

Indagações para o estabelecimento de relações amorosas que geram desenvolvimento e construção

Flávia Diniz Roldão

*Morrer de amor é assim
como uma causa perdida.*

*Eu sei, e falo por mim,
vou morrer cheio de vida.*

Joaquim Pessoa

Como terapeuta, busco refletir acerca do estabelecimento de relações amorosas que nos fazem bem e geram desenvolvimento, e assim ajudar as pessoas no meu contexto profissional e pessoal. Essa é a motivação para as reflexões que ora compartilho.



Venho estudando como se estabelecem as relações afetivas, as parcerias amorosas, os casais.

Pensei sobre os “amores que nos roubam e os que nos devolvem” (Padre Fábio de Melo), e no livro “O casal nosso de cada dia”, de Solange M. Rosset, que indica que “relacionar-se é uma aprendizagem de adequação às mudanças do ambiente interno e do externo”, e a formação de um casal é a formação de um novo sistema, funcional ou não (ROSSET, 2005, p.82).

Sabemos que tudo começa com a paixão, que pode ou não evoluir para o amor. Sanford (1987, p.27), em seu livro “Parceiros invisíveis”, destaca que “ter a experiência de apaixonar-se equivale a tornar-se aberto aos assuntos do coração de maneira maravilhosa. Pode ser o prelúdio de uma expansão da personalidade e da vida emocional”.

Tenho me indagado acerca dos amores que podem fazer bem, construir e impulsionar o desenvolvimento. Como ajudar as pessoas a reconhecer quando o amor chega em sua vida? E, por outro lado, como ajudar as pessoas a reconhecer e se afastar de amores que lhes fazem mal, adoecem, travam o desenvolvimento e às vezes geram involução?

Os autores aqui citados, dentre tantos outros que estudam o relacionamento amoroso e casais, concordam que as relações amorosas elevam o potencial para gerar mudanças. Quando tais mudanças são férteis impulsionam o desenvolvimento; a resolução de questões subjetivas em aberto; a evolução pessoal. A relação pode então ser destacada como funcional.

Rosset (2005, p.61) afirma que “quanto mais funcional uma pessoa for, individualmente, melhor ela estará para se fundir numa relação, mantendo sua funcionalidade e fazendo com que o relacionamento também seja funcional”. Ela lembra que caracterizam uma pessoa madura, na perspectiva sistêmica, são os padrões funcionais de comportamento que apresenta. Alguns desses comportamentos são por ela descritos (op. cit. p. 59):

- Manifestar-se claramente aos outros. Ter habilidades para expressar o que deseja de forma que possa ser compreendido pelos demais.
- Manter contato com os sinais do seu mundo interno, conseguindo perceber e conhecer o que pensa e sente.
- Ser capaz de ver e ouvir o que está fora de si mesma, percebendo isso como algo separado e diferenciado de si.
- Comportar-se em relação à outra pessoa como alguém separado dela mesma, com características únicas.

Menghi (1995) nos auxilia na compreensão do tema da formação do casal, propondo o conceito de Casal Útil, que possibilita avaliar se a relação está possibilitando a ambos os parceiros evoluir como pessoas e se desenvolverem psicologicamente.

Esse autor entende a constituição do casal a partir de uma perspectiva que considera a formação deste como busca por satisfazer necessidades não anteriormente supridas em sua história de vida, ligada à família de origem de cada um. Afirma:

[...] é muito difícil considerar patológica uma relação conjugal, quando se compreende que as chamadas relações disfuncionais, entre dois membros de um casal, não passam de tentativas de resolver condições disfuncionais precedentes, as quais, por sua vez, representam soluções das mais normais para outras tantas condições patológicas anteriores [...]

Lembra:

[...] é conveniente não fazer referência a um modo de relação de casal melhor, ou mais 'sadio', do que outro, mas a continuidade de um processo, em que uma maneira de se relacionar significa adquirir uma dimensão, ou então abandonar uma dimensão. (p.58).

Essa estratégia do autor para pensar a relação considera a evolução da pessoa no tempo, dentro de sua própria história de vida. Faz lembrar uma premissa importante, na tentativa de compreender a relação de casal, que considera que as pessoas quando vão para a relação são fruto de sua própria e peculiar história de vida.

