que cada um exerce seu papel e fundamenta a relação, sendo considerado como a base do *quid pro quo* conjugal (WALSH, 2002, apud ANDOLFI, 2002).

As percepções sobre relacionamento conjugal e familiar referem-se à forma como interagimos e percebemos os membros da família durante a nossa vida, e, portanto, as percepções podem mudar em função de novas informações e vivências. É um processo difícil e, possivelmente, essas características adquiridas passem a se cristalizar durante a vida do indivíduo (DATTÍLIO, 2011).

Algumas pessoas vivenciam decepções emocionais tão profundas que não se permitem mais correr riscos, criando uma espécie de proteção permanente. Assim não conseguem harmonizar sentimentos opostos, como sentir-se livre e estar comprometida e manter a individualidade mesmo estando vinculado a alguém (ANTON, 2012).

No princípio, a relação de casal é vivida como se fosse um sonho, no qual alguns aspectos vão se concretizando e outros sendo rejeitados, mantendo vivo o centro de energia que estabelece relação com o amor e a paixão (FUKS, 2007). Em decorrência disso, a coesão passa a ser um ponto considerado muito importante para que os casais consigam encontrar equilíbrio entre proximidade e respeito ao distanciamento, e às diferenças individuais. Assim, será possível preservar uma fronteira para proteger a integridade do casal, como também para prevenir a intrusão e a ruptura do vínculo (WALSH, 2002, apud ANDOLFI, 2002).

A capacidade de demonstrar o afeto está intimamente ligada com experiências vividas nos primeiros anos de vida. Corroborando com o que foi dito anteriormente, a direção do apego pode interferir no progresso da intimidade, tanto nos relacionamentos, como também no compromisso, além de influenciar na manifestação do ciúme (DATTÍLIO, 2011). Ademais, Scribel, Sana e Di Benedetto (2007) afirmam



que as condições de estrutura emocional de cada um dos parceiros e as vivências anteriores referentes à rejeição, privação e satisfação ou não de suas necessidades são acionadas e potencializadas no relacionamento conjugal; primeiro, pelo valor da conjugalidade na existência emocional adulta, que pode ser experimentada como uma oportunidade para tentar amenizar demandas primárias e; segundo, pela tendência a repetir padrões de comportamento que ancoram nas crenças pessoais.

Entretanto, essas relações amorosas oportunizam o desenvolvimento de um potencial muito valioso para o crescimento pessoal, e o casamento pode constituir-se em um terreno fértil que promove a autonomia, a maturidade e a estabilidade dos cônjuges, nos casos de relacionamentos amorosos adaptativos, ou num sentido oposto, um campo minado de conflitos e desejos primitivos não satisfeitos, caracterizando relacionamentos mal-adaptativos. É a partir dessas vivências, que será estabelecido o padrão interacional específico do casal que terá origem nos esquemas precoces de cada cônjuge e que, ao estabelecerem a relação, caracterizarão o seu funcionamento peculiar (SCRIBEL; SANA; BENEDETTO, 2007).

A relação humana mais próxima da relação pais-filho é a relação conjugal. Os problemas e dificuldades dos casais são produtos de um jogo inconsciente, denominado de colusão, que se faz presente desde o início da relação, ou seja, a escolha do parceiro. Existem quatro tipos de colusão: no primeiro, os casais definem a interação com um dos parceiros mantendo-se na posição de protetor e o outro, apresenta-se como frágil e dependente, estabelecendo o padrão relacional cuidador-desamparado. No segundo, um dos parceiros eterniza-se como dominador e o outro cumpre um papel passivo. No terceiro tipo, apenas um dos parceiros realiza seu potencial, enquanto o outro anula suas necessidades e desejos em favor deste. E, no quarto e último tipo evidencia-se uma relação de inveja e rivalidade, estabelecendo-se uma competição crônica pelo poder (WILLI, 1985, apud SCRIBEL; SANA; BENEDETTO, 2007).

O equilíbrio de poder entre o casal é um aspecto fundamental na organização do sistema conjugal, pois consegue manter uma complementaridade diante das obrigações, como também um sentido de

Capítulo 9 - Fatores que levam ao aumento do ciúme nas relações amorosas

igualdade e liderança compartilhadas. No momento em que ocorre um desequilíbrio desse poder através do domínio e da autoridade de um sobre o outro, a disfuncionalidade no casal será evidente. Caso o desequilíbrio do poder persistir na relação, irá gerar insatisfação e o surgimento de sintomas como fadiga, depressão, diminuição do desejo sexual, insegurança e ciúme (WALSH, 2002, apud ANDOLFI, 2002).

Portanto, para os parceiros continuarem juntos é necessário o estabelecimento de um “contrato secreto”, ou inconsciente, o qual estabelece regras e normas que precisam ser respeitadas (ANTON, 2012; SAGER, 1997). O contrato conjugal é um elemento diádico e individual e que traduz os conteúdos vagos e os intuitivos; entranha-se no núcleo da relação conjugal e desvenda tanto o que tem de apropriado e adequado, como também, de deficiente e de impraticável. Os contratos individuais são reais e criados por ambos os cônjuges, porém não são conscientemente expressados no seu todo (SAGER, 1997; MACHADO, 2001).

Assim é possível afirmar que, o tipo da dinâmica que o casal estabelece em seu casamento, também será decisório para o grau de ciúme que terão na sua relação. Uniões mais frágeis, em que os parceiros não possuam contratos bem definidos e uma comunicação aberta estão em consonância com um aumento significativo do ciúme.

Impacto da evolução social e cultural nas relações amorosas

Diferentes modelos e padrões de relacionamentos amorosos coexistem, ainda que haja um modelo dominante, o tradicional monogâmico. A contemporaneidade nos oferece uma diversidade nos tipos de relações, como por exemplo, o poliamor que traz a possibilidade de se ter mais de uma relação íntima significativa, sendo consensual e ética, e não tendo somente como fim a relação sexual; o swing, que é o comportamento não monogâmico de troca de casais; e as relações abertas, nas quais os envolvidos são livre para terem outros parceiros sexuais, não tendo o foco na intimidade. O fato é que cada vez mais, as pessoas possuem mais experiências amorosas ao longo da vida, sendo difícil encontrar alguém que se apaixonou apenas uma única vez.



No decorrer dos tempos houve mudanças importantes com relação ao ciúme, Foucault (1993) e Yalom (2002) apontam que a infidelidade masculina em tempos antigos, era socialmente mais tolerada pela mulher, o que o contrário não ocorria, mulheres infiéis eram perseguidas e condenadas, podendo ter fins trágicos na sociedade em que viviam. No Contexto pós-moderno no qual vivemos, tanto os homens como as mulheres ocupam espaços distintos, do qual ocupavam anteriormente, para a mulher restava o papel de mãe e esposa. A partir do movimento feminista no século XIX, travaram-se lutas importantes contra a desigualdade social entre os sexos, e principalmente, pelos direitos das mulheres (FONSECA; NERY; BENIGNO, 2005). Graças a esse movimento, as relações heterossexuais começaram a sofrer modificações, as quais repercutem até hoje. A mulher entrou no mundo do trabalho, trazendo com isso questionamentos sobre as formas de funcionamento da sociedade e as relações amorosas também passaram por transformações com a presença de relacionamentos heterogêneos, mais flexíveis, aberto, bem como, mais instáveis e incertos.

Sendo assim, atualmente homens e mulheres ocupam lugares semelhantes na sociedade tendo a liberdade de escolher o seu parceiro, definir a forma de relação, a sua manutenção, bem como a dissolução. As relações evoluíram ao ponto de que questões referentes à raça, classe social e etnia deixam de ter tanta importância na escolha do companheiro amoroso, além disso, há a possibilidade de coabitação de casais e o enfraquecimento do tabu da virgindade. Neste contexto, a experiência amorosa desenvolve-se num solo mais vasto e fértil, portanto, mais instigante, podendo desencadear sofrimentos e ambiguidades, como é o caso do ciúme. (BARONCELLI, 2011; BAUMAN, 2004).

Essas mudanças sociais trouxeram também uma maior fragilidade e insegurança dos vínculos humanos, no qual há um desejo ambivalente de prender e ao mesmo tempo manter os laços frouxos (BAUMAN, 2004). Isto pode ser visto como um paradoxo pertencente a todos os seres humanos, ainda que com intensidades diferentes, pois temos o desejo de estar ligados, mas também o medo de ficarmos amalgamados e misturados; queremos sentir a liberdade, mas tememos o distanciamento e o abandono (ANTON, 2012).



Capítulo 9 - Fatores que levam ao aumento do ciúme nas relações amorosas

Nas novas formas de relacionamentos amorosos há a ausência de previsibilidade decorrente das transformações socioculturais e ocorre uma falta de regras e normas, assim, as relações se desenvolvem em contexto mais aberto e flexível ao diferente (BARONCELLI, 2011). O indivíduo está imerso a uma tendência pela busca de satisfação imediata, de uma instantaneidade, em que a comunicação é mais fácil e o contato com outros tipos de pessoas mais acessível. Os indivíduos contemporâneos têm a possibilidade de conhecer pessoas novas sem precisar sair de suas casas e esta facilidade exige dos casais um comprometimento maior, deixando claro que a fidelidade não é uma questão de ocasião, mas sim de escolha. Além disso, os padrões estéticos que as mídias exibem e que a sociedade atualmente “exige”, deixa as pessoas mais apreensivas com relação a sua autoimagem, trazendo mais insegurança para quem não está nesses padrões. Então, é nesse cenário que também é presenciado experiências e pessoas descartáveis, onde o imperativo é o prazer imediato, assim, busca-se um método de alcance da felicidade já traçado e não construído.

O sentimento do ciúme continua nas relações, mas talvez essa atmosfera mais instável, traga ainda mais insegurança aos vínculos. A busca da satisfação fora de si, a terceirização dessa conquista são alguns dos aspectos que fazem com que as pessoas se tornem mais instáveis e inseguras, com medo de que a qualquer momento o foco do outro mude, uma vez que sente que também pode ser “vítima” desse fascínio.

Considerações finais

O ciúme é um sentimento natural que está presente em todos os tipos de relações, no relacionamento amoroso, evidencia-se como um mecanismo de proteção e preservação do vínculo, tendo diferentes níveis de intensidade e gerando distintas reações nas pessoas envolvidas. Ao mesmo tempo em que o ciúme é considerado comum e esperado, por ser uma forma de cuidado e demonstração do interesse, também está relacionado com questões bastante negativas, que dizem respeito a brigas, desentendimentos e até mesmo desastres importantes.



Não é possível olhar para o ciúme de maneira isolada, ou seja, o sentimento por si só, pois ele envolve uma série de questões que influenciam no seu surgimento, bem como na evolução que terá. Ninguém está isento de sentir ciúme, mas algumas particularidades podem aumentar a probabilidade da sua ocorrência.

As características individuais de cada membro do casal são determinantes no surgimento do ciúme e também na intensidade que ele aparecerá. A história de cada pessoa influencia na formação da sua personalidade e identidade, além de determinar como será sua relação com o mundo que o cerca, com seus pares e consigo mesmo. Portanto, ao se pensar em relações amorosas, é importante ter esse olhar no indivíduo também.

A união entre duas pessoas é também a soma dos “eus” envolvidos, é a transformação da concepção de casal individual para o casal compartilhado, assim, cada membro influenciará com suas características, mas o resultado não será somente a soma das suas partes, e sim, a construção de uma entidade única resultante dessa união. Essa dinâmica conjugal construída, também será um fator de impacto no que se refere ao sentimento do ciúme, algumas dinâmicas serão mais favoráveis para o surgimento de inseguranças e desconfianças, enquanto outras terão uma base mais consistente e segura.

Além disso, a psicopatologia é um elemento que pode aumentar o grau de ciúme nas relações, trazendo muito sofrimento para quem está envolvido. Aspectos disfuncionais do sujeito podem abalar a construção de vínculos saudáveis, resultando em relacionamentos volúveis e até mesmo destrutivos.

Contudo, não é possível olhar para essas questões sem considerar as influências culturais e sociais que atravessam o sujeito nos dias atuais. Quais são os valores que imperam atualmente? Que tipo de relacionamento as pessoas estão buscando? Em que lugar está o comprometimento e a satisfação dos desejos nas relações? As mudanças na sociedade são contínuas, transformações importantes ocorreram no que tange a forma das pessoas se relacionarem e essas mudanças trouxeram



Capítulo 9 - Fatores que levam ao aumento do ciúme nas relações amorosas

ganhos significativos, mas também, geraram um ambiente mais instável no que se refere a questões de compromisso. O fato de estarmos atentos para os possíveis potencializadores do ciúme é algo importante, já que é um sentimento comum, que perpassa diferentes épocas e contextos. Enfim, está presente no dia-a-dia de todos, e para entendermos as relações é imprescindível esse olhar sobre os aspectos que compõem e enriquecem tanto a experiência humana.

