

Psicodrama com casais

GISELA CASTANHO (ORG.)



PSICODRAMA COM CASAIS

Copyright © 2016 by autores

Direitos desta edição reservados por Summus Editorial

Editora executiva: **Soraia Bini Cury**

Assistente editorial: **Michelle Neris**

Revisão técnica: **Mariana Kawazoe**

Capa: **Alberto Mateus**

Produção editorial: **Crayon Editorial**

Impressão: **Sumago Gráfica Editorial**

Editora Ágora

Departamento editorial

Rua Itapicuru, 613 — 7ª andar

05006-000 — São Paulo — SP

Fone: (11) 3872-3322

Fax: (11) 3872-7476

<http://www.editoraagora.com.br>

e-mail: agora@editoraagora.com.br

Atendimento ao consumidor

Summus Editorial

Fone: (11) 3865-9890

Vendas por atacado

Fone: (11) 3873-8638

Fax: (11) 3872-7476

e-mail: vendas@summus.com.br

Impresso no Brasil

Sumário

PREFÁCIO	7
Gilda Castanho Franco Montoro	
INTRODUÇÃO	13
Gisela M. Pires Castanho	
PARTE I – DEFININDO O CAMPO:	
NADA MAIS PRÁTICO QUE UMA BOA TEORIA	
1 A DIFÍCIL ARTE DE VIVER A DOIS	19
Marta Echenique	
2 TERAPIA DE CASAL E PSICODRAMA: PARA ALÉM DA TÉCNICA, UM PROFUNDO ENCONTRO	31
Vivien Bonafer Ponzoni	
3 UMA RELAÇÃO TÃO ESPECIAL: TERAPIA DE CASAL E O PROCESSO DE (DES)IDEALIZAÇÃO	47
Maria Amália Faller Vitale	
PARTE II – A BELEZA DA TEORIA EM AÇÃO	
4 TERAPIA DE CASAL DA OUTRA ENCARNAÇÃO: REFLEXÕES A RESPEITO DE UMA EXPERIÊNCIA CLÍNICA MUITO ORIGINAL	73
Gisela M. Pires Castanho	
5 SOCIODRAMA DE CASAL: DINHEIRO-FAMÍLIA-SENTIDO DE VIDA	87
Julia M. Casulari Motta	

6	A MULHER FERIDA E A SÍNDROME DE ESTOCOLMO	99
	Dalmiro Manuel Bustos	
7	PSICODRAMA E TERAPIA DE CASAL: COMO EU FAÇO	115
	Marina da Costa Manso Vasconcellos	
8	INFIDELIDADE: DILEMA ENTRE DESEJO E COMPROMISSO	129
	Maria Cecília Veluk Dias Baptista	
9	TERAPIA DE CASAL E PERDA AMBÍGUA	147
	Mônica R. Mauro	
10	A ABORDAGEM PSICODRAMÁTICA DAS DIFICULDADES SEXUAIS . . .	167
	Maria Cristina Romualdo Galati	
PARTE III – A RIQUEZA DA INTEGRAÇÃO		
11	AS DIFICULDADES DO VÍNCULO CONJUGAL NA ATUALIDADE: COMO TRABALHÁ-LAS COM O SOCIODRAMA FAMILIAR SISTÊMICO/CONSTRUCIONISTA	189
	Maria Rita Seixas	

Prefácio

Gilda Castanho Franco Montoro

É UMA HONRA RECEBER O convite para prefaciá-lo este livro, cujos excelentes artigos nos fornecem não só subsídios para melhor compreender a relação conjugal, mas também inúmeros e criativos instrumentos que ajudam a praticar a arte e ciência da terapia de casal.

A conjugalidade pode ser pensada como um sistema de trocas de informação, energia e afeto, sistema esse que, como um ser mitológico de múltiplas faces, desafia continuamente tanto os parceiros em busca da felicidade quanto o terapeuta chamado a intervir numa relação de ajuda.

Repassando minhas memórias de décadas de trabalho como psicoterapeuta, penso que mesmo em terapia individual e de grupo as queixas mais frequentes que ouvi em consultório são sobre dores de amor, em especial relacionadas ao tema do amor conjugal.

Nossos maiores sonhos, nossos maiores sofrimentos estão talvez ligados à busca do amor – à procura de uma pessoa amada, à construção de uma relação amorosa, à sua manutenção num bom nível de qualidade e também à ansiedade e ao medo, quando o vínculo é ameaçado, assim como à dor psíquica e ao processo de luto que se seguem a um rompimento.

