

O CICLO DE VIDA DO CASAL *

Marli Kath Sattler
Laíssa Leopardo Eschiletti
Laura Afonso de Bem
Márcia Schaefer

Resumo

O subsistema conjugal possui um ciclo de vida próprio com fases relativamente previsíveis no que se refere a seqüência, mas não em sua duração.

Abstract

As a subsystem a couple's relationship has its own life cycle. The couples pass into phases that can be predicted in their sequence, but not in their duration.

Assim como a família apresenta um ciclo de vida de acordo com o momento que está vivendo, o casal, também apresenta um ciclo próprio, cujas fases são relativamente previsíveis (respeitando-se os fatos da vida). Em ambos os ciclos existem pontos críticos, períodos de transição e crises, que induzem a modificações na interação de seus membros, modificações essas necessárias para a manutenção de uma relação satisfatória.

A seqüência do ciclo da vida do subsistema conjugal, descrito por Campbell (1) entretanto, não parece encontrar concomitância ao ciclo de vida familiar, uma vez que os casais têm filhos em momentos diferentes do ciclo: iniciam a relação grávidos, demoram a tê-los ou não os têm. Existe, sim, uma interação estreita entre os acontecimentos de um ciclo no funcionamento do outro. Por exemplo, o nascimento ou a saída de um filho do lar influenciam na relação do casal que necessita ajustar seu funcionamento à nova realidade. Da mesma forma, a relação do casal interfere no comportamento e nas interações dos outros membros da família (alianças,

*Nova versão revisada por Marli Kath Sattler

coalizões, intermediação dos filhos na relação dos pais). Enquanto (a) um casal consegue estabelecer um funcionamento produtivo na criação comum dos filhos preservando tanto interesses individuais quanto do casal; (b) outro realiza todas as atividades em comum, sem espaço individual; (c) enquanto outro, ainda, executa a criação dos filhos unidos como pais, ou não, e distanciados como casal.

O ciclo de vida no casal inicia-se em estágios anteriores ao casamento propriamente dito, pois é influenciado pela família de origem de cada um. O ambiente familiar prévio desempenha um papel fundamental na seqüência dos acontecimentos na medida em que prepara ou não o indivíduo para uma vida separada dos pais. (2)

Nas primeiras experiências amorosas, os jovens se lançam às aventuras da conquista sem a preocupação de selecionar um(a) parceiro(a) mais estável. Nessa experimentação, a pessoa busca encontrar um companheiro que se encontre apto e desejoso de aceitar algo daquilo que o outro também espera resolver: seus conflitos infantis. Portanto, o interessar-se por uma determinada pessoa, embora pareça um acontecimento casual e aleatório, está estreitamente vinculado às vivências infantis da pessoa, com sua mãe e seu pai, e de como esta percebeu a relação dos pais entre si, como casal. Assim, o apaixonar-se supõe uma reciprocidade e complementaridade das necessidades e anseios que fazem parte da vida a dois.(3)

A fase do *apaixonar-se* exige o reconhecimento do amor, ou seja, um membro deverá assumir que está realmente apaixonado pelo outro, tentando ativamente estabelecer a conexão. Este sentimento poderá ser correspondido ou não. Com o enamoramento mútuo surge a fantasia de unidade, com uma forte tendência à idealização do outro e à evitação da consciência das dificuldades.(1)

Apesar da idealização do parceiro (e por projeção introjetiva a si próprio) ser inerente ao apaixonar-se, quando esta é excessiva, torna-se difícil validar a pessoa do outro e de reconhecer suas características e necessidades individuais. Esta situação pode causar tensões extras ao casal, futuramente (se não no presente).

O *pânico pré-nupcial* é mencionado por Pittman (4). Tem-se observado, que às vésperas do casamento tende a ocorrer um esfriamento do relacionamento como uma tentativa de voltar atrás e ver se cada um ainda pode dizer-se dono da sua vida, e responsável pelo grau de aproximação ou afastamento de seu futuro cônjuge. Essa situação era mais comumente desencadeada pelo sexo masculino, mas atualmente cada vez mais tem se apresentado também nas mulheres.

A reação do parceiro(a) a esse distanciamento é fundamental. Se este se desespera, com comportamentos de dependência e desvalia a relação pode terminar, ao passo que, se reage com tristeza, mas assinalando que pode sobreviver, a relação se solidifica.