Referências

ALMEIDA, T.; AMBONI, G.; GOMES, A.L. Ciúmes romântico em casais heterossexuais: relatos de pessoas casadas e unidas consensualmente. **Revista Pensando Famílias**, v. 15, n. 2, p. 31-50, 2011.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION – APA. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais – DSM IV**. Porto Alegre: Artmed, 2003.

ANDOLFI, M. **A crise do casal: uma perspectiva sistêmico-relacional**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

ANTON, I. L. C. **A escolha do cônjuge: um entendimento sistêmico e psicodinâmico**. Porto Alegre: Artmed, 2012.

ASENDORPF, J. B. Personality effects on personal relationships over the life Span. In: VANGELISTI, A. L.; REIS H. T.; FITZPATRICK, M. A (Orgs.). **Stability and change in relationships**. Cambridge: Cambridge University Press. 2002.

BARONCELLI, L. Amor e ciúmes na contemporaneidade: reflexões psicossociológicas. **Psicologia & Sociedade**, v. 23, n. 1, p. 163-170, 2011.

BAUMAN, Z. **Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2004.

BOWLBY, J. **Uma base segura: aplicações clínicas da teoria do apego**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1989.



BRANDEN, N.; GOUVEIA, R. **Autoestima**: como aprender a gostar de si mesmo. São Paulo: Saraiva, 1998.

BUENO, J. M. H.; CARVALHO, L. F. Um estudo de revisão do inventário de ciúme romântico (ICR). **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 5, n. 3, p. 435-444, 2011.

BUSS, D. M.; LARSEN, R. J.; WESTEN, D. Sex differences in jealousy: Not gone, not forgotten, and not explained by alternative hypotheses. **Psychological Science**, v. 7, n. 6, p. 373-375, 1996.

BUSS, D. M. Cognitive biases and emotional wisdom in the evolution of conflict between the sexes. **Current Directions in Psychological Science**, v. 6, p. 219-253, 2001.

BUUNK, B.; BRINGLE, R. G. Jealousy in love relationships. In: PERLMAN, D.; DUCK, S. (Org.). **Intimate relationships**: development, dynamics, and deterioration. Beverly Hills, CA: Sage, 1987. p. 123-147.

BUUNK, B. P. Jealousy in close relationships: an exchange-theoretical perspective. In: SALOVEY P. (Org.). **The psychology of jealousy and envy** New York: Guilford Press, 1991. p. 148-178.

CANO, A.; O'LEARY, K. D. Romantic jealousy and affairs: research and implications for couple therapy. **The Journal of Sex and Marital Therapy**, v. 23, p. 249-75, 1997.

CARVALHO, L. F.; BUENO, J. M. H.; KEBLERIS, F. Estudos psicométricos preliminares do inventário de ciúme romântico – ICR. **Avaliação Psicológica**, v. 7, n. 3, p. 335-346, 2008.

CHRISTOPHE, A. Sinal de Alerta. **Revista Scientific American. Mente e Cérebro**. Edição Especial, v.43, p. 6-15, 2013.

COSTA, A. L. et al. Tradução para o português de escalas para avaliação do ciúme. **Revista Psicologia Clínica**, v. 42, n. 2, p. 83-104, 2012.

DATILLO, F. M. **Manual de terapia cognitivo-comportamental para casais e famílias**: a mecânica da mudança com casais e famílias. Porto Alegre: Artmed, 2011.



Capítulo 9 - Fatores que levam ao aumento do ciúme nas relações amorosas

FERREIRA, V. S. **Diferenças sexuais na ativação do ciúme: comparação entre dilemas.** 2013. Dissertação (Mestrado em Ciências do Comportamento) – Programa de Pós-graduação na Área de Cognição e Neurociências do Comportamento, UNB, Brasília, 2013.

FÉREZ-CARNEIRO, T. 2010. **Conjugalidades contemporâneas: um estudo sobre os múltiplos arranjos conjugais da atualidade.** Disponível em <http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br>. Acesso em: 19/05/2014. 2010.

FONSECA, F. N.; NERY, L. B.; BENIGNO L. DE F. Ciúme: diferenças e semelhanças de gênero. **Série: Textos de Psicologia Ambiental**, Brasília, UNB, n. 1, 2005. Disponível em www.beco-do-bosque.net/pdf/2005Ciume.pdf. Acesso em: 17/05/2014.

FOUCAULT, M. **História da sexualidade: o cuidado de si.** São Paulo: Graal, 1993.

FREUD, S. Alguns mecanismos neuróticos no ciúme, na paranóia e na homossexualidade [1922]. In: _____. *Obras completas*. Rio de Janeiro: Imago, v. XVIII, 1981.

FUKS, S. I. Reflexiones acerca de la paradoja del empowerment. [Thinking about the empowerment paradox]. In: Saforcada, E.; Cervone, N.; Castellá, S. J.; Lapalma, A. & De Lellis, M. (Comps.) **Aportes de la Psicología Comunitaria a Problemáticas de la Actualidad latinoamericana.** [Community psychology contributions to contemporary Latinoamerican problems]. (pp.19-52). Buenos Aires: JVE, 2007.

HINTZ, H. C. O ciúme no processo amoroso. **Pensando Famílias**, v. 5, n. 5, 45-55, 2003.

MACHADO, L. Z. Family and individualism: contemporary tendencies in Brazil. **Interface: Comunicação, Saúde, Educação**, v. 4, n. 8, p. 11-26, 2001.

MARZANO, C. **O ciúme e a sexualidade.** 2008. Disponível em: <http://www.sitemedico.com.br/sm/materias/index.php?mat=872>. Acesso em: 01 jun. 2014.



PALERMO, G. B. et al. Murder-suicide of the jealous paranoia type: a multicenter statistical pilot study. **American Journal Forensic Medicine and Pathology**. v. 18, p. 374-83, 1997.

PINTO, B. C. V. Eu e você somos um: implicações do ciúme na sexualidade feminina e nas relações amorosas da atualidade sob o olhar da gestalt-terapia. **Revista IGT**, v. 7, n. 12, 117-175, 2010. Disponível em <http://www.igt.psc.br/ojs>. Acesso em: 20/05/2014.

RIBEIRO, C. **Infidelidade e ciúme**. 2013. Disponível em <http://www.psicologacarla.com/2013/02/Infidelidade-e-ciuimes.html>. Acesso em: 28/05/ 2014.

SAGARIN, B. J. Reconsidering evolved sex differences in jealousy: comment on Harris. **Personality and Social Psychology Review**, v. 9, n. 1, p. 62-75, 2005.

SAGER, C. J. El contrato de interacción. In: SAGER, C. J. **Contrato matrimonial y terapia de pareja**. Buenos Aires: Amorrortu Editores, 1997. p. 30-53.

SCRIBEL, M. DO C.; SANA, M. R.; DI BENEDETTO, A. M. Os esquemas na estruturação do vínculo conjugal. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 3, n. 2, 2007.

STANLEY, S. M.; MARKMAN, H. J.; WHITTON, S. W. Communication, conflict and commitment: insights on the foundations of relationship success from a national survey. **Family Process**, v. 41, n. 4, 2002.

TORRES, A. R.; RAMOS-CERQUEIRA, A. T. A.; DIAS, R. S. O ciúme enquanto sintoma do transtorno obsessivo-compulsivo. **Revista Brasileira de Psiquiatria** [online], v. 21, n. 3, p. 165-173, 1999.

YALOM, M. **A história da esposa: da Virgem Maria a Madonna**: o papel da mulher casada dos tempos bíblicos até hoje. Rio de Janeiro: Ediouro, 2002.



Capítulo 10

Psicopatas amorosos: uma realidade, talvez, bem mais próxima de você do que você podia imaginar

*“Nunca fui enganada, eu apenas esperei muito de
alguém que nunca foi nada”. (Líli Oliveira)*

Fabiana Rosini
Thiago de Almeida
Ana Paula Duizith

Quando ouvimos falar em um psicopata, logo nos vem à mente, um maníaco, ou uma pessoa maluca, capaz de matar ou de fazer diversas maldades e atrocidades, sem o menor arrependimento. E, por isso, muitas vezes fica complicado associar a representação de alguém, que acreditamos não ser tão sórdido e frio, à imagem de um psicopata e não um (a) parceiro (a) que nos conquistou. E aí, pode começar o maior erro da vida desta pessoa: deparar-se e conviver com uma pessoa sórdida! Basta abrir mais a mente e ir a fundo no significado de sordidez que veremos que esse ato vai muito além do quadro que possa ser imaginado por nossas mentes e descritos pelos filmes. Porque esse “maníaco” pode não apenas arruinar o coração de alguém, mas, pior que isso, é capaz de retirar a vida de dentro dela ainda viva! Este tipo de psicopatia é o chamado de “Psicopata do Coração”, como se refere a autora Vanessa de Oliveira, em seu livro, publicado em 2012. Uma boa referência especialmente para quem acabou de passar por alguma experiência



traumática no plano afetivo, como o azar de ter se apaixonado por um autêntico e, talvez, sádico Don Juan. E, pasmem! O mundo está repleto dessas pessoas por aí e, no entanto, nem nos damos conta! Porque para isso, é preciso entender que existem diversos graus de psicopatia e alguns são tão sutis que só é possível percebê-la após uma longa conversa com um profissional da área.

Segundo Oliveira (2012), os psicopatas do coração são verdadeiros predadores emocionais que se utilizam da situação dos relacionamentos amorosos e das relações afetivo-sexuais para iludir, enganar, usurpar e destruir aquela pessoa que está com ele. Tal como prescrito em manuais psicodiagnósticos como o CID-10 ou o DSM-V essas pessoas podem ser consideradas encantadoras à primeira vista e, geralmente, causam boa impressão nos contatos iniciais e são tidas como “normais” pelas pessoas que as conhecem superficialmente. No entanto, costumam ser egocêntricas, desonestas, indignas de confiança, além dos dois elementos mais característicos desse quadro: (1) falta de empatia, ou seja, não se colocam no lugar de uma outra pessoa e (2) não sentem culpa. Dessa maneira, frequentemente adotam comportamentos irresponsáveis sem razão aparente, exceto pelo fato de se divertirem com o sofrimento alheio.

Diante de tal farsa e desta insensibilidade emocional que guia sua conduta, a autora complementa que um psicopata do coração seria todo aquele vil ser da espécie humana que se apropria do tempo e da vida do (a) parceiro. E, então, ocupa o coração e consome a energia das pessoas com as quais se relaciona afetivo-sexualmente, usando de artimanhas, de mentiras e de ilusões com o objetivo de manipulá-las ao seu bel prazer, seja sexualmente ou apenas para seu próprio bem-estar e para sua satisfação pessoal. É importante entender que neste tipo de relação há sempre o manipulador e aquele que se deixa manipular. Ficando clara as figuras de um dominador e de um submisso nela. E, é claro, que o dominador “manipulador” é a pessoa livre de sentimentos. Vejamos algumas características...

Em geral, temos de um lado os psicopatas, pessoas que se acham espertas (de fato, essas pessoas são muito inteligentes, mas tendem a



Capítulo 10 - Psicopatas amorosos: uma realidade, talvez, bem mais próxima...

utilizar essa virtude a serviço do seu bem-estar pessoal condicionado à manipulação alheia), que fazem só o que querem, contam mentiras com a cara mais deslavada e sempre encontram justificativas para os seus atos e fazem valer cada um dos seus argumentos culpando o (a) parceiro (a). Estas pessoas costumam ser extremamente egoístas, preocupando-se apenas com o próprio sentimento, com o próprio bem-estar e com o próprio umbigo.

Na outra ponta do relacionamento, há a presença do manipulado, que por sua vez, se submete a todos os caprichos do dominador. Faz o que o “manipulador” quer, na hora que ele quer, se aprisiona em casa, se afasta dos amigos e, ao final do relacionamento, ainda é responsabilizado e sai como o culpado por tudo de ruim na relação, porque o manipulador inverteu a culpa! Sendo ele o responsável por todas as brigas, desentendimentos, agressões (verbais e, às vezes, físicas!) e outros distúrbios quaisquer do comportamento do “manipulador perturbado”. E, por conta da confusão mental criada devido a tantas mentiras, chantagens emocionais e dissimulações atrelado a uma baixa autoestima da vítima, esta acaba se sujeitando a viver uma relação doentia e opressora, que lhe suga suas energias e suas forças vitais. Chega um momento que o submisso já não sabe mais quem é, em quem se transformou e, o principal, em como se reencontrar para poder tomar as rédeas de sua própria vida.

O mais cruel deste tipo de relacionamento é que este “usurpador” é extremamente charmoso, encantador e cativante! “O cara”! O “Cristian Grey” da vida de toda mulher! Mas, a verdade é que nenhuma outra pessoa vai enxergá-lo da forma que ele deve ser enxergado! Tenha em mente que ele é articulado e, principalmente, um dissimulado. Um psicopata consegue controlar suas emoções ao ponto de nunca se mostrar verdadeiramente a ninguém! Então, não permita que a visão que os outros têm dele, acrescente mais culpa ao seu pote, mantendo-lhe acorrentada a uma relação que só lhe rouba e nada acrescenta, que só invade a sua solidão sem lhe fazer companhia. Saia dessa relação consciente de que você será julgado (a), sem a menor piedade e será condenado (a), sem nenhuma chance de defesa, por todos e, inclusive, por ele! Mas saia level! Porque o importante é você e sua saúde física e mental!