Ao que tudo indica, em nosso momento atual da sociedade ocidental, as pessoas estão cada vez mais preocupadas com a qualidade de suas relações amorosas. Existe uma enorme valorização – especialmente pelas mulheres – da importância do bom

entendimento e da intimidade conjugal como uma precondição necessária (embora talvez não suficiente) para uma percepção subjetiva de felicidade.

Amor é percebido como condição desejável e virtuosa.

O casamento tem sido idealizado como uma instituição em que se almeja ser feliz para sempre, numa relação companheira e igualitária. Supõe-se que o casal deveria levar uma vida criativa que evitasse o tédio e a falta de significado, com apoio mútuo entre os cônjuges; tal união proporcionaria um crescimento da personalidade dos dois – cada um ajudaria o outro nesse objetivo de autodesenvolvimento e completude do eu.

A falta de um amor conjugal que traga nutrição afetiva e sentido à vida é percebida como motivo de infelicidade por milhões de seres humanos. Acredita-se que ele, se bem-sucedido, promete o poder da autoconsciência de uma maneira qualitativamente diferente de outros caminhos para a transcendência – a ele são atribuídas as responsabilidades de ser o portador do sagrado e o contrapeso das misérias da existência humana.

Em outras épocas e lugares, esperava-se, talvez com maior frequência, encontrar sentido de vida na religião, no trabalho, no heroísmo, na maternidade, na meditação. Hoje, esperamos de nossos casamentos que nos preencham de maneira tão completa que, ao que tudo indica, os problemas conjugais possam estar sendo agravados por expectativas impossíveis de atingir.

Apesar de o amor conjugal ser tão importante na vida de quase todos nós, a psicologia, até recentemente, estudou muito pouco seus fenômenos. Esse estudo desabrochou de forma modesta nos anos 1980 e 1990, com pouquíssima conexão com as áreas de terapia de casal e família. Em uma pesquisa sobre o assunto que fiz há duas décadas, a palavra *amor* não era nem mencionada em diversos livros básicos e clássicos da área de terapia de casal e família, embora todos, na prática, analisem diversos tipos de patologia amorosa.

É como se na psicologia esse termo fosse maldito; em algum lugar li que “love is a four-letter word” (grande parte dos palavrões em inglês é constituída por palavras com quatro letras).

Uma honrosa exceção é Dalmiro Bustos (2001, p. 18), autor do livro *Perigo... Amor a vista*, sobre relacionamento conjugal e psicodrama de casais, que afirma:

Definir relações amorosas é animar-se a romper com os mitos do conhecimento e permitir que Psique nos conduza a Eros e que este nos atire seus dardos. Passamos parte da vida desejando ser feridos pela desejada e temida flecha, e a outra metade queixando-nos por tê-lo permitido.

As definições gerais de amor, encontradas em dicionários ou em publicações científicas (que abrangem o amor conjugal, mas não são específicas a ele), enfatizam duas vertentes:

- a. sentimentos de preocupação, de cuidado e proteção com o bem-estar do amado;
- b. desejo de proximidade com o amado, que é percebido como um ímã, um polo de atração positiva.

Freud e Jung focalizam a relação mãe-filho como o protótipo de todas as relações de amor. Moreno a considera a base da Matriz de Identidade, fundamental para o aprendizado emocional e o alicerce do desenvolvimento psíquico da criança. Na relação mãe-filho temos um lado basicamente doador, altruísta, benevolente – a mãe que cuida – e outro basicamente receptivo, incorporativo, preocupado com o próprio bem-estar – a criança que é cuidada. A relação é complementar, não simétrica. Mas os dois lados buscam o mesmo fim, que é o bem-estar da criança.

A maior parte das definições teóricas, assim como pesquisas com diversas amostras para investigar o significado do termo *amor*, enfatiza esses dois aspectos – **o cuidar e o desejo**

de proximidade. Esse fato torna claro que o termo *amor*, na consciência coletiva, está impregnado da simbologia do que Jung nomeou de Arquétipo da Grande Mãe em seus dois polos – por um lado, a mãe que cuida e protege, visando ao bem-estar do filho; por outro, a criança apegada, que busca a proximidade materna como fator de segurança e conforto.

Embora muitas definições gerais (encontradas em dicionários ou em publicações científicas) enfatizem o lado **doador** do amor, as pessoas quando pensam em suas relações amorosas, em especial nas de amor romântico, frequentemente enfatizam o lado **receptivo**; em terapia quase todas reclamam de parceiros que não as amam de verdade, desejam receber mais atenção, aceitação etc. Nessas quatro décadas em que tenho trabalhado com terapia de vínculos (casal e família), ouvi milhares de queixas de pessoas que se sentem mal-amadas, ou seja, acham que recebem pouco; contudo, talvez não tenha ouvido nem uma centena de queixas derivadas do fato de a pessoa estar consciente de não se sentir capaz de se dar no amor.

