



Leonardo de Lima Netto

Dinâmica familiar:

Um estudo sobre os conceitos de coragem e
diferenciação

MONOGRAFIA

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

Programa de Pós-Graduação em Psicoterapia de
Família e Casal

Rio de Janeiro
Novembro de 2017



Leonardo de Lima Netto

**Dinâmica familiar:
Um estudo sobre os conceitos de coragem e diferenciação**

Monografia

Monografia apresentada ao Programa de Pós-Graduação *Lato Sensu* em Psicoterapia de Família e Casal da PUC-Rio como requisito parcial para obtenção do grau de Especialista em Psicoterapia de Família e Casal.

Orientadora: Prof^a Cristina Ribeiro Dantas

Rio de Janeiro
Novembro de 2017



Leonardo de Lima Netto

**Dinâmica familiar:
Um estudo sobre os conceitos de coragem e diferenciação**

Monografia apresentada como requisito parcial para obtenção do grau de
Especialista pelo Programa de Pós-Graduação *Lato Sensu* em
Psicoterapia de Família e Casal da PUC-Rio. Aprovada pela Comissão
Examinadora abaixo assinada.

Profª Cristina Ribeiro Dantas

Orientadora

Departamento de Psicologia – PUC-Rio

Profª Mônica Vasconcellos Dias

Departamento de Psicologia – PUC-Rio

Rio de Janeiro, 29 de novembro de 2017

Agradecimentos

À minha família, por ter aguentado o escasso tempo durante os dois anos do curso e as épocas de dedicação aos trabalhos.

À Prof^a Cristina Ribeiro Dantas, por sempre compartilhar seus conhecimentos acadêmicos, teóricos e de prática clínica de forma crítica e séria, mas com todo carinho e cuidado, durante as reuniões de supervisão e orientação. Fornecendo recursos para o meu desenvolvimento nessas áreas.

À Tamima Saade, minha coterapeuta mais frequente; Yasmin Vaillant; e Maria Emília Melo, pelas constantes conversas e debates clínicos durante as reuniões de supervisão e amizade fora delas. Assim como, por todo o esforço e apoio nos atendimentos realizados e na confecção do trabalho apresentado na jornada do curso.

À turma em geral do curso de Pós-Graduação *Lato Sensu* em Psicoterapia de Família e Casal do período de março/2016 a dezembro/2017, pelos constantes debates, aprendizados e apoio mútuo durante os dois anos de curso.

À Prof^a Mônica Vasconcellos Dias por aceitar ser a segunda avaliadora da monografia.

Às Prof^{as} Terezinha Féres-Carneiro; Andréa Seixas Magalhães; Rebeca Nonato Machado; Mônica Vasconcellos Dias; e Célia Henriques, por compartilharem dos seus conhecimentos durante todo o curso, cada uma de sua forma particular.

À Leila, Léo e Tatiana, que trabalham no SPA, por se esforçarem ao máximo para atender as necessidades de atendimento.

Resumo

Netto, Leonardo de Lima; Dantas, Cristina Ribeiro. **Dinâmica familiar: um estudo sobre os conceitos de coragem e diferenciação**. Rio de Janeiro, RJ: 2017. 51p. Monografia – Departamento de Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

O presente estudo teve como principal objetivo investigar a forma como as dinâmicas familiares e suas estruturas funcionam a partir da diferenciação dos seus membros, articulando os conceitos de “Diferenciação” de Bowen e os de “Coragem Ontológica” e “Coragem Ética” de Tillich.

Palavras-chave

Diferenciação; coragem; fronteiras; família; autoafirmação.

Sumário

1. Introdução	5
2. Diferenciação nas famílias	7
2.1. Estrutura familiar	7
2.2. Diferenciação dos membros da família	15
3. Diferentes concepções de coragem	20
3.1. Pensando a coragem sob um viés filosófico	21
3.2. Coragem na perspectiva psicológica	26
3.3. Coragem ontológica x coragem ética	30
4. A coragem na dinâmica familiar e a relação com diferenciação	34
4.1. Diferenciação e coragem ontológica	36
4.2. Dinâmica familiar e coragem ética	39
4.3. Vinhetas clínicas	42
4.3.1. Vinheta clínica 1	42
4.3.2. Vinheta clínica 2	44
5. Considerações finais	46
6. Referências bibliográficas	50