Saiba que esta pessoa mente, trai, sai e não está nem aí para o que você sente e ainda vai se achar no direito de fazer tudo o que fez! Ele (a) consegue facilmente com seu charme e postura de pessoa séria, dominar a visão dos outros (inclusive a sua!) a fim de justificar todas as suas atitudes. É capaz de deturpar toda a história amorosa para se sair impune e bem desta relação! Ele é inconstante, muda de humor como quem muda de roupa. Uma hora está todo carinhoso, afetivo, com a maior lábia do mundo e a fazer várias declarações de amor e do nada, sem motivo algum que justifique, é grosseiro, frio, arrogante e, às vezes, agressivo. Ah! E, um psicopata do coração é super vaidoso (a)! Vaidade, esta, que vai além da preocupação com a própria imagem; atinge o ego, a forma como ele (a) se vê e o que ele pensa de si mesmo (a). Não aceita ser questionado (a) e se faz de ofendido diante do menor sinal de desconfiança! E tem mais! É que ainda lhe ataca! Claro, pois o ataque é sempre a melhor defesa! Diz que não tolera mais ser alvo de tantas acusações, e que ele sim, tem motivos para desconfianças... afinal, teve aquele dia, aquele pequeno deslize, mas que ele considera inadmissível! Do qual jamais vai se esquecer e muito menos vai perdoar! E assim a cama das torturas está armada!

O submisso vai se sentir culpado, sofrer desesperadamente, acreditando que todas as atitudes ruins vindo da pessoa amada é culpa única e exclusivamente dela! Vai se lamentar dia e noite e certamente vai pedir perdão por tudo que fez, pelo que não fez, e pelo que jamais sequer faria ou teve a intenção de fazer! Vai pedir perdão sem ter feito, de fato, absolutamente nada! (ALONSO, 2013).

Os especialistas (*e.g.* Almeida, 2014) sugerem que os psicopatas do coração são pessoas que tiveram algum trauma amoroso na adolescência ou na vida adulta. O perfil desses sedutores tão obstinados é tão bem descrito na literatura de Oliveira (2012) e nos cinemas. No entanto, ele ainda não faz parte dos manuais de classificação e de tratamento para personalidades patológicas, mas provavelmente, não tardará a ser incorporado em manuais como esses.

Geralmente, os psicopatas do coração são homens. Suas vítimas? Mulheres tímidas que se apaixonam com facilidade, mulheres que



Capítulo 10 - Psicopatas amorosos: uma realidade, talvez, bem mais próxima...

procuram um relacionamento sério, ou ainda, mulheres com baixa autoestima. Há homens vítimas destas predadoras também. Mas, pelo que se sabe, os homens psicopatas são a maioria.

Mas, diferentemente, um psicopata do coração não se parece com um psicopata como naqueles filmes que possuem jeito de bandido, tampouco têm um estereótipo de um cara mau. Geralmente um psicopata do coração, nos momentos iniciais dos nossos contatos, parece ser a melhor pessoa do mundo, aquele cara perfeito, uma pessoa dócil, tal qual o príncipe que você sempre sonhou e até comporta-se como tal. Um psicopata amoroso apresenta-se inicialmente envolvente, galanteador e, por vezes, romântico em demasia. Tudo isso porque ele sabe que as mulheres apreciam esse *modus operandi*, e também porque desenvolveram uma percepção muito aguçada para detectar o que as suas vítimas idealizaram um dia encontrar enquanto parcerias em potencial.

Em se tratando das mulheres heterossexuais, quando essas conhecem um psicopata do coração, este parece ser o melhor homem do mundo: educado e simpático. Às vezes, não é fisicamente bonito, mas tem aquele charme. Ele é todo cordial e faz com que você se sinta a mulher mais maravilhosa do mundo, a única que poderia existir na vida dele, mas depois de um certo tempo, percebe que ele não é nada daquilo, é uma pessoa sem caráter, egocêntrica, um verdadeiro “canalha” e que pode destruir você.

Psicopatas do coração: o antes da conquista

Quando o psicopata escolhe sua vítima, ele tenta conquistá-la a qualquer custo. O relacionamento pode durar muito ou pouco tempo, mas a vítima sai sempre arrasada deste e o psicopata, ileso. Serão apresentados, a seguir, alguns exemplos com personagens fictícios.

Conhecemos a história de uma mulher chamada Karina, que conheceu seu psicopata, o Mauro, em uma danceteria e descobriu que eles moravam a poucos metros de distância. Saíram e começaram a ter um relacionamento. E, a partir disso, passaram a se encontrar todos os dias.



Ela dizia para todos que estava namorando, o considerava o melhor homem do mundo, mas suas melhores amigas comentavam que ele nunca havia feito um pedido oficial de namoro.

Os anos foram passando, mas Mauro tinha um comportamento estranho, nunca estava com Karina em festas de aniversário, casamento, etc. Ele sempre tinha compromissos. Dizia que estava construindo uma casa em um condomínio nobre da cidade e, toda a semana, levava Karina na construção para que desse palpites sobre sua futura casa. Dois anos se passaram até que algumas pessoas começaram a dizer para Karina que Mauro tinha outras namoradas, mas ela não acreditava. A protagonista da nossa história real chegou a perder algumas amizades por causa desses comentários. Mas um dia, desconfiada, Karina resolveu segui-lo e para sua surpresa, encontrou Mauro numa mesa de bar, cercado por várias mulheres. Então, resolveu se esconder e ligar no celular do namorado. Ele então, disse que estava em casa, até que ela se aproximou e deixou que ele a visse. Tamanho foi o espanto de Mauro, que não teve como se explicar. Karina então, resolveu terminar o namoro de quase três anos e além da tristeza, ouviu um conhecido de Mauro dizer que ele espalhava aos quatros ventos que nunca havia sido namorado de Karina.

E ainda há a história da Camila que conheceu seu psicopata, o Danilo, em uma festa. Conversaram a noite toda sobre diversos assuntos, e acabaram ficando juntos. Ela ficou muito feliz, havia muito tempo que não conhecia ninguém tão interessante. Marcaram de se encontrar em um outro dia. Danilo foi buscar Camila em sua casa e saíram para jantar, mas Camila notou que Danilo se comportava de uma maneira estranha, diferente da primeira vez. Depois do jantar, Camila pediu para que ele a levasse para casa. Danilo então insistiu para que eles passassem a noite juntos, mas Camila não quis. No portão da casa de Camila, ainda dentro do carro, o celular de Danilo tocou e ele atendeu. Camila percebeu que era uma mulher e que Danilo a tinha tratado com muito carinho. Quando desligou, ela não resistiu e perguntou:

- Quem era?



Capítulo 10 - Psicopatas amorosos: uma realidade, talvez, bem mais próxima...

Danilo disse:

- Era minha ex-namorada, ela mora na minha cidade natal, mas é dela que gosto.

Camila sentiu uma sensação estranha, achava que tinha conhecido uma pessoa com quem poderia vir a ter um relacionamento sério. Afinal, eles combinavam em tudo. Ela então disfarçou e se despediu. Alguns dias depois, Danilo voltou a ligar insistindo para que eles se encontrassem novamente, mas sempre comentava sobre sua ex-namorada e os encontros que ela marcava com ele. Camila ficou triste e quando ele ligou no último dia insistindo novamente para que se encontrassem, ela se revoltou dizendo que não queria ser a outra, e ele então disse:

- Ah, você acha que podemos ter um relacionamento sério?

- Não, eu quero apenas curtir.

Como podemos perceber através desses casos, as vítimas são mulheres que estão há muito tempo sozinhas, que procuram um relacionamento sério, que procuram viver uma grande paixão, ou que possuem baixa autoestima. Em algumas situações, menos comuns, eles vitimam mulheres que encaram como um desafio pessoal, mulheres inteligentes e autoconfiantes, para testar sua capacidade de manipulação, mensurando seu “talento” através delas.

Em todos os casos anteriores, a mulher é sempre iludida, enganada e manipulada pelo psicopata. Muitas vezes, no final do relacionamento, o pior sentimento, é por ter sido tão enganada e não conseguir ter percebido nada antes.

A conversa de um psicopata do coração é sempre envolvente. Durante a conquista, ele faz um jogo de sedução, conseguindo fazer com que a vítima se sinta muito especial ao ponto de achar falta de seus galanteios se ficarem algum tempo sem se falar, perguntando: “Onde está você? Não quer mais falar comigo?”. Quando na verdade ele pode



estar tentando seduzir várias mulheres ao mesmo tempo. Um psicopata do coração tem uma percepção aguçada e vai tentar moldar suas falas e os seus argumentos para se tornar a pessoa que sua vítima está tentando encontrar para ter um relacionamento. Para ele, não existe empecilhos, sua vítima é sempre linda, se ela tem filhos não há problema algum, se mora longe, menos ainda. Ele sempre tem os mesmos gostos que ela e tudo pode ser contornado para que possa conquistá-la. Quando consegue o que quer, ou seja, quando a vítima já está iludida e ligada emocionalmente a ele, passa a manipulá-la a todo o momento, sem se importar com os seus sentimentos.

Para os psicopatas do coração, pessoas são como objetos e eles se desfazem delas tão rapidamente quanto se desfariam de qualquer coisa material. Eles nunca sentem remorso, afinal, não sentem absolutamente nada. Não hesitam em magoar nem expor ao ridículo sua vítima, não se incomodam em estragar o relacionamento em favor da satisfação do seu ego. Eles possuem diversos graus de maldade, que vão de leve, através de traições e ilusões amorosas, passando pelo mediano, onde aplicam golpes financeiros e até os mais graves, em que agridem, se tornam perseguidores, estupradores e até assassinos de suas vítimas.

As palavras de um psicopata x suas atitudes

Sim, um psicopata do coração é um excelente ator, encena, mente, usa máscaras, recorre a milhares de subterfúgios e estratégias para se auto preservar em se tratando de relacionamentos amorosos. Ele faz tudo para agradar a mulher que escolheu, para mantê-la “presa” nele. Porém, suas atitudes nunca condizem com suas palavras, mas como é um ser manipulador, consegue confundir e iludir sua vítima. Ele nunca reconhece o valor do amor que recebe por mais valorosa que sua parceira seja. Se ele encontrar em qualquer lugar uma oportunidade de sexo que ele momentaneamente desejou, mesmo havendo a possibilidade de sua parceira descobrir e terminar o relacionamento, ele prefere arriscar, pois está sempre focado na satisfação do seu desejo imediato e só! Ele nunca sentirá nenhum remorso por ter traído e magoado sua vítima. As características básicas de um psicopata do coração são o egocentrismo



Capítulo 10 - Psicopatas amorosos: uma realidade, talvez, bem mais próxima...

extremo, mentiras exacerbadas, alta capacidade de teatralizar, ausência de sentimento de culpa e a incapacidade de aprender com os erros do passado.

Um psicopata amoroso olha firmemente dentro dos olhos da mulher e consegue pedir perdão, mas são sempre palavras falsas. Consegue manipular choros e sorrisos para o proveito próprio ou para se desvencilhar de uma enrascada em que ele mesmo se coloca. Usa de diversas tentativas para se sair bem de diversas situações, desde tentar passar a culpa para a mulher, até se colocar no papel de vítima, para causar comoção. Sempre usa o coração e a emoção, em seus joguetes românticos, seja para praticar maldades, ou para ser perdoado quando usa os sentimentos nobres da mulher com quem se envolveu para fazer com ela tenha piedade dele.

Muitas vezes, o psicopata se faz de ofendido, quando alguma parceira olha para ele com suspeição. Aí, ele é capaz de esbravejar contra sua acusadora. Poderá inverter a história e as acusações que a ele foram direcionadas. Poderá jogar objetos na parede na tentativa de convencer a todos da sua revolta por “tamanha calúnia”. Poderá, inclusive, ter uma atitude agressiva, verbal ou física, contra sua parceira. Ele a ofende e parece estar tão cheio de razão, que a pessoa que está desconfiando dele pensa na possibilidade de ter se equivocado. Nesse momento, o psicopata está realmente revoltado, mas é apenas porque esteve a um passo de ser descoberto e isso o deixa furioso, pois para ele o jogo não pode chegar ao fim. Quando isso acontece, significa que a mulher foi mais inteligente do que ele aí, fica descontrolado.

Um psicopata do coração não sente amor, remorso, compaixão, tampouco sente saudades. Seja organicamente ou quimicamente, esses sentimentos não são estabelecidos em seu cérebro. Portanto, ele não sente e é incapaz de se colocar no lugar da outra, mas consegue fingir muito bem. Dessa forma, você jamais terá culpa sobre o que aconteceu com o seu relacionamento, pois nunca poderá fazê-lo mudar, nem ser mais humano com as pessoas, uma vez que ele não sabe ao menos o que é isso, então, nunca sentirá a dor do outro e não se importa de não sentir.