Ele destaca que um caminho interessante no processo de compreensão se a relação ajuda ao desenvolvimento pessoal é “perguntar se a relação de casal que vivemos está tendo alguma utilidade para nosso desenvolvimento psíquico, e se as modalidades dessa relação têm interesse para nossa evolução”. (op. cit. p. 58).

Daí o seu conceito de “Casal Útil”. Ele mesmo indaga:

“Útil em relação a quê? Para que serve uma relação de casal, para os dois que a compõem, se for utilizada da melhor maneira, a experiência que essa relação comporta? [...] É útil ou não?” (op. cit. p. 59).

E destaca:

“Uma relação de casal pode representar, para os dois membros que a compõem, a forma de psicoterapia mais eficaz [...] uma oportunidade incrível de evolução individual”. (ibidem). Mas elenca que a aceitação da ideia de que ambas as partes do casal podem utilizar a relação amorosa para favorecer o seu desenvolvimento requer a consideração de algumas premissas:

- A relação que o indivíduo tem consigo mesmo é função das relações que aquele indivíduo tem com os outros.
- O parceiro, numa relação de casal, representa escolha privilegiada de intercâmbio relacional.
- Todo indivíduo tem a possibilidade de escolher utilizar sua relação com o parceiro para favorecer a evolução da relação que tem consigo mesmo, ou para mantê-la inalterada.
- O nível de liberdade nas escolhas é diretamente proporcional ao nível de consciência alcançado.

A última premissa aborda a questão da “consciência”, conceito de extrema importância para pensar o seu conceito de “Casal Útil”, e sair do campo das projeções, tema trabalhado por Sanford (1987) ao abordar a relação amorosa. Sanford destaca:

[...] desde que o fenômeno de projeção seja reconhecido, essas imagens projetadas podem, até certo ponto, ser recolocadas dentro de nós, pois podemos usar projeções como espelhos em que vemos o reflexo de nossos próprios conteúdos psíquicos. (p.19).

A capacidade de reconhecer projeções é de extrema importância ao autoconhecimento, afirma. De acordo com a autora deste texto, seria uma forma de aumentar a consciência, e agir proativamente na vida. A projeção ocorre, inicialmente, no estado da paixão, no qual a atenção pelo parceiro amoroso é despertada - uma espécie de encontro de almas – e no qual o outro possui características que não reconhecemos em nós mesmos (embora as possuamos), mas as reconhecemos e amamos nele, até como forma de poder depois, mas só depois, amá-las em nós mesmos.



Geralmente características opostas às que atualmente predominam em nós; e digo 'predominam' pois, na linha de pensamento que seguem Menghi e Sanford, todos nós possuímos em estado potencial a possibilidade de manifestação de diferentes características presentes em ambas as polaridades constitutivas dos seres humanos.

Falando do estado da paixão, Menghi (1995, p. 61) lembra que “dessa maneira, dois mundos, potencialmente existentes dentro de nós, podem se encontrar”. Sanford (1987, p.31) coloca os “Parceiros invisíveis” “como o caminho para chegarmos ao conhecimento de nossas próprias almas”.

Mas a fase da paixão não dura para sempre, como bem frisam Menghi e Sanford. Entretanto, ela pode ou não dar lugar à etapa seguinte: o amor. Quando o casal passa para essa etapa, embora seja ela mais difícil, pois conta menos com os estados inconscientes e as projeções e mais com processos ligados à consciência (consciência que nunca será total, e a eliminação total das projeções não ser possível conforme Sanford), o processo de desenvolvimento da personalidade pode perdurar e aprofundar-se nessa outra etapa da relação.

Menghi alerta:

[...] se não quisermos nos opor, mas colaborar com o nosso crescimento, não há outro caminho senão favorecer a perda de nosso apego a uma personalidade que nunca poderá nos representar inteiramente, e isso pode ser feito com uma boa ajuda do outro membro do casal. (op. Cit. p.64).

Abrir mão de certas características mais fortes em nossa personalidade e acolher a mudança que se apresenta como possibilidades assinaladas e percebidas por meio do contato com o outro na relação - a possibilidade de mudança e desenvolvimento contínuo.

Cabe destacar que atualmente já se tem amplo conhecimento de que o desenvolvimento humano é um processo que pode iniciar-se com o

nascimento, e só se findar com a morte. Mas estamos destacando aqui é que a relação amorosa pode ter um grande potencial enriquecedor construtivo e reconstrutivo constante na vida, transformando aspectos disfuncionais de ambos os parceiros. Para Prado (2004 p. 60), são os “amores que curam”.