1

Introdução

A família é o primeiro sistema social em que o indivíduo é inserido ao nascer, constituindo dessa forma, sua primeira relação com a cultura em que sua família faça parte. Essa relação é fruto do funcionamento intersubjetivo, marcado por uma linhagem genealógica, capaz de promover o sentimento de pertencimento. Isso permite a capacidade de reconhecimento a si mesmo e de promover a diferenciação (MACHADO, FÉRES-CARNEIRO E MAGALHÃES, 2015). “A sociedade depende da integração das unidades familiares, mas convém lembrar que estas unidades dependem (...) da integração que ocorre (...) do crescimento de cada um de seus membros individuais” (Winnicott, 2011, p.69). Dessa forma, é possível perceber a existência de uma articulação intersubjetiva no que tange à constituição da família.

Féres-Carneiro (2014) enaltece a proposta de articulação entre concepções teóricas, assim como suas práticas decorrentes, por considerar que a família consiste em grupos auto-regulados, contendo linguagens e regras próprias de interação. Segundo a autora, as famílias são movidas por conteúdos inconscientes que estão presentes em suas dinâmicas familiares. Féres-Carneiro ainda afirma existir a necessidade em articular diferentes teorias nas realizações de pesquisas acadêmicas, sendo necessário abrir “mão de um purismo tradicional na análise de dados” (Féres-Carneiro, 2014, p.961), permitindo um diálogo entre áreas que aparentam ser incompatíveis.

Dessa forma, é possível ressaltar que a proposta de construções articulatórias teórico-técnicas, não é capaz de diminuir a importância da consistência entre teoria e prática, assim como, de uma coerência epistemológica, pelo fato de haver diversos modelos de atendimentos. O mais importante é que o psicoterapeuta mantenha uma postura ética, podendo utilizar de todas as possibilidades teórico-técnicas que estejam ao seu alcance, com o intuito de intervir da melhor forma, visando possíveis benefícios para os seus pacientes (FÉRES-CARNEIRO, 2014).

É neste movimento dialético que se dá da clínica para a pesquisa e da pesquisa que, de volta para a clínica, pode modificá-la, que pretendo continuar construindo múltiplas articulações: articulações entre diferentes saberes, articulações entre diferentes abordagens teórico-técnicas, articulações entre diferentes sujeitos que se constroem e se reconstroem na intersubjetividade, buscando ver, nas diferenças, muito mais possibilidades de as mesmas se complementarem do que se excluírem (FÉRES-CARNEIRO, 2014, p.961).

Assim, o presente trabalho tem como objetivo articular diferentes abordagens teórico-técnicas. Pretende-se discutir no primeiro capítulo conteúdos referentes à estrutura familiar, tendo como focos principais o processo de diferenciação do *Self*, elaborado por Bowen, amparado por outros autores como Minuchin, Winnicott, Jung, entre outros que permitam um aprofundamento da aquisição de autonomia e diferenciação do indivíduo e suas relações inter-familiares.

No segundo capítulo, tem-se como objetivo debater a questão da coragem, sua dificuldade de ser definida, focando nos conceitos de “coragem ontológica” e “coragem ética” de Tillich, amparado por outros autores como May, Miller, Rachman e Putman, este último com o intuito de aproximar o conceito filosófico da coragem com a prática psicoterapêutica.

Já no terceiro capítulo, pretende-se fazer a articulação entre os conceitos de Bowen e Tillich de forma mais concreta, utilizando-se, também, de vinhetas clínicas que possam ilustrar a possibilidade dessa articulação. Por fim, teço as considerações finais, ampliando a articulação proposta através de argumentos e a utilização da parte de um mito antigo, que possam corroborar a possibilidade da articulação proposta no presente estudo.

2

Diferenciação na família

2.1.

Estrutura familiar

Segundo Minuchin (1990), o ser humano não é um ser isolado, agindo e reagindo às influências dos grupos sociais nos quais está inserido. O que esse indivíduo vivencia como real depende de elementos tanto internos quanto externos, existindo, assim, uma dualidade da percepção humana da realidade. Para ele, a experiência do indivíduo é determinada pela sua interação com o ambiente em que vive, ou seja, o sujeito está sempre interagindo com seu ambiente. A família representa um grupo social natural, cuja organização e estrutura filtram as repostas recebidas pelos seus membros para as informações internas e externas, qualificando as experiências dos seus membros. Sendo assim, a família pode ser vista como a matriz do indivíduo.