O psicopata amoroso nunca se apaixona e não cria laços afetivos com ninguém, mesmo você tendo a certeza de que um dia ele foi completamente apaixonado por você. Ele sente desejo, mas isso é apenas uma necessidade física e psicológica, ele não se importa em jogar seu “brinquedo” fora e faria isso sem a menor dificuldade, mas se importa e muito com o fato de ser “descartado”, pois isso fere o seu orgulho. Ele pensa que ser fiel é sinônimo de burrice, pois não compreende o real significado da palavra fidelidade ou o conceito de lealdade. Acredita que fidelidade é uma grande perda de tempo e as pessoas que são fiéis não sabem aproveitar as oportunidades que a vida lhes oferece.

As mulheres da vida de um psicopata do coração, são aquelas que não o quiseram ou que ele não chegou a possuir. Essas, são inesquecíveis para ele. Um psicopata é viciado em levar para a cama, o maior número possível de mulheres, e mesmo que não são sejam considerados “bons de cama”, ironicamente, sempre possuem muitas mulheres com interesse em manter um relacionamento amoroso com ele. Isso acontece pois apesar de serem sugadores sexuais e muitas vezes não satisfazerem suas parceiras, eles são extremamente envolventes e sabem como manejar uma boa conquista e, a maioria das mulheres, procura um homem para amar e não apenas para manter relações sexuais. A diferença básica entre um homem e uma mulher é o romantismo e a busca pelo príncipe encantado. No fundo toda a mulher quer viver um grande amor, vive de alimentar sonhos. Os homens sabem disso, os psicopatas mais ainda.

Como saber se seu namorado ou pretendente é um bom homem ou um psicopata do amoroso?

Para descobrir se seu namorado ou mesmo o seu pretendente é uma boa pessoa ou um psicopata, você deve sempre observar se suas palavras condizem com suas atitudes. Nenhum homem é santo, assim como nenhuma mulher também não o é, mas um homem adequado para um relacionamento, dificilmente tem qualidades tão desejáveis à vista, isso porque eles não estão treinados para enganar. Um homem bom é mais espontâneo por estar menos preparado para seduzir, por



Capítulo 10 - Psicopatas amorosos: uma realidade, talvez, bem mais próxima...

isso, nem sempre dirá as palavras certas na hora certa. Ele nem sempre é muito simpático, mas é inevitavelmente sincero, nem sempre é romântico, mas respeita a natureza feminina. Um bom homem ajuda você a ir atrás do seu sonho, mesmo que seja diferente do dele, vai cuidar de você quando estiver doente, vai estar do seu lado quando algum ente querido seu estiver com problemas, em outras palavras, vai querer sempre estar com você, sem desculpas.

Homens que têm muitos compromissos, arranjam muitas desculpas para não estar com você podem ter mais do que um relacionamento. O homem, diferentemente da mulher, não cria fantasias e é muito objetivo, ou ele quer ou não quer, sem rodeios. Os psicopatas do coração, são os melhores mentirosos, manipuladores e fabricantes de situações que existem e eles conseguem fazer tudo de uma forma tão convincente, que ninguém imagina que uma pessoa seria capaz de agir de uma forma tão cínica com tanta naturalidade. Um homem bom se compromete com você não apenas em palavras, mas em atitudes, estará sempre ao seu lado e nunca terá interesse em humilhá-la. Geralmente um bom homem trata bem as mulheres a sua volta, não aquelas que são suas amigas, mas principalmente, sua mãe e sua irmã. Se ele respeita essas mulheres, também respeitará você.

Procure discretamente saber do passado de seu pretendente ou namorado. Como ele tratou suas ex-namoradas ou ex-esposas. Um bom homem pode já ter sido casado, afinal todos podem ter tido outros relacionamentos, mas deve assumir suas responsabilidades sobre a antiga relação, principalmente se tiver filhos. Um homem que não é um bom pai, com certeza não foi e não será um bom marido.

Após o relacionamento com um psicopata do coração...

Para Oliveira (2012), os psicopatas amorosos podem ser considerados não somente assassinos do coração, mas também os “assassinos de alma”. E o porquê disso: Porque depois de uma experiência de relacionamento com eles, os psicopatas amorosos manipularão tanto a pessoa que se ligou afetivamente a ele a fim de privá-la de sua iden-



tidade pessoal, amigos e enfim, de encontrar prazer na vida, de tal forma que o produto final de sua existência na vida de mulheres é uma consequente aniquilação espiritual, emocional e, não raramente, física também.

Um psicopata amoroso, quando não destrói sua vítima por completo, ele exaure suas forças e desgasta sua vitalidade, de tal forma que a pessoa passa a se sentir sem perspectivas de vida ou de futuros relacionamentos. Toda a mulher que se relaciona com um psicopata amoroso, ao final de um relacionamento é uma pessoa totalmente irreconhecível quando comparada com quem era quando o conheceu. Ela se sente feia e acredita ser incapaz de se relacionar novamente. As mulheres vítimas de psicopatas amorosos perdem sua essência e seu viço devido aos reiterados níveis de estresse que se sujeitam durante o relacionamento. A maioria dessas mulheres experimenta a depressão e todas atingem níveis altos de ansiedade. A angústia é um denominador comum que aflige as vítimas destes exterminadores/manipuladores de felicidade alheia, quando analisado um balanço geral de acordo com o tempo de relacionamento.

Observe o trecho de uma conversa que um psicopata do coração tem com a melhor amiga de uma de suas vítimas, quando foi descoberto. Este trecho foi encaminhado por uma amiga nossa em comum. Vamos ao fragmento:

Por você ser a melhor amiga da X você tem a liberdade de pensar o que quiser sobre mim, mas não sou esse monstro que você e a sua amiga me julgam... Não estou aqui para te convencer de nada, apenas quero expor o meu lado dessa situação, ainda que você não dê a mínima... infelizmente entrei em uma situação que ia além da minha capacidade, e virou um redemoinho e chegou a essa situação... eu lamento muito por tudo, até mesmo por nossa amizade ter terminado assim... não desejo mal a ninguém, nem a você, muito menos a X... nada disso foi brincadeira ou diversão p/ mim, e estou no estado em que estou porque realmente amo muito a X e não soube deixar ela resolver a vida dela antes de mais nada... mas não sou um monstro, acredite em mim! espero que um dia



Capítulo 10 - Psicopatas amorosos: uma realidade, talvez, bem mais próxima...

até você veja isso... pois nem bom profissional sou (estou) mais desde que eu me separei da X... fiz péssimas escolhas, entrei em uma situação que não era capaz de lidar, magoei quem mais amei, e você pode até dizer que cada um colhe o que planta... mas não deixe de entender, ao menos um pouquinho, ter corrido tanto atrás da X, e por mais humilhante que isso fosse, não conseguir sair por amar demais a pessoa... e aí, só fazer merda, porque está tudo errado... não quero que tenha pena de mim e você nem teria!! Se eu a trai, como ela diz, ela foi mais culpada do que eu. Apenas gostaria que entendesse um pouquinho que não fiz nada de sacanagem... e um dia voltarei a ser o que eu fui um dia. (Homem, 32 anos, engenheiro).

Uma mulher que foi vítima de um psicopata amoroso, independentemente do tempo de relacionamento, deve se libertar dele o mais rápido possível. Nunca deve tentar nenhum tipo de vingança, pois nada que ela faça irá atingi-lo, lembre-se de que ele não sente e nada poderá atingi-lo sentimentalmente. Durante a tentativa de vingança, a mulher ainda corre o risco de se envolver novamente com ele, afinal, não estará psicologicamente estruturada e ele como um bom sedutor poderá enganá-la novamente.

O primeiro passo para dar a volta por cima é saber identificar um psicopata amoroso, o segundo é estar determinada a ficar longe dele. Desconecte-se de redes sociais, frequente novos ambientes, troque seu número de telefone, procure não falar com ele e nem mesmo saber notícias dele. O objetivo da mulher que foi vítima de um psicopata do coração é fazer com que ele a deixe de lado e procure outra vítima para que ela possa se fortalecer e reconstruir sua vida distante dele. Quando uma mulher é abandonada por um homem deste tipo, ela deve se sentir agradecida mesmo que estiver destruída emocional ou financeiramente. Deve deixar seu orgulho de lado e tentar esquecer a boa imagem que um dia teve do psicopata e que a fez se apaixonar e se perder completamente. Precisa treinar sua mente, para não cair em um turbilhão de pensamentos sobre o porquê ele a escolheu e agiu daquela forma. A explicação é apenas uma, ele nasceu assim, sem nenhum sentimento, sem conseguir criar laços afetivos e vai morrer da mesma forma. O fato



de ter tido algum trauma na infância, adolescência ou mesmo na vida adulta pode ter agravado os fatos, mas não é nenhuma desculpa para tentar destruir alguém, afinal todos passamos por traumas em nossas vidas e nem por isso saímos tentando descontar ou revidar em pessoas que não tem culpa do que nos aconteceu.

Considerações finais

Neste capítulo vimos como um os “psicopatas do coração” se comporta desde a escolha da sua vítima, até a conquista, a humilhação e a volta por cima da mesma. Nem sempre esses manipuladores emocionais são o que parecem ser, aquele que à primeira vista parece ser o homem/mulher da sua vida: educado (a), romântico (a) e sedutor (a). Contudo, essa mesma pessoa pode te humilhar, espezinhar e te destruir fisicamente e emocionalmente.

Se você está passando por isso, sendo responsabilizada (a) constantemente pelo pelos desgastantes artifícios com os quais lida ou até por ter se chegado a um fim, tente repensar os fundamentos desse relacionamento no qual você está inserida! E, preste atenção! Esta pessoa não te ama! Nunca te amou! Entenda que quem ama perdoo, conversa, interessa-se pelos sentimentos do outro, sabe ceder e, acima de tudo, tem o mínimo de constância em seu comportamento. Quem ama respeita o ponto de vista alheio, sabe ouvir, tenta observar o mundo pelo ponto de vista do outro e não age de modo cínica, invertendo culpa e procurando uma forma de reverter a situação, fazendo com que o outro se sintam mal e culpado! E se o espertinho da sua vida terminou com você e já está em outra, fique feliz, por ele e por você! Porque, na verdade, ele foi a maior furada da sua vida! Esta pessoa nada mais fez do que tentar minar sua autoestima por completo, acabar com suas convicções sobre você mesma e fez você acreditar no pior de si! Lembre-se de que, em última instância, o outro só ocupa o espaço que lhe permitimos ocupar, logo temos poder sobre quem colocamos ou deletamos de nossas vidas. Então, para de se lastimar e de se lamuriar e vá ser FELIZ! Coloque sua roupa mais bonita, capriche no visual e vá em busca de algo verdadeiro que lhe faça sentir-se completa e de bem consigo mesma! Descubra o melhor da vida! Você merece ser feliz!



Referências

ALMEIDA, T. **Diante de um Don Juan só lhe resta correr**. 2008. Disponível em: <http://cienciaesaude.uol.com.br/ultnot/2008/06/12/ult4477u736.jhtm> Acesso em: dez. de 2014.

ALONSO, R. **Não se culpe por um erro que não cometeu**. 2013. Disponível em: <http://toquedemotivacao.com.br/nao-se-culpe-por-um-erro-que-nao-cometeu/>. Acesso em: dez. de 2014.

OLIVEIRA, V. **Psicopatas do coração**. Curitiba: Matrix, 2012.

OLIVEIRA, V. **Psicopatas do coração: quem são eles?** [2014?]. Disponível em: <http://mulhermagnetica.com.br/psicopatas-do-coracao-quem-sao-eles/>. Acesso em: dez. 2014.





Parte III - o Depois

Eu amo tudo o que foi
Tudo o que já não é
A dor que já me não dói
A antiga e errônea fé
O ontem que a dor deixou,
O que deixou alegria
Só porque foi, e voou
E hoje é já outro dia.
(Fernando Pessoa)





Capítulo 11

Um panorama atual acerca do divórcio e das separações amorosas

Otávio Gonçalves
Thiago de Almeida

Não se sabe ao certo quando o casamento surgiu, mas podemos afirmar com grande certeza que a separação surgiu logo após ele. E apesar de ter se tornado algo frequente, é bem comum o divórcio acarretar adversidades que são enfrentadas, muitas vezes, não só por um dos cônjuges, mas por toda a família dos envolvidos. Vamos discutir estes temas, como também vamos propor intervenções, mas para entender um fenômeno devemos nos atentar também para a sua gênese.

O fato é que hoje está muito fácil para se divorciar. Antes o que não era nem possível ou impensável, está cada vez mais viabilizado, pelo menos no que se refere a como as leis brasileiras tratam desse assunto. Mas será esta grande facilidade a principal causa do grande número de divórcios? Propõe-se, com este capítulo, uma análise científica para nos dar uma visão mais clara do tema. E, para isso, iremos utilizar um olhar biológico, evolucionista e comportamental que se complementarão na discussão desse tema.