Persiste na consciência coletiva da conjugalidade ocidental moderna a nostalgia de ocupar o papel de filho muito amado de maneira incondicional e projetar no cônjuge a simbologia de uma mãe-placenta perfeita que nutre o parceiro de coisas boas, ao mesmo tempo que remove as toxinas da vida diária. É compreensível, portanto, que a maioria das relações conjugais envolva tanta complexidade e contradição, sendo palco de muita frustração e desapontamentos.

Na teoria, **amar é dar**; na prática – o funcionamento do nosso piloto automático inconsciente –, **amar é receber**. Como consequência, um número enorme de pessoas queixa-se, constantemente, por não receber dos parceiros a quantidade e qualidade de atenção e amor desejados. Ao mesmo tempo, essas pessoas ressentem-se da quantidade e qualidade das queixas e cobranças de atenção e disponibilidade feitas por seus parceiros. Cada um quer receber mais, mas acha que já dá o suficiente.

Podemos concordar que a tarefa dos terapeutas de casal no mundo em que vivemos é um grande desafio?

Este livro, que apresenta a teoria alinhavada com a prática moreniana na terapia de casais da atualidade, contribui com ricos e férteis instrumentos para nos ajudar a enfrentar esse desafio. Sua leitura foi para mim um momento de prazer, uma possibilidade de refletir e também de matar as saudades do pensamento de muitas queridas amigas, que, assim como eu, se dedicam com paixão a trabalhar com relações de amor.

Introdução

DESDE O COMEÇO DO namoro os casais formam um tecido relacional, que é a base do casamento. Esse tecido é feito de afetos, escolhas, reações e decisões. É aquilo com que se conta ao pensar no vínculo com o parceiro. Quais são os pontos fortes? Quais são os pontos fracos? Cada relacionamento tem suas características, tecendo-se na convivência uma trama peculiar.

A terapia de casal cuida desse tecido que às vezes chega esgarçado, quase se rompendo. O terapeuta mostra quais aspectos estão fortes e resistentes e em que ponto esse vínculo é fraco e precisa ser cuidado e protegido. Na maioria das separações o tecido termina por se romper e dói, pois alguns aspectos da relação se mantêm vivos e gratificantes, apesar da decisão de separação.

Além dos dois indivíduos que se relacionam, precisamos pensar o casal como seres vivos que constroem sua história e têm seus interesses, às vezes opostos aos dos indivíduos que o constituem – o que pode parecer paradoxal, mas sabemos que muitas vezes, para se manterem casados, os parceiros abrem mão de parte de seus interesses pessoais. O compromisso e a lealdade com a relação podem ir contra alguns ideais do indivíduo, especialmente em relações longas nas quais as prioridades mudam. Por isso encontramos tantos casamentos esvaziados, necessitando de novos pactos e de reformulações que poderão, talvez, por meio da terapia de casal, levar a recasamentos com o mesmo parceiro. É preciso esclarecer as expectativas que, no passado, levaram aquelas duas pessoas a se juntar como casal, reorganizando as relações

para que “estar junto” seja significativo para ambas. É preciso sentir que se está sempre aprendendo alguma coisa na convivência com o companheiro para que faça sentido estar junto.

O que neste livro chamamos de casal inclui todas as díades amorosas, heteroafetivas ou homoafetivas. O que queremos é falar como trabalhamos psicodramaticamente com casais, explorando diferentes maneiras de lidar com questões que surgem na clínica particular, nas comunidades ou na instituição.

Casal não é uma definição simples. Aqui o compreendemos como um par que se intitula casal, sem importar há quanto tempo estão juntos, se têm “papel passado”, se são só namorados, se se amam ou se já se escolheram como parceiros no passado e não se amam mais. Podem se intitular como casal apesar de se odiarem ou viverem insatisfeitos com a relação conjugal e em constante conflito.

A terapia de casal é um sociodrama. Durante a sessão, enquanto o terapeuta vê a relação concreta acontecendo diante dele, querendo ou não, o casal o incluirá na sua maneira de conviver, fazendo-o cair em suas ciladas relacionais e enredando-o em seus jogos de poder e controle. O terapeuta testemunhará o padrão de comunicação e poderá entrar nas suas armadilhas, muitas vezes ingenuamente.