Para Winnicott (2011, p.59), “a família é um dado essencial da nossa civilização”. Por isso, a forma como a família é organizada tem ligação direta com a cultura. Em momento algum a família deixa de ser importante para o indivíduo, pois mesmo que ele viaje, fuja, migre para outro lugar, tenderá buscar uma renovação periódica dos laços familiares. Geralmente, os indivíduos buscam manter tais laços através de aparelhos eletrônicos, telefones e ouvindo histórias sobre os parentes. Em épocas de tensão, a maioria dos indivíduos permanece leal à família, desconfiando dos estranhos e alheios a ela.

Segundo Bowen (2014), a família consiste em um conjunto de diferentes sistemas emocionais e relacionais, que pode ser considerado como sistema social ou cultural, de jogos, de comunicação, biológico ou de diversas outras maneiras. Ele ressalta que o termo “emocional” se refere à força que motiva o sistema, enquanto “relacional”, à forma em que o mesmo se expressa. A família consiste em um sistema em que qualquer mudança capaz de afetar uma de suas partes gera mudanças compensatórias em outras partes que compõem o resto do sistema. Assim, a família é uma variedade de sistemas e subsistemas que podem funcionar

em vários níveis de eficiência, desde uma forma saudável à disfunção e falência completa. É possível observá-los também através do superfuncionamento, sendo compensados ou descompensados. Com isso, pode-se pensar na família como uma variedade de sistemas e subsistemas, onde o funcionamento de qualquer um deles vai depender tanto do funcionamento dos mais amplos, como da família extensa, quanto dos seus subsistemas.

Um dos aspectos mais relevantes observados na disfunção familiar consiste no superfuncionamento apresentado pela outra parte do sistema. “É um fato a coexistência de uma disfunção e um excesso de funcionamento” (Bowen, 2014, p.30). O aumento de função compensatória de um dos membros da família ao mau funcionamento de outro que, pode estar incapacitado, temporariamente, é uma resposta automática do sistema, que atua lentamente, por ser um mecanismo recíproco e flexível. Entretanto, em enfermidades crônicas, o excesso de função, assim como a disfunção familiar, são fixas e rígidas, podendo ser exemplificados através de casos como uma mãe dominante, ou superativa, e um pai passivo (BOWEN, 2014).

Os subsistemas familiares são organizados através de uma estrutura invisível de exigências funcionais que organiza as formas como cada membro da família interage entre si. A família é um sistema que funciona através de padrões transacionais, ou seja, são estabelecidas transações entre os membros e suas repetições estabelecem padrões de interação entre eles, reforçando assim, o próprio sistema. Os padrões transacionais são responsáveis por regular o comportamento dos membros da família através de dois sistemas de repressão: genérico e idiossincrásico. O primeiro envolve regras universais que governam o sistema familiar. Já o segundo, envolve as expectativas mútuas de membros específicos da família. Tais expectativas têm sua origem nas negociações explícitas e implícitas entre os membros da família, envolvendo pequenos eventos do cotidiano. Mesmo que a natureza dos contratos originais sejam extintos, impossibilitando de tornarem-se explícitos, os padrões permanecem como uma questão de acomodação mútua e eficiência funcional (MINUCHIN. 1990).

Para Bowen (2014), o conceito fundamental para a teoria familiar é o da massa indiferenciada do ego familiar. Tal conceito consiste em uma identidade

emocional concentrada que existe em cada nível de intensidade. Tal conceito consiste em uma identidade emocional concentrada que existe em cada nível de intensidade. Nas famílias, os graus de intensidade podem ser observados de forma visível ou não. A relação simbiótica entre uma mãe e seu filho é um exemplo de uma das formas mais intensas. Da mesma forma, o pai está comprometido tanto com a mãe quanto com o filho, e o mesmo ocorre com os outros filhos, mesmo que os níveis do compromisso sejam menores ou diferentes. O ponto fundamental é o processo emocional que circula dentro da massa do ego da família atual, tendo modos específicos de resposta emocional. O nível de compromisso de cada membro da família depende da quantidade de compromisso básico na massa do ego familiar. A quantidade de pessoas envolvidas depende da intensidade do processo e do estado funcional das relações que o indivíduo mantém com a “massa central”. Esse processo pode envolver toda a família, durante os momentos de tensão, incluindo membros da família extensa, conhecidos, representantes de instituições sociais, hospitais, escolas e tribunais. Já nos períodos mais tranquilos, o processo pode permanecer dentro de uma pequena parte da família, como ocorre nas relações simbióticas, em que o processo emocional fica entre mãe e filho, enquanto o pai fica afastado dessa intensa díade mãe-filho.