É apropriado, aqui, indicarmos o filme “Diário de uma paixão” (2004),¹ dirigido por Nick Cassavetes, para apreciação como exemplo ilustrativo do tema abordado.

Para Menghi, o trabalho de aprender a favorecer a utilização do que acontece espontaneamente com o casal, e tirar vantagem do que estão vivendo, em prol do seu desenvolvimento, comporta um risco: “O risco de ficar acordados”, tomar maior consciência de si, e evoluir. E orienta: “Não queremos correr esse risco? Não tem problema, eis a receita, em quatro mandamentos”: (op. Cit., p.65)

- Use sua mulher ou seu marido como lata de lixo para todas as funções em que você não gosta de se reconhecer, e continue pensando que só dizem respeito a ela/ele.
- Use a pessoa que você escolheu para confirmar sua própria personalidade.
- Nunca procure conhecer o outro, senão vai se aproximar de sua própria identidade.
- Continue confundindo personalidade com identidade. Assim, “sua imagem estereotipada do outro será mais adequada para manter suas próprias convicções”.

E lembra o autor: “Aprender a olhar o outro no casal significa aprender a ver a si mesmo” (op. cit. p. 66).

Menghi e Sanford, autores em diálogo e bastante discutidos até aqui, ajudam-nos na compreensão do fenômeno de que a relação com o outro afeta os envolvidos. E pode afetá-los de modo positivo. E essa foi a perspectiva inicial que buscamos desenvolver.

Contudo, o afetamento pode ser negativo - os amores que adoecem –, como destaca Prado (op. cit.). Ele ressalta que as relações amorosas “contêm elementos amorosos e agressivos em proporções diversas. Algumas interações provocam o lado mais violento e destrutivo dos participantes, outras estimulam o melhor de cada um” (op. cit. p. 53).

¹ Numa clínica geriátrica, um residente lê para uma interna demenciada a história de Allie Hamilton e Noah Calhoun, dois jovens enamorados que se conheceram em 1940. Filme norte-americano dirigido por Nick Cassavetes, 2004.

Lembra:

[...] a clássica afirmação de que os relacionamentos repetem as relações primordiais é verdade apenas parcialmente – os indivíduos também aprendem com as relações que vão vivenciando ao longo da vida, em especial os relacionamentos amorosos mais significativos. (op. cit. p. 54).

Enfatiza que as pessoas se modificam ao longo da vida e “não são as mesmas nas diferentes relações que estabelecem” (p. 55). Essa afirmação do autor é especialmente relevante quando se pensa a terceira idade, pois trata-se de uma etapa do ciclo vital com grande acumulação de experiências e ressignificações pelas pessoas de mais idade. Ele indica que as relações que sufocam e constroem os indivíduos, e aquelas nas quais afloram altos níveis de violência, são empobrecedoras.

Dentro da ideia de comparar o indivíduo consigo mesmo no processo de evolução e mudanças ao longo de sua vida, é possível perguntar: quanto essa relação atual estabelecida possibilita à pessoa expressar o melhor de si mesma, e desenvolver-se como pessoa?

As ideias anteriormente trazidas, fazendo dialogar os autores mencionados, oferecem inicialmente indicadores de como ajudar as pessoas, jovens e adultas, de menos ou mais idade, a identificar o potencial de um relacionamento amoroso útil, e funcional, e responderem a si mesmas se a relação amorosa na qual se encontram envolvidas é boa para si, e merece investimento pessoal.



Tal avaliação além de não ser fácil, envolve outros elementos complexos. Contudo, imagino que as questões aqui discutidas favoreceriam, inicialmente, uma reflexão não apenas fornecendo subsídios avaliativos a pessoas mais jovens, que podem ter menos experiência acumulada para fazer a avaliação, mas pode auxiliar aquelas com mais idade. Cabe ressaltar que

quantidade de idade não é sinônimo natural de experiência, conhecimento e sabedoria.

É comum esse tipo de temática aparecer como reflexão às pessoas em algum momento da possibilidade de início de uma relação amorosa, ou mesmo posteriormente, quando ela avança (seja no formato de namoro, casamento ou outros). E aqui, quando se fala em namoro, por exemplo, não é um tema exclusivo dos jovens. Cada vez mais pessoas adultas e de mais idade necessitam lidar com o assunto, pelo aumento do número de divórcios na contemporaneidade, e o fato da longevidade.