O casamento como prática cultural no contexto brasileiro

Desde o Brasil colonial, devido à enorme influência exercida pela cultura europeia, o casamento era o sonho de toda a mulher. Em



épocas anteriores a nossa, por exemplo no começo do século XX, considerava-se bem-sucedida e aceita pela sociedade a mulher que aos 18 anos já estava casada, e claro, submissa ao marido.

Este fato perdurou por muito tempo, mas houveram mudanças que influenciaram na sua queda. A principal delas foi a introdução do capitalismo no Brasil. Com as indústrias em busca de mão de obra, as mulheres passaram pouco a pouco a ingressar no mundo do trabalho, abandonando o papel único de dona de casa.

A mudança foi lenta, mas com o tempo, aconteceu. Hoje encaramos uma mulher com um bom emprego como uma mulher bem-sucedida. No entanto, é fato e devemos admitir que certos preconceitos ainda permanecem, tais como a mulher ganhar menos que o homem no mesmo cargo, também vemos uma mulher que nunca casou como uma “encalhada”, como visto na linguagem popular. A mudança é lenta, e ainda não está finalizada, mas mesmo com preconceitos, não podemos negar de forma alguma que hoje, a mulher tem uma autonomia e independência muito maior do que a mulher do século XIX ‘sonhou’ em ter.

Hoje, não mais dependentes do marido, posto que a mulher pode trabalhar e se sustentar, elas não precisam ser submissas ou passivas aos mandos e desmandos masculinos tal como era antes. Se ela está infeliz, ela pode e deve buscar sua felicidade em carreira solo ou com outra parceria a sua escolha. Essa busca pela felicidade ainda pode ser encontrada como uma conversa com o cônjuge para uma mudança de hábitos, um novo estilo de vida, ou então, optando-se pelos caminhos da separação.

Aqui no Brasil, o casamento chegou sob os parâmetros da Igreja católica, e o maior dogma relacionado a ele, se refere a sua indissolubilidade. Até então, havia a separação de corpos, mas não havia oficialmente como “encerrar” um casamento.

Em 1810, a história começou a mudar, já que o casamento civil foi oficialmente introduzido. Ele não previa a dissolução do vínculo



Capítulo 11 - Um panorama atual acerca do divórcio e das separações amorosas

conjugal, contudo, previa a separação de corpos, sob o controle de certas causas, já que a separação de corpos só poderia ocorrer caso houvesse: adultério, injúria grave, abandono voluntário do domicílio por dois anos contínuos ou ainda, mútuo consentimento dos cônjuges, se fossem casados há mais de dois anos. Injúria grave, neste caso, diz respeito a ofensas à honra, à boa fama e/ou à moral do cônjuge. Na prática, só pode ser usado como motivo para o divórcio quando torna intolerável a vida conjugal, ou seja, uma injúria que irá repercutir no meio social do cônjuge afetado, contudo, cada caso deve ser analisado pelo juiz.

O divórcio propriamente dito, só foi aparecer um bom tempo depois, em 1977, quando foi implantada a lei Nº 6.515, de 26 de dezembro de 1977, mais conhecida como a *lei do divórcio*, que previa a dissolução da sociedade conjugal, bem como proteção da pessoa e dos filhos. Ainda haviam certas normas: a lei previa o *divórcio-conversão*, ou seja, depois de separado judicialmente por três anos, finalmente o casal poderia requerer a conversão da separação em divórcio.

Foi somente em 2007 que a prática do divórcio se tornou menos burocrático, somente sendo necessário comparecer a um tabelião de notas, que seria um profissional da área do direito que trabalha formalizando juridicamente a vontade das partes e apresentar o pedido. Embora seja muito mais prático, essa modalidade só é possível quando o casal não tem filho incapazes ou menores de idade. Com a nova emenda Constitucional nº 66/2010 de 2010, finalmente se tornou prático e rápido o divórcio, já que a partir de então não era necessário esperar três anos de separação para requerer o divórcio, mas somente haver vontade por ambas, ou apenas uma das partes.

Contudo, existe dois tipos de divórcios, o litigioso e o consensual, a diferença entre eles é muito clara:

- **Consensual:** É o divórcio que ocorre quando ambas as partes de comum acordo estabelecem as cláusulas do divórcio e requerem a sua homologação.



- **Litigioso:** É o exato oposto do consensual. É quando as partes divergem em parte ou completamente em relação as cláusulas do divórcio. O conflito neste caso só pode ser resolvido no tribunal.

Com essa lei em vigência, nunca foi tão fácil se divorciar aqui no Brasil. E a procura por este serviço cresce de acordo com o número de casamentos. Nos últimos 12 meses, a palavra separação foi procurada no Google cerca de 118.000 vezes e para a palavra divórcio ainda mais: 486.000 pesquisas foram feitas.

Mas quais são as implicações psicológicas no processo de separação e divórcio?

As diferenças psicológicas implicadas no processo de separação

O casamento é mais do que uma simples relação amorosa, nele estão envolvidas interações mais complexas e mais difíceis de se diluírem. O todo é mais do que simplesmente a soma das partes. Segundo Singly (1988), o ato das pessoas se casarem implica na criação de uma nova identidade, uma nova forma de se relacionar com o mundo. Com o casamento é criado um “eu-conjugal”, que é mantido e modificado através das interações estabelecidas entre o casal. Já para Willi (1995), o casamento é simplesmente uma relação distinta de todas as outras, afinal, quando duas pessoas decidem se unir para dividir suas vidas, cada uma delas terá de se reorganizar e se reestruturar, incluindo mudanças internas no indivíduo.

É claro que, por não terem passado pela mesma história de vida, incluindo a variável de que, homens e mulheres são criados e se relacionam com a sociedade de forma muito distinta entre si, ambos têm percepções diferentes sobre o casamento e o divórcio. Isso implica que cada um atribui um significado diferente para a mesma palavra.

Levando em consideração esse fator, podemos dizer que no processo de separação, a identidade conjugal construída no casamento vai aos poucos se diluindo, levando ambos os cônjuges a redefinirem sua



identidade, que agora não é mais um “eu-conjugal”. A separação descrita por Caruso (1989) é citada como uma das experiências mais dolorosas que um ser humano passa, porém, como uma experiência por qual todos nós passaremos em algum ponto da vida. É dito que as pessoas vivenciam a separação em diferentes níveis, seja em pensamentos privados, conversas entre o casal e a experiência da separação no contexto social que os circunda. Vivenciar a separação, é vivenciar a experiência da morte em vida. Esta sentença é tão real que o luto complicado, ou seja, o luto patológico com tempo e sintomas muito mais exacerbados do que o normal (sofrimento constante e acentuado), pode ser desenvolvido após a morte de um ente querido, mas também pode ser desenvolvido a partir de um rompimento amoroso. A separação, ou o divórcio da pessoa amada é tão doloroso quanto a vivência da morte de alguém importante.

Mas sabemos que, apesar do sofrimento existir para ambas as partes, ele é interpretado, elaborado e sentido de maneiras distintas. Homens e mulheres criam estratégias diferentes para lidarem com o sofrimento, como também atribuem significados diferentes a todas as dimensões da separação e/ou divórcio do casal.

Um estudo que demonstra os diferentes significados atribuídos a estas dimensões foi realizado por Féres-Carneiro (2003) com o nome de “Separação: o doloroso processo de dissolução da conjugalidade”. Neste estudo, com 32 sujeitos separados, por meio de entrevistas gravadas, foi pesquisada quais eram as representações sobre temas relacionados ao divórcio, tais como:

- Desejo de separação: Sobre esta esfera do divórcio, a análise demonstrou que o desejo de separação estava presente tanto nas falas das mulheres como dos homens, sem diferenças quanto a faixa etária. Contudo, foi classificado como um desejo predominantemente feminino. Este desejo de separação apareceu com mais frequência nas falas das mulheres, o que confirma dados brasileiros e internacionais, tanto no âmbito judiciário como na clínica, que revelam que a grande maioria das demandas de separação parte das mulheres (GOTTMAN, 1994; RASMUSSEN;



FERRARO, 1991). As mulheres também citaram a traição como um dos motivos que as motivaram a buscar o divórcio. Dizendo nas entrevistas o quanto isso as fez sofrerem, nós podemos relacionar diretamente com a visão que as mulheres da pesquisa têm sobre o casamento, já que para elas, o casamento é uma relação amorosa, enquanto para os homens é uma constituição de família. Já os homens, assim como as mulheres, citaram a traição como um fator que levou ao divórcio, contudo, citaram a traição deles para com as parceiras. Atribuindo a separação devido à traição descoberta pela esposa.

- Decisão de separação: Vale ressaltar que, como são as mulheres as que mais sentem o desejo pela separação, é coerente a decisão de separação partir delas. Féres-Carneiro (2003) faz uma análise desse resultado, dizendo que como para os homens o casamento é encarado como constituição de família e têm uma facilidade muito maior para dissociarem o sexo da afetividade. Outros autores como (BUSS; BARNES, 1988; CHERMAN, 1993; GOLDENBERG, 2000; VAITSMAN, 1994) concordam com essa questão e propõe que talvez esse m, isso faz com que eles consigam lidar melhor com os problemas conjugais, o que permite que eles possam permanecer no casamento sem encarar tantos conflitos internos, mesmo quando estão insatisfeitos com a relação amorosa. Um fator interessante observado pela autora do estudo (FÉRES-CARNEIRO, 2003), foi o de que, mesmo sendo as mulheres as que desejam, e decidem pela separação – predominantemente – são elas quem geralmente tomam a iniciativa para conversar e buscar alternativas para manter o relacionamento do casal. É possível que como são elas que decidem pela separação, elas sintam um sentimento de responsabilidade maior do que os homens sobre o casamento, o que as levam a pensar em alternativas antes da ruptura da relação.
- Processo de separação: Neste quesito houve um consenso de homens e mulheres sobre a separação, descrito por ambos como um processo muito difícil e sofrido. Contudo, foi percebido nas



falas das mulheres que elas ressaltaram muito o aspecto da desilusão afetiva. Os homens, por sua vez, encaram esse sofrimento com sentimentos de fracasso e frustração, enquanto as mulheres vivenciam sobretudo mágoa e solidão. Quanto ao processo de separação em relação aos filhos do casal, a grande maioria dos homens destacaram sentimentos de sofrimento e preocupação com os filhos, ressaltando algumas vezes o fato das crianças terem se sentido “mal” com a situação. De forma contrária a descrita pelos homens, as mulheres descreveram que os filhos não ficaram “mal” com a separação dos pais.

- Reconstrução da identidade individual: Neste aspecto, os homens destacaram sentimentos de inadequação, descrevendo como difíceis os primeiros momentos após a dissolução do casamento. Contudo, tanto os homens como as mulheres ressaltaram como aspecto positivo, a maior vivência de liberdade, descrevendo uma maior autonomia em relação a própria vida. Em um outro polo, como sentimento aversivo, a solidão foi descrita tanto por homens como por mulheres como uma dificuldade a ser enfrentada após o término. Quanto aos aspectos positivos, as mulheres descreveram um sentimento de responsabilidade e autovalorização que se apresentaram decorrentes do divórcio. Mas também classificaram essas mudanças positivas como lentas, principalmente no que se refere a construção da nova identidade, já que o “eu-conjugal” foi deixado para trás. Já os homens, em relação as mulheres, apresentaram muito mais dificuldades com os sentimentos de solidão, relatando sofrerem com isso. Estudos como os de Féres-Carneiro (1987) e de Woods (1987) demonstram isso com dados que mostram uma tendência maior dos homens se sentirem só e se recasarem muito mais rapidamente do que as mulheres.

Existe vida pós-divórcio?: a psicologia da separação

É algo muito simples entender que, após a separação, a dinâmica familiar precisa mudar. Os filhos e os pais vão estar expostos a novas

contingências, ou seja, situações com desafios novos que demandam atitudes novas para o êxito.

Isso implica em adaptação, tanto por parte dos filhos quanto por parte dos pais. A partir da separação, até coisas simples como “quem vai buscar os filhos na escola?” ou “com quem os filhos vão passar feriadões?” se tornam perguntas complexas que podem muitas vezes, virem acompanhadas de discussões e situações aversivas.

Contudo, sabemos que qualquer relação humana para dar certo necessita de alguns cuidados, e quando dizemos dar certo, estamos falando de uma relação proveitosa para ambas as partes. Os cuidados necessários são múltiplos, mas podemos citar uma compreensão por ambas as partes, procurando sempre se colocar no lugar do outro, não apenas querer pedir, receber e sugar o outro, nem tampouco apenas doar ou ceder, mas que haja uma troca mútua de bons comportamentos.

Na Psicologia Comportamental, nós chamamos isso de relação de reforço mútuo. Explicando a ideia, podemos dizer que uma relação de reforço mútuo é uma relação entre indivíduos onde ambos provêm reforço – aqui vamos considerar boas ações, enquanto exemplos, para este conceito – na mesma quantidade e qualidade, de um para o outro. Imagine um casal: um prepara a comida, outro pega os filhos na escola, ambos trabalham e cumprem com as despesas da casa, outro faz compras no mercado... Poderíamos passar horas, senão dias descrevendo as ações rotineiras de um casal comum, porém, o que importa é compreender a ideia de que, para um relacionamento se traduzir em satisfação e durabilidade (seja entre amigos, colegas de trabalho ou cônjuges) é necessário o comprometimento de ambas as partes.