Desde que os casais jovens passaram a renunciar à *cerimônia de casamento* é que se tornou mais evidente sua importância. A realização deste ritual propicia a modificação da natureza do relacionamento existente entre duas pessoas antes dele. É um marco, não só para as famílias de origem que devem agora assumir uma forma diferente de relacionamento com seus filhos, mas também para o casal que inicia uma nova fase em busca da independência, ao mesmo tempo que da conservação do vínculo emocional com os parentes. (2)

Neste período inicial do casamento é imprescindível que os cônjuges elaborem uma série de acordos (alguns explícitos outros não verbais) sobre como interagir com seus familiares, como lidar com as diferenças existentes entre ambos enquanto indivíduos e, ainda, com os aspectos práticos da vida a dois. As decisões, aqui, são permeadas pela concepção de cada um a respeito do modelo familiar e pelo que foi aprendido até então.

Após o casal já estar casado (relação estável assumida) há algum tempo (tempo variável, dependendo de cada um), surge o *final do período do romance* (1). Alguns casais entram em pânico ao perceber a modificação da relação. Esta fase começa com o reconhecimento de que "você não é quem eu pensei que você fosse" ou "nós não somos quem pensávamos que fôssemos". O sentimento de unidade é substituído pela experiência de divisão, gerando desilusão e desapontamento. A luta pelo poder pode ser uma resposta à tentativa de conseguir aquilo que o parceiro(a) acenava no início da relação, bem como uma forma de retaliação pelo desapontamento gerado.(1)

Esta fase termina quando a pessoa consegue se desfazer das ilusões e aceitar quem eles são e o que realmente têm na relação. Se o casal sobrevive a esta fase tem condições de alcançar um estágio mais estável com maior tranquilidade.

A *fase da estabilidade* (1) pode surgir, portanto, quando o casal reconhece que não tem condições de conseguir à força o que deseja do outro. Este estágio, que chega a durar anos, em alguns casos, pode finalmente ceder lugar à estabilidade através do perdão e da aceitação das características individuais de cada um.

O casal passa a ter expectativas mais claras a cerca do par-

ceiro e um conjunto de regras que facilitam a negociação das diferenças. A relação já não é mais tão questionada e flui mais normalmente pois a atenção do casal não está mais centrada unicamente no vínculo. Já há um reconhecimento de que suas necessidades não se restringem somente ao relacionamento, permitindo espaços para a individualidade. Há outras partes de sua personalidade que voltam a ser valorizadas, como por exemplo: investimento no estudo ou trabalho, no grupo de amigos, prática de esportes individual.

O risco desta fase é de que o casal possa apreciar tanto a falta de conflitos pelo sofrimento que causaram na fase anterior, que, com isso passa a não permitir inovações. Pode ocorrer também que o investimento em aspectos individuais seja tão intenso que resulte em um afastamento demasiado entre ambos.

A consciência deste afastamento gera duas situações diferentes. Pode levar o casal à separação por não haver mais interesse nem sentido reinvestir no vínculo porque o que foi construído até então se rompeu. A outra possibilidade é introduzir o casal na nova fase a *do comprometimento* (1).

Neste estágio, os parceiros descobriram a liberdade da opção como uma forma de negociação sem entrar na luta de poder. A pessoa sente que pode ceder sem que isso represente uma perda, podendo também ser firme na defesa de suas necessidades.

O casal adquire, neste momento, a "capacidade de manejar a tensão e o conflito inerente ao problema de amar a pessoa e odiar algo que a pessoa faz". Eles agora se sentem um casal comprometido com um futuro conjunto, dando início à fase seguinte: a da *co-criação* (1).

Nesta fase o casal se sente comprometido com um futuro conjunto e muitos deles se sentem em condições de devolver ao mundo o que construiu ao longo da vida em comum. Dedicam-se frequentemente à vida comunitária, no sentido de compartilhar com outras pessoas as experiências adquiridas podendo também envolver-se em projetos comuns. Como nas outras fases, há um risco: o de que essa dedicação ao mundo possa tornar-se tão intensa que pouca energia é canalizada ao cuidado da relação.

Ao analisar todas as fases do ciclo de vida do casal pode-se concluir que em cada uma delas há um potencial tanto de união quanto de afastamento. Existem períodos alternados onde prevalece o movimento em uma ou outra direção. No interjogo desta oscilação é importante que o casal possa tolerar estes momentos sem cair nos extremos da fusão ou do desligamento.

O casal necessita, portanto, ter condições de suportar o "stress" inerente a cada fase, de forma que reste sempre um "quantun" de energia para reinvestir na relação, mantendo o desejo mútuo de conservar o vínculo.