E por falar em namoro, o psiquiatra Flávio Gikovate aborda - na palestra com o tema "Namoro: ontem, hoje e amanhã" - um fato bastante atual: namoro entre pessoas que já foram casadas e agora se encontram sozinhas, pela experiência do divórcio.

Considero que nesses casos e nos de namoro entre pessoas da meia-idade ou terceira idade, que ficaram viúvas/os, essa reflexão passa a ser um fato fundamental.

Deve ser considerado que elas já se encontram numa etapa do ciclo vital no qual, pela idade avançada, dar conta de oferecer resposta satisfatória ao desejo de escolher um companheiro amoroso adequado para constituir um casal, que perdure de modo satisfatório até o final de sua existência, passa a ser questão de maior relevância do que quando comparadas aos jovens.

E, na maioria das vezes, as pessoas não se casam, ou estabelecem relações amorosas pensando em separar-se (especialmente na terceira idade). É certo que em dias atuais, a separação é sempre um risco a ser considerado, porém não é algo almejado entre os que buscam um par amoroso. Por isso, quanto mais afinados forem os indicadores para o encontro de um parceiro cujo relacionamento possa ser duradouro, melhor.

Contudo, ao final desta reflexão, gostaria de indicar que os autores com os quais dialogamos ajudam a pensar que a busca não deve ser somente pelo parceiro amoroso, que impulse a personalidade ao desenvolvimento e construção, mas aquele que possibilite a construção da boa relação.



A atração, e depois a paixão, acontecem informadas pelas experiências iniciais da vida dos indivíduos, e das várias ressignificações e experiências assimiladas ao longo da trajetória da pessoa, envolvendo, no processo, boa dose de elementos inconscientes.

Eles escapam às percepções e escolhas absolutamente racionais, plenamente conscientes e livres de qualquer projeção, ou de qualquer relação com as histórias construídas pelo parceiro com seus vínculos primordiais de afeto e as posteriores experiências e histórias de vida.

É preciso considerar que essa complexidade é fato. A questão realmente central é: quando a atração e a paixão se colocam, quais respostas conseguiremos lhes dar? E, posteriormente, seguindo com a relação, como saber utilizar a relação de casal para a exploração de possibilidades de desenvolvimento e construção pessoal que ela oferece, fugindo do “sono” e inconsciência, abrindo possibilidades de expansão da consciência e ação proativa na vida, tendo em vista o desenvolvimento pessoal de ambas as partes do casal.

Referências

GIKOVATE, Flávio. Namoro: ontem, hoje, amanhã. Disponível em: <http://www.cpfcultura.com.br/2012/06/15/namoro-ontem-hoje-amanha-flavio-gikovate/> Acessado em 18 de janeiro de 2013.

MELO, Fábio de. O amor. Disponível em <http://carolina-carvalho.blogspot.com.br/> Acessado em 22 de janeiro de 2013.

MENGHI, Paolo. O casal útil. In: ANDOLFI, Maurizio. *O casal em crise*. São Paulo: Summus, 1995.

PRADO, Luiz Carlos. Amores que adoecem, amores que curam. In: *Amor & Violência nos casais e nas famílias*. Porto Alegre: L. C. Prado, 2004.

PESSOA, Joaquim. *Morrer de amor é assim*. Disponível em: <http://www.citador.pt/poemas/morrer-de-amor-e-assim-joaquim-pessoa> Acessado em 22 de janeiro de 2013.

ROSSET, Solange Maria. *O casal nosso de cada dia*. 2 ed. Curitiba: Sol, 2005.
SANFORD, John A. *Os parceiros invisíveis*. São Paulo: Paulus, 1987.

Data de recebimento: 25/01/2013; Data de aceite: 18/02/2013.

Flávia Diniz Roldão - Psicóloga, pedagoga, teóloga. Terapeuta individual, familiar e de casais. Professora universitária atuando na graduação na FAE e na FEPAR. Docente no Projeto de Extensão da Faculdade Aberta da Terceira Idade da FEPAR (2007-2012); colaborou anteriormente no Projeto Integrar para a Terceira Idade, na UFPR (2001-2004). E-mail: flaviaroldao@gmail.com. Blog: <http://con-versaseversos.blogspot.com.br/>. Site: <http://flaviaroldao.wix.com/flaviadinizoldao>