É de extrema importância dizer que, foram citados apenas bons comportamentos para melhor elucidar a ideia, mas sabemos que em todo o relacionamento além do reforço – aqui no caso, boas ações – também existem as punições – más ações. Lembrando que punição traz a ideia de castigo e violência, mas não necessariamente que dizer isso, como exemplo, podemos dizer que um olhar de desapontamento é um tipo de punição também.



Ao considerarmos as punições presentes nas relações como, por exemplo, o marido que não pôde preparar o jantar para a esposa, pois estava ocupado com o trabalho, podemos dizer que elas estão presentes nas relações humanas de forma quase constante. O que importa no fim, não é se preocupar em não existir nenhum tipo de “comportamento desagradável”, mas se, ao final das contas, a quantidade e qualidade dos reforços seja maior do que a punição. E podemos afirmar que quanto maior essa pendência para o lado do reforço – bons comportamentos – melhor é a qualidade da relação entre os indivíduos.

A partir disso, podemos concluir que mesmo não estando mais juntos, os pais ainda têm responsabilidades com os filhos e, querendo ou não, precisam se relacionar com os ex-cônjuges, seja para combinar um horário, seja para participar da festa de aniversário. Em outras palavras, o respeito pode permanecer sim, onde os laços do casamento não prevaleceram.

Parece simples falar desta maneira e, de fato, é muito mais simples descrever as contingências do que vivenciá-las. Quanto ao divórcio, ele é descrito como um evento singular, que afeta sempre de forma diferente cada família, mais precisamente, cada membro da família. Há autores (*e.g.* PECK; MANOCHERIAN, 2001) que argumentam que o divórcio afeta não só todos os membros da família durante o processo de separação, mas seus efeitos permanecem, muitas vezes, por mais de uma geração.

É fato que o divórcio afeta cada membro da família em escalas e forma diferentes. Até mesmo o período em que se encontra o casal, influencia na melhor resolução do processo de divórcio. Conforme Peck e Manocherian (2001), o divórcio em que há uma melhor resolução é o que ocorre em casais recém-casados. Os motivos podem ser mais facilmente deduzíveis: o casal ainda não criou tantos vínculos familiares pelo menor tempo de convívio e também pelo fato de não fazer muito tempo desde a última vez que estiveram solteiros, fato que leva a um recomeço mais rápido e menos traumático.



Existem também estudos que mostram que, o período em que ocorre mais separações na vida do casal é o período de parentalidade. Que ocorre entre o nascimento do primeiro filho até a independência dele. Esse fato deve ser levado em consideração, já que a chegada de uma criança muda toda a estrutura da família, o que leva a novos padrões de interação entre o casal (NOCK, 1981).

Para as separações que ocorrem nos estágios mais tardios da vida, geram outros tipos de respostas, pois, a família tem de encarar a separação de um casal que pensavam que duraria para sempre. Na maioria das vezes, a separação neste estágio envolve duas gerações da família, o que causa surpresa e espanto em todos os membros e faz com que todos redefinam seus valores morais quanto a relacionamentos e separação (PECK; MANOCHERIAN, 2001).

Contudo, não é só o estágio da vida do casal um grande influenciador, existe também as expectativas do casal quanto à relação ao divórcio. Conforme Travis (2003), mesmo que as expectativas do casal frente ao divórcio sejam desejadas, este é um evento que sempre está relacionado a perdas e sofrimento, já que muitos significados importantes para ambos estão sendo deixado para trás.

Ahrons (1980) e Hetherington (1991) propõem um período de cerca de três anos para que o processo de reestruturação após o divórcio se conclua, alcançando certa homeostase familiar, ou seja, para que o casal separado e família se reorganizem e se regulem para que funcione adaptativamente de novo de forma efetiva. Vale lembrar que esse era o tempo necessário para concluir-se o processo de divórcio, que requeria três anos de separação até a possibilidade de requerer oficialmente o divórcio. Hoje, com a facilidade em divorciar, não há mais este tempo, o que nos leva a pensar que o processo de separação judicial se conclui antes mesmo da família se organizar psicologicamente e estruturalmente para essa nova etapa. Isso nos faz pensar, até que ponto a liberdade prevista na lei para o divórcio gera bem-estar à família? É um tema a ser discutido que com certeza merece atenção dos pesquisadores da área de psicologia.



Encaramos a natureza do divórcio então, como uma transformação, um processo de perda e de mudanças que leva tempo para se findar. É necessário à família tempo para se reorganizar a nova rotina e as suas novas necessidades. Na terapia familiar sistêmica, a família é encarada como uma grande reguladora da saúde mental de seus membros (NICHOLS; SCHWARTZ, 2001). Na intervenção, esse tipo de terapia vai encarar os problemas familiares como resultado das interações sistêmicas e não como uma característica do indivíduo, como é feito geralmente na psicoterapia individual. Dessa forma, podemos dizer que se um divórcio abala toda a teia de relações familiares, ele é um processo que causa grandes problemas aos membros da família, já que são as relações entre os membros que regulam a sua saúde mental e por outro lado, causam os problemas familiares.

Os adultos que se separam, eles precisam encarar uma nova etapa em suas vidas. Isso inclui passar por um processo de luto, de perda e de superação dessa perda. Os psicólogos da escola psicanalítica, por exemplo, provavelmente podem recomendar para as pessoas que elaborem a perda, ou seja, que falem sobre ela caso acharem que devem, que chorem, xinguem e falem sobre o fim do relacionamento o quanto quiserem, o que pode conduzir, dentro de um determinado ritmo, ao processo de elaboração do luto e a conseqüente superação/aceitação dessa dinâmica. Para o senso comum, isso é o mesmo que dizer “dê tempo ao tempo” ou “fale o quanto precisar até não querer mais”.

Uma visão complementar a essa é a da Psicologia Comportamental acerca deste tema. Os psicólogos comportamentais ou behavioristas encaram as relações humanas como contingências de reforço, ou seja, uma troca de boas e más ações, como vimos anteriormente. Às vezes, a conta pende para um lado da balança, isso que dizer que um indivíduo está se aproveitando da outra pessoa, tais psicólogos chamam isso de relação exploratória. Ou seja, basicamente, um casal feliz e satisfeito está vivendo uma relação de reforço mútuo, onde ambos fazem coisas boas um para o outro e, vice-versa. Um casal que está triste e que tem suas insatisfações, tem grandes chances de viver uma relação de exploração, onde a troca de reforço é desigual. É muito provável que grande

parte dos divórcios hoje, ocorram devido a uma relação exploratória. E, uma das formas pela qual uma pessoa pode se sentir triste, chateada ou zangada, é por punição. Existem dois tipos de punição:

- Punição positiva: É a punição que “implanta” algo, por exemplo receber um soco, ser xingado ou humilhado;
- Punição negativa: É a punição que “retira” algo, por exemplo alguém lhe privar de beber água ou comida.

Existe também uma outra forma de uma pessoa experimentar sentimentos aversivos, como tristeza ou raiva, é com a extinção. Contudo, quando comparada com a punição, a extinção causa muito menos sentimentos aversivos do que a punição. A extinção é nada mais do que o não reforçamento de determinado comportamento. Por exemplo, se eu ligo para minha namorada e ele me atende e conversa comigo, o meu comportamento de ligar para ela foi reforçado e futuramente tenderá a ocorrer. E é provável que eu ligue para ela novamente em situações semelhantes. Mas se eu ligar para minha namorada e ela não me atender, eu posso momentaneamente não me importar, esperar um pouco e tentar de novo. Mas, se ela continua sem me atender, podemos dizer que minha namorada colocou o meu comportamento de ligar para ela, em extinção. É normal que a pessoa que passa por esse processo se sentir triste, mas com o tempo, ela deixará de experimentar os sentimentos aversivos e também deixa de emitir o comportamento que foi extinto.

Em suma, a lógica mostra que se eu liguei a semana inteira para minha namorada e ela não atendeu, é provável que eu desista de ligar para ela. Mas, não é o que acontece na experiência afetiva do ser humano. Seria menosprezar a dor experienciada no divórcio dizer que a extinção do comportamento de ligar para a namorada gera os mesmos sentimentos que a diluição do casamento, contudo, mesmo que a intensidade dos sentimentos aversivos seja extremamente maior, é a partir do mesmo mecanismo que ela ocorre. Dizemos que os sentimentos aversivos têm uma força/intensidade maior, pois existem várias categorias de comportamento que estão sendo postas em extinção de uma



só vez, todos os comportamentos feitos com o cônjuge e, para o cônjuge, entram em extinção de uma vez só. Podemos dizer com grande certeza que os sentimentos de tristeza, raiva, e angústia relatados pelas pessoas em processo de separação ou divórcio, não são nada mais do que produtos da extinção causada pelo rompimento. Com uma análise maior, podemos até dizer que a nova estruturação do eu, onde se dilui o eu-conjugal, nada mais é do que modificar o *repertório comportamental* (todo o conjunto de comportamentos que a pessoa sabe fazer, dadas as circunstâncias adequadas) por meio do processo da extinção, onde os comportamentos emitidos durante o casamento dão lugar a comportamentos novos, adaptados para o novo estilo de vida dos divorciados.

Imaginemos um casal com dois filhos que está se separando. É de se pressupor que a relação entre o casal mudou, e muito provável que se torne uma relação mais restrita, mas a relação com os filhos pelo menos deveria continuar a mesma. Antes, a responsabilidade dividida entre o casal pode ser depositada em somente uma pessoa, o que tornará, também, as coisas mais difíceis. Um ponto importante a ser lembrado, principalmente se você passa por um processo de rompimento, ou se conhece alguém que passa pela mesma situação, é de que, quando o comportamento de uma pessoa é posto em extinção, ela costuma a emitir outros comportamentos, numa tentativa de tentar conseguir os reforçadores, dessa forma, os comportamentos novos se assemelham em forma com os comportamentos antigos. Para ficar mais fácil de compreender essa dinâmica usaremos um bom exemplo. O exemplo é o de um adolescente que gosta muito de jogar videogames. Encaramos o videogame como um reforçador de alta magnitude para o jovem. Só que, se a energia cair e ele não puder jogar mais videogame, é provável que ele emita uma resposta parecida, por exemplo, jogar jogos no celular. Todos os comportamentos funcionam basicamente de forma semelhante, então quando uma pessoa acaba de sair de um relacionamento e, conseqüentemente, está com certos comportamentos em extinção, pode ser que essa pessoa procure um reforçador de outra forma, emitindo respostas parecidas. Por exemplo, a namorada que acabou de sair de um relacionamento, está triste (extinção), pois está sem a namorado (reforço) e, para tentar obter o reforço, ela pode, por exemplo, ficar

espionando a vida dele nas redes sociais. Ela provavelmente não vai ter o ex de volta, por agir dessa forma, mas irá conseguir um reforço diferente que se aproxima um pouco do reforço original. Devemos lembrar também que após o término, pode ser possível que a pessoa sinta falta de companhia, o que pode levar a comportamentos de procura de novos romances. Nossa recomendação para este caso é a de dar tempo ao tempo para que se sinta mais confortável com as novas rotinas com as quais ela se deparará dali para a frente. No começo, é comum ficar tentado a se debruçar em um novo amor, mas é muito provável que a pessoa não consiga julgar direito se está fazendo uma boa escolha ou não. Pode acontecer até de arrumar um cônjuge pior, que se relacione de forma mais exploradora do que o anterior. O que de fato, é pior para a pessoa. A dica de ouro, então, é dar um tempo para esfriar a cabeça. Procure outros tipos de reforçadores, como por exemplo sair com os filhos, ou ir ao cinema com amigos, embora o reforçador não seja tão parecido, você pode encontrar algo que te anime e que te faça feliz até conseguir voltar à rotina normal, sem tristeza e sem dor de cabeça.

Vimos até agora então que no divórcio a relação do casal muda, se tornando mais restrita, ou seja, ao invés de trocarmos vários tipos de reforços, eles passam a conversar menos e se encontram com menor frequência também, e com essa mudança de relação, ocorre não só a extinção de certos comportamentos, como também a punição negativa, que é a retirada do cônjuge do ambiente da pessoa. Vale lembrar que há uma grande gama de comportamentos que são postos em extinção de uma vez só, o que pode ser uma ótima explicação para o grande sofrimento que é sentido após o término.

Quanto a família, que está exposta a novas contingências e precisa se reestruturar a nova rotina, como também se reorganizar internamente em relação ao que é vivenciado, os indivíduos que mais estão sujeitos ao sofrimento em meio essa tormenta, são na maioria das vezes, os filhos.

É fato que assim como o casal tinha antes uma relação que envolvia várias respostas e reforçadores, os pais também tinham um tipo



Capítulo 11 - Um panorama atual acerca do divórcio e das separações amorosas

de relação com os filhos. O pai e a mãe estavam presentes para dúvidas em relação as matérias da escola, também estavam lá para ensiná-los novas vivências e praticarem atividades em conjunto.