Alguns casais executam esta dança intuitivamente com êxito. Outros, entretanto, apesar de possuírem o desejo de manter a relação não sabem como fazê-lo, intensificando o "stress". Se o casal não tolera mudanças e se fixa em interações rígidas, a tensão criada em uma determinada fase se incorpora na relação e a acompanha de forma mais duradoura, gerando sofrimento não produtivo, uma vez que este não é utilizado como ponto de partida para negociações. Estas pessoas podem permanecer juntas, distantes por um longo período ou pelo resto da vida. Dois exemplos de relacionamentos serão apresentados a seguir.

Casados há 11 anos, pais de dois filhos, Lúcio transporta Ana para todos os lugares que ela deseja, mesmo que isso atrapalhe freqüentemente sua atividade profissional, porque Ana não sabe dirigir e não gosta de chamar um táxi. Além disso, realizam todas as atividades (médico, shopping, supermercado, clube) juntos. Ana e Lúcio mantêm o funcionamento do ciclo próprio de relações recentes, quando predomina a fantasia da unidade e a evitação das diferenças, não tendo conseguido evoluir para um comportamento mais autônomo sem que ambos se sentissem ameaçados.

Manoel e Lílian, casados há 36 anos, já aposentados, continuam tentando definir quem tem mais poder nas decisões, ao não conseguirem decidir se vão morar no sítio, há 25 minutos da cidade, ou se permanecem na casa atual. O fato da pequena distância entre os dois lugares não parece facilitar a negociação. Segundo o relato dos filhos, os 36 anos ocorreram em "pé de guerra", tendo sido permanentemente chamados a intercederem na relação. Manoel cresceu em uma família onde o papel da mulher era o de dar suporte à realização profissional do marido, acompanhando-o nas inúmeras mudanças exigidas na profissão. Já Lílian cresceu em uma família na qual o papel da mulher era forte e definido. Sua mãe, viúva jovem com três filhos, assumiu a coordenação da microempresa de seu marido quando este faleceu. Este casal continua tentando decidir quem tem mais poder na relação, conflito característico da fase

final do período de romance, quando um ainda não desistiu de tentar moldar o outro dentro de suas expectativas, e de castigar o parceiro pela decepção de suas expectativas não realizadas.

O ritmo e a evolução do processo do casal depende portanto das características pessoais, da escolha da relação com as famílias de origem e dos contratos inconscientes, bem como das pressões que a vida exerce sobre a díade (dificuldades econômicas, perdas, mudanças, traições, recasamentos, etc.).

Um casal pode avançar no ciclo de forma mais tranqüila, rápida ou lentamente, outro pode avançar com turbulências, mas com negociação e crescimento. Já outro pode paralisar em um determinado estágio, ver seus filhos grandes e sua aposentadoria chegar e ainda estar envolvido em conflitos característicos de fases mais iniciais.

Vê-se nestes casos a possibilidade da intervenção de um terapeuta de casal a fim de que este possa ajudá-los a encontrar novas alternativas, que pode ser tanto a de manter a relação quanto a decisão de separação. Qualquer um dos caminhos envolve sofrimento.

No caso de decidir manter a relação, o casal necessita trabalhar as mágoas para chegar ao processo do perdão. Para que isso aconteça é necessário que cada um reconheça suas dificuldades e se responsabilize por sua própria mudança; ao mesmo tempo em que aprende a expressar suas próprias necessidades mais claramente além de tornar-se sensível às necessidades do parceiro (4).

Já na decisão de separação, o sofrimento decorre do reconhecimento de que a relação não deu certo o que leva ao luto pela perda tanto do que foi construído junto, quanto do que foi planejado e não terá mais a oportunidade de se concretizar. Além disto, o sofrimento também está ligado às mudanças de vida que a separação introduz, principalmente relacionadas à questão dos filhos e da condição econômica.

Enfim, além do interesse mútuo e investimento em permanecer próximos, é importante que a relação permita espaço para reinvestimento individual. Ao mesmo tempo se faz necessário a flexibilidade para que o contrato inicial possa ser modificado de forma que a relação possa evoluir e amadurecer em sintonia com a vida, uma vez que na sustentação do casal encontram-se dois indivíduos que se empobrecidos como pessoas, empobrecem a relação e se fortificados, tem o que reinvestir nesta.

Referências

- (1) Campbell, Susan (1994). The couple's journey. Estados Unidos: Impact Publishers.
- (2) Haley, Jay (1980).Terapia não convencional. São Paulo: Summus.
- (3) Klein, Melanie & Riviere, Joan (1975). Amor, ódio e reparação. Rio de Janeiro: Imago.
- (4) Pittman, Frank (1994). Mentiras privadas - a infidelidade e a traição da intimidade. Porto Alegre: Artes Médicas.