A terapia é solicitada em função de dificuldades consideradas insolúveis, pois os recursos do casal estão quase esgotados ao chegarem à sessão inicial. Cada um dos cônjuges pensa que a intervenção do terapeuta pode modificar a situação a seu favor e fica temeroso ao que lhe pareça desfavorável. As respostas do especialista são passíveis de ser deturpadas pela expectativa dos cônjuges. Interessa a ambos influenciar o julgamento dele e, se puderem, tê-lo como aliado. Muitas vezes explico: “Não sou juiz!”, quando pedem para me posicionar diante de uma situação de conflito do casal. “Eu trabalho 12 horas e quando chego em casa ele ainda me pede para que eu cuide de seu jantar. Você não acha que eu tenho razão para brigar, doutora?”

Para fugir das armadilhas e do convite à coalizão com um dos membros da díade, precisamos recorrer ao pensamento sistêmico, o qual entende que duas pessoas interagindo formam um sistema diferente de dois psiquismos somados. Qualquer mudança em uma das partes reflete no todo, pois o sistema busca equilíbrio e homeostase; assim, seu ajustamento é contínuo. Toda mudança é circularmente retroalimentada: ou para deixar o sistema funcionando como antes (só mudam as aparências), ou para realmente mudar o seu padrão de funcionamento, e assim um comportamento diferente e mais funcional substituir o anterior.

No psicodrama, assim como no pensamento sistêmico, o indivíduo não pode ser concebido de forma isolada do grupo. O terapeuta está inserto no sistema que observa, faz parte dele, não é neutro. Sabendo que faz parte do sistema observado, ele não tem a ilusão de ter uma visão objetiva ou neutra. A subjetividade e a autorreferência são aceitas e usadas como ferramentas de trabalho. “Só reconheço no outro aquilo que conheço em mim”, ensina-nos Adalberto Barreto, criador da terapia comunitária, em suas palestras.

O terapeuta precisa conhecer bem sua própria história de vida para encontrar nela as ressonâncias que o conduzirão pela exploração dos múltiplos significados das experiências do casal. O solilóquio do terapeuta diria: “Isso que escuto desse casal acorda qual dimensão da minha existência? No que me toca? Como me sinto quando estou com eles?” Esse sentimento do especialista, baseado na sua experiência de vida, vai conduzi-lo a pensar na melhor maneira de trabalhar com o casal e seus conflitos.

A relação conjugal é um sistema que se auto-organiza e tem alto grau de estabilidade dinâmica. Ou seja, sofre flutuações contínuas, múltiplas e interdependentes. O casal saudável é um casal flexível. A terapia de casal busca desvelar a trama oculta das inter-relações pela qual os problemas se manifestam e bloqueiam a espontaneidade e a criatividade promotoras de saúde.

Este livro foi escrito para todos aqueles que se interessam por terapia de casal e por psicodrama. Inicialmente foi pensado para terapeutas, mas acreditamos que possa instigar todos os envolvidos com o tema. São 11 capítulos escritos por psicodramatistas com experiências diversas. Os temas foram desenvolvidos com ênfase na forma como o terapeuta atua, portanto os textos estão repletos de exemplos nos quais os profissionais mostram como exercem sua prática clínica. Esperamos que a obra ajude o leitor a levantar novas indagações e a refletir sobre relações humanas, amor, conjugalidade e tantas outras questões quanto o pensamento e a imaginação possam alcançar.

GISELA M. PIRES CASTANHO

PARTE I

Definindo o campo: nada mais prático que uma boa teoria

1. A difícil arte de viver a dois

Marta Echenique

“Amar também é bom,
porque o amor é difícil.

O amor de duas criaturas humanas
talvez seja a tarefa mais difícil que nos foi imposta,
a maior e última prova,
a obra para a qual todas as outras
são apenas uma preparação.”

(RANIER MARIA RILKE, 1989)

A BUSCA DA FELICIDADE por meio da vida amorosa ocupa um espaço central na vida das pessoas. Contudo, viver bem a dois é um grande desafio e um ideal bastante difícil de alcançar. No cotidiano dos consultórios de psicoterapia deparamos com sujeitos em conflito, os quais, diante do que consideram o fracasso da relação amorosa, examinam os próprios comportamentos e os do parceiro, procurando definir e imputar culpas e responsabilidades, em verdadeiros duelos verbais. A frustração pelas expectativas não concretizadas provoca reações diversas, como raiva, culpa, insegurança, baixa autoestima, impotência e perplexidade. Ambos sofrem e não sabem o que fazer, pois não reconhecem o que está acontecendo com o seu amor, agora mergulhado em ressentimentos e mágoas.

Para aprofundar o entendimento dos insucessos dos casamentos, que se iniciam com tantos projetos de felicidade, temos de ampliar o foco, deixando de pensar em bons ou maus desempenhos de responsabilidade individual, numa visão de “mocinho e bandido”. Devemos incluir na análise alguns processos macrosociais complementares às escolhas e condutas individuais: as diferenças na estruturação da identidade de gênero, como