Com o rompimento da relação, os filhos podem passar pelo mesmo processo de extinção que passam os casais. Ou seja, sofrem com sentimentos aversivos por não terem mais um dos pais quando precisam. Há de fato formas de minimizar esses problemas, mas agora vamos nos atentar principalmente para os problemas que são gerados.

Devemos admitir sim que, socialmente, hoje o divórcio é muito mais aceito do que antigamente. Assim como falamos sobre as mudanças que ocorrem na cultura, com a ininterrupta evolução cultural, o divórcio foi uma das práticas que deixaram de ser tabu, ou seja, deixaram de ser punidas socialmente e passaram a ser mais naturais, nem reforçadas e nem punidas socialmente.

Antes era comum zombarias com crianças com pais separados, mas hoje, os filhos de pais separados são mais aceitos e socialmente amparados pelos colegas e pela escola do que anos antes, quando o preconceito era mais evidente (TRAVIS, 2003).

Devemos lembrar também que com o tempo de reorganização, o divórcio pode ser realmente benéfico para a família, já que eles percebem uma melhora na qualidade de vida, tanto os filhos quanto os pais separados. Passado o conflito inicial, o casal que se separou passa a valorizar mais a sua liberdade, bem como aumentam os sentimentos de autovalorização e autonomia (WAGNER; FÉRES-CARNEIRO, 2000).

No fim, o processo de separação acaba favorecendo o sentimento de superação dos membros da família, muitas vezes contribuindo até para o desenvolvimento emocional dos pais, o que conseqüentemente gera mudanças positivas também nos filhos. Portanto, devemos encarar o processo de separação como um processo que acarreta inevitavelmente diferentes formas de sofrimento, mas que com o tempo pode trazer mais benefícios do que prejuízos.

Desde a última década, houve um crescente número de alterações no ciclo de vida familiar, resultados de uma cultura em constante mudança. Dentre essas mudanças estão uma queda no índice de natalidade, mudanças no papel da mulher (como discutimos anteriormente), aumento da expectativa de vida e por fim, um considerável aumento no número de divórcios e de recasamentos, o que gera novos termos de tarefas a serem enfrentadas (AHRONS, 2007).

Com relação ao processo de separação Brown (2001) o entende em três fases:

- A primeira fase é referente ao primeiro ano de separação, que compreende um período de crise, caos e confusão;
- A segunda fase é a do realinhamento, que se caracteriza por ser uma fase de transição, em que as questões estruturais da família, tais como questões econômicas, sociais e extrafamiliares vão sendo reorganizadas entre o segundo e terceiro ano,
- E a terceira fase é referente à reorganização familiar, a fase de estabilização, que compreende o fim da reestruturação da família.

Em relação ao tempo de reorganização da família que Brown propôs, a pesquisa com adolescente realizada por Souza (2000) revela que, por exemplo, os adolescentes relataram o tempo de 2 a 4 anos para essa reestruturação acontecer. Neste mesmo estudo, os adolescentes consideraram como positivas as mudanças relacionadas à redução de conflitos e ao estabelecimento de uma relação mais amigável entre os pais, também citaram como positivas uma compreensão das consequências da separação em suas vidas e as novas relações conjugais dos pais. Mas, os participantes também destacaram a perpetuação do conflito no que se refere ao sistema de guarda, visitas, pensão alimentícia, superproteção materna ou da família extensa e, curiosamente, também as novas relações conjugais dos pais. Alguns adolescentes, neste estudo, ainda consideraram como positivas as novas relações dos pais, outros não.



Sabemos hoje que, os filhos têm saúde mental associada ao bem-estar e qualidade do relacionamento dos pais. Dessa forma, correm grandes riscos quando crescem em uma família com constantes conflitos, independentemente de viverem juntos ou não. Ou seja, é possível aos filhos um desenvolvimento saudável mesmo com pais separados, desde que a sua relação seja positiva. Mas, quando ocorre muitos conflitos entre os pais, mesmo que estes não sejam separados, a criança acaba sofrendo com isso.

Os filhos dos divorciados poderão ser competentes e bem ajustados quando o divórcio servir para encerrar a escalada de conflitos entre os cônjuges e também se o pai ou a mãe que estiver com a guarda dos filhos for capaz de proporcionar um ambiente de cuidado positivo, a despeito do estresse inerente ao seu papel singular mais sobrecarregado (HETHERINGTON; STANLEY-HAGAN, 1999).

Em um estudo intitulado de “Depois que papai e mamãe se separaram: um relato dos filhos” (SOUZA, 2000), a autora procurou compreender como os filhos vivenciam a separação dos pais: desde a tensão inicial até como reagem às consequências do divórcio. Participaram deste estudo 15 adolescentes, com idade entre 14 e 18 anos. Todos haviam vivenciado a separação dos pais quando eram crianças (entre 4 e 11 anos de idade). Primeiramente, foram realizadas entrevistas individuais semiestruturadas, onde foi pedido aos jovens que tentassem se lembrar, e relatar o que lembravam da época da separação parental e a forma como as coisas foram mudando. O resultado foi interessante, já que mesmo alguns jovens serem muito novos quando vivenciaram a separação parental, todos eles afirmaram lembrar com clareza deste período. De todos os entrevistados, apenas um viveu sob a tutela do pai, o resto e maioria ficava sob a guarda materna. Dez dos entrevistados relataram terem percebido que algo não ia bem em casa na época precedente a separação. Os outros disseram não ter percebido nada antes, mas como o tempo passaram a compreender o conflito e a tensão familiar entre os pais. Contudo, apenas três deles anteciparam a separação dos pais, os outros relataram que a experiência mais marcante estava relacionada a não compreensão do que estava acontecendo, e ao não

estabelecimento de uma relação entre o conflito, encoberto ou não, com uma possível separação dos pais. Sete adolescentes relataram que foram informados por ambos os pais sobre a separação. Quanto aos outros, os pais deixaram que tirassem suas próprias conclusões. Sobre o primeiro momento após a separação, os entrevistados relataram terem se sentidos desnorteados, confusos, com angústia e raiva relacionada a pouca previsibilidade do ambiente, e em segundo lugar, as mudanças nos relacionamentos. Encaramos isso como um processo de extinção, no qual tem que se acostumar com a ausência de um dos pais (considerados, sob essa perspectiva, como um elemento reforçador). As mudanças iniciais relatadas pelos entrevistados nos relacionamentos foram:

- Mudanças no relacionamento com o pai e/ou redução de contato com o mesmo;
- Mudanças no relacionamento com a mãe;
- Mudanças no relacionamento com os irmãos;
- Aproximação da família materna;
- Afastamento da família paterna;
- Afastamento de amigos do pai ou da mãe;
- Perda de amigos.

Há um número muito grande de perdas descritas pelos entrevistados, o que revela que há uma multiplicidade de perdas durante o processo de reajustamento familiar. A criança passa a enfrentar não só a mudança da estrutura familiar, mas também mudanças no seu ambiente, e em sua rotina de vida. Novamente, a reorganização familiar levou de dois a quatro anos para concluir-se. Quando essa reorganização aconteceu, os entrevistados relataram poderem finalmente compreender o porquê a separação ocorreu, a raiva que alguns sentiam dos pais se dissipou e desenvolveram uma relação diferenciada com o pai e a mãe.



Conclui-se, nesta pesquisa, que o processo de separação dos pais exige, de uma forma ou de outra, a adaptação dos filhos, que tiveram de aprender a ser comportar de acordo com as novas contingências de reforço. Percebemos também, que o que mais prejudica os filhos, são conflitos entre os pais, sejam eles separados ou não.

Assim como os adolescentes da pesquisa de Souza (2000) disseram que o processo de reorganização levou cerca de quatro anos. Hetherington, Cox e Cox (1982) realizaram um estudo que também verificou a decorrência de quatro anos, a partir da separação, até que todos os ajustamentos familiares necessários fossem ocorridos. Independentemente de quem está com a guarda da criança, seja pai ou mãe, as adaptações infantis dependem tanto da qualidade e quantidade do contato com a figura parental que não detém a guarda, como do ajustamento psicológico e da capacidade de cuidado por parte da figura parental que detém a guarda.

Sobre recasamentos e as novas famílias

Por variados motivos, os padrões de vida familiar vêm se alterando. Dimensões de uma cultura em constante evolução, podemos citar o menor índice de natalidade, a maior autonomia alcançada pela mulher, o aumento na expectativa de vida e por fim, um aumento no índice de divórcios e recasamentos (AHRONS, 2007; CARTER; Mc-GOLDRICK, 1980/1995; FONSECA, 2004). Podemos dizer que estas mudanças em várias áreas da sociedade, por sua vez, modificam a estruturação familiar em si. Conforme Souza e Ramires (2006) as crianças e adolescentes podem, hoje em dia, responder de formas novas algumas perguntas corriqueiras, como por exemplo ao ser perguntada “você tem irmãos?”, a criança ao invés de responde sim, ou não, ela pode responder “depende”. De acordo com as autoras, as crianças atualmente podem conceber a família de outras formas, talvez incluindo meios-irmãos ou considerando apenas a família nuclear.

De acordo com uma pesquisa realizada por Wagner e Féres-Carneiro (2000), essas novas configurações familiares puderam ser obser-

vadas. No estudo participaram adolescentes vindos de famílias intactas/originais – compostas por pais, mães e filhos biológicos e famílias reconstituídas – compostas por pais separados do primeiro cônjuge, que mantinham uma relação estável com um novo companheiro há, no mínimo, 6 meses e vivendo com filhos do primeiro casamento. Neste estudo, os participantes produziram a representação gráfica de suas famílias. O resultado mostrou que 45,7% dos participantes das famílias reconstituídas desenharam os novos membros da família, que coabitavam no momento da pesquisa. A conclusão das autoras definiu que variáveis como coabitação, consanguinidade e tempo de recasamento foram os fatores mais importantes na definição dos núcleos recasados.

Podemos dizer então que, família não é um conceito utilizado somente para designar somente a família nuclear, biológica e clássica, se é que podemos dizer isso. A cultura brasileira está evoluindo, e nós encontramos novas formas de nos relacionarmos no ambiente familiar. Não só com os recasamentos como também nos casamentos homoafetivos, que pouco a pouco vão se tornando mais aceitos em nossa sociedade. Essas novas formas de interagir em sociedade trazem novas relações, e com elas, novos nomes são dados à elas, como por exemplo, a palavra recasamento. Contudo, nos questionamos se esta é a melhor forma de chamar esta nova forma de família, Brun (1999) diz que o prefixo “re” traz a ideia de reformulação e repetição, o que nos faz pensar em algo remendado. Isso tem um significado negativo para nós, haja vista que em nossa sociedade vê o que foge do padrão, no caso a família nuclear “comum”, como algo de menor valor.

Apesar dessa conotação negativa, nós devemos saber que o que realmente importa é o conteúdo das relações, como vimos anteriormente sob a ótica da análise comportamental. Não importa realmente se a família é reconstituída ou não, mas sim a forma na qual ela se relaciona, pois uma relação de reforço mutuo traz benefícios para todos dentro do ambiente familiar.

Ainda sobre recasamentos, dados do IBGE revelam que a proporção de casamentos entre indivíduos divorciados com cônjuges sol-



teiros está crescendo, principalmente na parcela de homens divorciados se casando com mulheres solteiras. Em 1995 o índice era de 4,1% e já em 2005 subiu para 6,3% (IBGE, 2007). Os recasamentos em si não param de aumentar estatisticamente em relação aos casamentos entre solteiros, no ano de 2000 a porcentagem era de 88,30% de casamentos entre solteiros e 11,70% de recasamentos. Mas, já em 2011, a porcentagem de recasamentos saltou para 18,30% (IBGE, 2000, 2011).

Uma das hipóteses para o crescente número de recasamentos, é de acordo com Carter e McGoldrick (1980/1995) o fato das pessoas acreditarem que o casamento possa ser uma experiência melhor do que a que vivem, ou seja, elas buscam encontrar a satisfação esperada para o casamento se divorciando e se casando novamente. Esta é uma afirmação que vale a pena ser investigada, ainda mais quando levamos em consideração que atualmente as pessoas vivem mais, e de uma forma distinta de tempos atrás, dessa forma a idade deixa de ser um empecilho para procurar um novo amor. Porém, há de se lembrar que os recasamentos envolvem maior complexidade, pois se levarmos em consideração que já existe uma bagagem emocional vivenciada pelo indivíduo divorciado e há também mais relações pessoais envolvidas, como por exemplo filhos do primeiro casamento e vínculos com familiares do ex-cônjuge Carter e McGoldrick (1980/1995).

Podemos concluir sobre este assunto, que tanto os casamentos como os recasamentos exigem novas atitudes de ambas as partes e, especialmente no caso dos recasamentos, não só novas atitudes do casal como também dos filhos de casamentos anteriores.

A guarda dos filhos e a Síndrome da Alienação Parental

É fato que a maior parte dos genitores que fica com a guarda das crianças é a mãe. Mas não existe somente um tipo de guarda aqui no Brasil. Aqui podem existir também:

- Guarda compartilhada com alternância: Os filhos passam um tempo determinado na casa da mãe, ou do pai, e o outro progenitor tem acesso livre ao filho durante esse tempo;

- Guarda compartilhada sem alternância: Funciona da mesma forma que a com alternância, com acesso irrestrito ao filho, contudo, ao invés de trocar de moradia de tempos em tempo, o filho fica sempre na casa de um dos progenitores;
- Guarda unilateral: É a guarda onde a criança fica sempre com um dos pais, e o progenitor sem a guarda da criança só pode visitá-la em períodos agendados.

A forma mais comum de guarda atualmente, conforme prevê a lei brasileira, é a guarda compartilhada. Essa guarda pode ser interessante pelo fato dos filhos não serem privados de verem os pais (extinção de certos comportamentos) e, independente de sua variação, seja com ou sem alternância, se não houver conflitos entre os pais, na teoria o filho pode passar tempo suficiente com ambos. Quanto à separação, foi na década de 80, nos Estados Unidos, que em decorrência do grande aumento do número de divórcios, os estudos sobre o tema começaram a ser feitos em grandes números.

Nesta mesma década, o psiquiatra Richard Gardner cunhou o termo Síndrome de Alienação Parental (SAP), que se refere ao que ele descreve como um distúrbio que acomete a criança, levando ela a criar um sentimento de repúdio a um dos genitores. A causa apontada por Gardner para este fenômeno foi a de que um dos genitores era responsável por doutrinar a criança, criando fantasias onde denegria a imagem do ex-cônjuge. Como a justiça sempre procura saber qual é a vontade da criança sobre com quem ela deseja ficar, se tornou conveniente “alienar” a criança para que ela passe a ver o outro genitor como ruim, não querendo ficar com ele (GARDNER, 1991).

Contudo, essa teoria criada por Gardner gerou algumas polêmicas, primeiro que ele afirmou de início que 90% dos casos de alienação parental, era a mãe a alienante. Isso fez com que a teoria fosse chamada até mesmo de sexista.

Os grupos de direitos paternos no entanto, endossaram sua teoria, já que assim eles poderiam utilizar as mães como bode expiatório



para a relutância dos filhos em visitá-los. Como sabemos, nos tribunais é comum durante as disputas de guarda, as pessoas utilizarem todos os argumentos possíveis para transformar o ex-cônjuge em um monstro aos olhos do juiz. Essa estratégia, mesmo que funcione, gera sofrimento para ambas as partes e, como não, para os filhos do casal que vivenciam essa disputa. Contudo, hoje como a lei prevê como primeira opção a guarda compartilhada, o foco não é mais retaliar o ex-cônjuge para o juiz, pois a guarda só irá ser unilateral em casos extremos. O juiz ou juíza que fica no meio desse conflito precisa resolver um impasse, contudo, como este é um assunto complexo, muitas vezes são chamados psicólogos da área jurídica para poderem avaliar o caso, e partir dos instrumentos do psicólogo - testes psicológicos e entrevistas - ele pode elaborar um documento (um laudo ou um parecer, por exemplo) no qual o juiz poderá se basear para tomar a decisão. Então, se a mãe estiver realmente alienando os filhos, ou se o pai na verdade não está em condições de ficar com os filhos, será o psicólogo muitas vezes o único capaz de apontar o que realmente está acontecendo.

Uma das coisas mais polêmicas relacionadas a esta teoria, foi que, ela permitia que em casos de acusação de abuso sexual, o acusado poderia dizer que ele não havia abusado, mas sim o outro havia alienado a criança para dizer isso. Isso fez com que a SAP fosse largamente recriminada e, tampouco fosse aceita dentro dos tribunais, já que membros da comunidade legal e médica afirmam que a SAP não um problema admissível em audiências no que se refere tanto à lei, quanto à ciência. Aqui no Brasil, o sistema judiciário prevê ao genitor que seja caracterizado como alienador, medidas coercitivas e sancionatórias, além de estender seu efeito para além do genitor, como avós, tios ou qualquer outro responsável do incapaz.

Leis prevendo sanções contra genitores que alienam os filhos existem em vários países além do Brasil. A justificativa da lei é a de que, o genitor que detém a guarda pode alienar a criança, coagindo para que ela não queira ver o pai, ou a mãe. E quando a guarda é unilateral, ou seja, que não permite ao ex-parceiro visitas sem hora agendada, o detentor da guarda ao alienar a criança impede completamente qualquer aproximação por parte do ex-parceiro. A lei então busca impedir isso.

Uma das sanções que já ocorreram como punição para a SAP, e que também girou em torno de muita polêmica, foi em 2007 na Espanha, onde uma juíza retirou a guarda da mãe de uma garota de oito anos, concedendo-a em favor do pai, ao mesmo tempo em que proibia a genitora da criança de qualquer tipo de contato. Tudo porque, segundo a perícia, a garota havia sido alienada pela mãe (SOUSA; BRITO, 2011).

Como já discutimos anteriormente, conflitos entre pais, bem como o distanciamento do um filho de um dos genitores gera efeito direto na saúde mental da criança. O que ocorre então é a proibição de contato com a criança por um dos genitores como forma de prevenir o afastamento do outro genitor. A solução para o problema tem o mesmo resultado que o problema em si. Parece, no mínimo, contraditório.

Considerações finais

O presente texto explora os aspectos comportamentais das relações conjugais e familiares em geral, como também aborda a lei brasileira e também a subjetividade e as significações atribuídas pelas pessoas nos processos de divórcio. Mas, o que nós realmente podemos dizer sobre casamentos, é que não existe um padrão fixo, ou uma fórmula para o sucesso. Existem vários tipos de casamentos e o fator que vai determinar a felicidade dos envolvidos, ou seja, da família, não vai ser a consanguinidade, se é recasamento ou mesmo se existem filhos do outro casamento. O que realmente determina a felicidade das famílias é apenas o reforço mútuo trocado pelos seus membros. Dessa forma, em se tratando da manutenção do relacionamento e divórcio pode-se dizer que não há verdade absoluta, mas há maneiras melhores de nos relacionarmos. A evolução nos adapta ao meio, e creio que manter relações infelizes não nos torna nem um pouco mais adaptados. Em termos gerais, é nada mais que dizer para trabalharmos juntos, como um time. E o que é família senão um time? Afinal, todos buscamos o bem coletivo.

Sabemos hoje que as novas tecnologias e formas de se relacionar influenciam a sociedade como um todo. O ser humano hoje vive mais, a mulher tem mais autonomia, e nunca soubemos tanto sobre o



comportamento humano, não seria a hora de aplicar o conhecimento para uma vida mais feliz? Quebrar com alguns dogmas e regras socialmente impostas, como à indissolubilidade do casamento por exemplo, é algo bom para nossa sociedade. Se existem pessoas que veem o baixo número de divórcios dos séculos passados como algo bom, também deveriam considerar a falta de autonomia feminina, a falta de liberdade dada pelas leis brasileiras e a baixa expectativa de vida como aspectos igualmente bons, pois foram eles grandes influenciadores do número baixo de divórcios.

Não devemos focar em manter relações infelizes, mas dar autonomia as pessoas para buscarem a própria felicidade. Já foi comprovado que os filhos sofrem com conflitos dentro da família, mas não sofrem com pais separados e felizes, novamente: o que importa é o conteúdo das relações humanas.

Se o casamento é um constructo social e evolutivo para cuidar de nossos “filhotes” e, se hoje sabemos que podemos cuidar deles sem necessariamente continuarmos casados, por qual outro motivo nos casar e nos mantermos casados, se não pelo amor e pela felicidade?

Referências

AHRONS, C. R. Family ties after divorce: Long-term implications for children. **Family Process**, v. 46, n.1, p. 53-65, 2007.

AHRONS, C. R. Redefining the divorced family: A conceptual framework for postdivorce family system reorganization. **Social Work**, v. 25, p. 437- 441, 1980.

BROWN, F. H. A família pós-divórcio. Tradução M. A. V. Veronese. In: CARTER, B.; MCGOLDRICK, M. (Eds.). **As mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia familiar**. Porto Alegre: ART-MED, 2001. p. 321-343. (Trabalho originalmente publicado em 1980).

BRUN, G. **Pais, filhos & cia ilimitada**. Rio de Janeiro: Record, 1999.

BUSS, D.; BARNES, M. Preferences in human mate selection. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 50, p. 559-570, 1988.

CARTER, B.; MCGOLDRICK, M. (Orgs.) **As mudanças no ciclo de vida familiar**: uma estrutura para a terapia familiar. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995. (Trabalho originalmente publicado em 1980).

CARUSO, I. **A separação dos amantes**. São Paulo: Diadorim Cortez, 1989.

CHERMAN, S. **Sexo x afeto**. Rio de Janeiro: Sathya, 1993.

FÉRES-CARNEIRO, T. Aliança e sexualidade no casamento e no recasamento contemporâneo. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 3, n. 3, p. 250-261, 1987.

FÉRES-CARNEIRO, T. Separação: o doloroso processo de dissolução a conjugalidade. **Estudos de Psicologia**, v. 8, n. 3, p. 367-374, 2003.

FONSECA, C. Olhares antropológicos sobre a família contemporânea. In: ALTHOFF, E. R.; ELSEN, I.; NITSCHKE, R. G. (Eds.). **Pesquisando a família**: olhares contemporâneos. Florianópolis: Papa Livros, 2004. p. 55-68.

GARDNER, R. Legal and psychotherapeutic approaches to the three types of parental alienations syndrome families. When psychiatry and law join forces. **Court Review**, v. 28, n. 1, p. 14-21, 1991.

GOLDENBERG, M. O macho em crise. In: GOLDENBERG, M. (Org.). **Os novos desejos**. São Paulo: Record. 2000, p. 15-39.

GOTTMAN, J. M. **Why marriages succeed or fail**. Nova York: Simon & Schuster, 1994.

HETHERINGTON, E. M. The role of individual differences and family relationships in children's coping with divorce and remarriage. In:

COWAN, P. A.; HETHERINGTON, M. (Eds.) **Family transitions**. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum, 1991. p. 165-194.

HETHERINGTON, E. M.; COX, M.; COX, R. Effects of divorce on parents and children. In: LAMB, M. (Ed.). **Nontraditional families**. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates, 1982.

HETHERINGTON, E. M.; STANLEY-HAGAN, M. The adjustment of children with divorced parents: a risk and resiliency perspective. **Journal of Child Psychology and Psychiatry**, v. 40, p. 129-140, 1999. doi: 10.1111/1469-7610.00427

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Estatísticas do Registro Civil**. Brasília: IBGE, 2000

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Estatísticas do Registro Civil**. Brasília: IBGE, 2007.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Estatísticas do Registro Civil**. Brasília: IBGE, 2011.

NICHOLS, M. P.; SCHWARTZ, R. C. **Family therapy: concepts & methods**. 5. ed. Boston: Allyn & Bacon, 2001.

NOCK, S. L. Family life-cycle transitions: longitudinal effects on family members. **Journal of Marriage and the Family**, v. 43, p. 703-713, 1981.

PECK, J. S.; MANOCHERIAN, J. O divórcio nas mudanças do ciclo de vida familiar. Tradução M. A. V. Veronese. In: CARTER, B.; Mc-GOLDRICK, M. (Eds.). **As mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia familiar**. Porto Alegre, RS: Artmed. 2001. p. 291-320. (Trabalho originalmente publicado em 1980).

RASMUSSEN, P. K.; FERRARO, K. J. The divorce process. In: EDWARDS, J. N.; DEMO, D. H. (Orgs.), **Marriage and family in transition**. Boston: Allyn & Bacon, 1991. p. 65-85.

SINGLY, F. Un drôle de je: le moi conjugal. **Dialogue**, 1988.

SOUSA, A. M.; BRITO, L. M. T. Síndrome de alienação parental: da teoria norte-americana à nova lei brasileira. **Psicologia Ciência Profissão**, v. 31, n. 2, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932011000200006&lng=en&nrm=i-so>. Acesso em: 28 Feb. 2015. <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-98932011000200006>.

SOUZA, R. M. Depois que papai e mamãe se separaram: um relato dos filhos. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 6, n. 3, 203-211, 2000.

SOUZA, R. M.; RAMIRES, V. R. **Amor, casamento, família, divórcio... e depois, segundo as crianças**. São Paulo, SP: Summus, 2006.

TRAVIS, S. **Construções familiares**: um estudo sobre a clínica do recasamento. 2003. Tese (Doutorado) - Departamento de Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2003.

VAISTMAN, J. **Flexíveis e plurais**. Rio de Janeiro: Rocco, 1994.

WAGNER, A.; FÉRES-CARNEIRO, T. O recasamento e a representação gráfica da família. **Temas em Psicologia**, 2000.

WILLI, J. A construção didática da realidade. **O casal em crise**. São Paulo: Summus, 1995.

WOODS, E. M. A. S. **Um estudo sobre o recasamento no Brasil**. 1987. Dissertação (Mestrado) - Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 1987.