Clinicamente, os melhores exemplos do sistema de relação na massa indiferenciada do ego familiar, são os casos mais agudos, como a relação simbiótica ou o fenômeno da “folie à deux”. A proximidade emocional pode ser tão intensa a ponto dos membros da família conhecerem, de forma recíproca, seus sentimentos, pensamentos, fantasias e sonhos. As relações possuem um movimento circular, pois existe uma fase de intimidade serena e agradável capaz de provocar ansiedade e desconforto com a integração do *self* de um com o *self* de outros membros. Após isso, surge a fase de rejeição e hostilidade, na qual ambos se distanciarão um do outro. A forma como isso ocorre nas famílias varia, pois se em algumas as relações podem ser circulares, com intervalos frequentes, em outras o ciclo pode permanecer relativamente fixo durante um longo período, como na fase da rejeição hostil, em que a rejeição pode durar anos ou acontecer durante toda a vida. Ainda nessa fase, um dos membros da família pode

reproduzir uma fusão com outro membro ou até com alguém que não faça parte do ambiente familiar, com o mesmo compromisso emocional. No sistema emocional familiar, as tensões se movimentam de forma ordenada através de alianças e rejeições. Com isso, a triangulação é a base de todo esse sistema emocional (BOWEN, 2014).

Para Bowen (2014), dois membros que compõem a relação triangular, em momentos de tranquilidade, formam uma aliança emocional agradável, enquanto o terceiro membro fica em uma posição incômoda de “estranho” na relação, tentando conquistar o favor de um dos outros dois ou de rejeitar um deles com o intuito de conseguir esse favor. Já em momentos em que a tensão é maior, o “estranho” ocupa uma posição de privilégio, enquanto os outros dois membros, que têm uma forte relação emocional, vão se esforçar para incluí-lo no conflito. Quando a tensão aumenta, a tendência é que um maior número de indivíduos de fora se vejam envolvidos, pelo fato dos “circuitos emocionais se fixarem em uma série de triângulos emocionais interdependentes” (Bowen, 2014, p. 36). Segundo Martins, Rabinovich e Silva (2008), o conceito de triangulação é considerado um sistema inter-relacional entre três pessoas, pois envolve uma díade e um terceiro membro que será requisitado a participar sempre que o nível de ansiedade e desconforto aumentar entre os outros dois membros, aliviando assim, a tensão por via desse terceiro membro. Essas triangulações são formadas e desfeitas repetidamente nas famílias, sofrendo deslocamentos dependendo dos níveis de ansiedade e da dinâmica familiar;

Assim, de acordo com Minuchin (1990), o sistema mantém a si próprio, oferecendo resistência às mudanças que possam surgir além de um determinado alcance, e mantém seus padrões preferidos, desde que seja possível. Entretanto, padrões alternativos também estão disponíveis dentro do sistema, mas qualquer sinal de desvio, que seja capaz de ultrapassar o limite de tolerância desse sistema, fará emergir mecanismos que possam reestabelecer o âmbito habitual. Quando surgem situações que desequilibram o sistema é comum que membros da família tenham a percepção de que outros membros não cumpririam com as suas obrigações. A partir disso, surgem exigências de lealdade familiar, assim como manobras que podem induzir ao sentimento de culpa. Porém, a estrutura familiar

deve ter a capacidade de se adaptar a partir das mudanças. Uma extensão de padrões, de acessibilidade de padrões transacionais alternativos e de uma flexibilidade para mobilizá-los, garantirão a existência continuada da família enquanto um sistema. Dessa forma, a família deve responder às mudanças internas e externas, tendo a capacidade de transformar-se de forma que possa atender às novas circunstâncias, sem perder sua continuidade, que fornece uma referência para os seus membros.

Segundo Minuchin (1990), o sistema familiar diferencia e realiza suas funções através dos subsistemas. Os indivíduos consistem também em subsistemas dentro de uma família. Díades, tais como esposo-esposa ou mãe e filho, são considerados alguns dos possíveis subsistemas, que podem ser formados através de geração, sexo, interesse ou por função. Cada indivíduo pertence a diferentes subsistemas dentro da família, tendo diferentes níveis de poder e onde ele pode aprender habilidades diferenciadas, ou seja, esse indivíduo exerce diferentes papéis nesses subsistemas, como um homem, por exemplo, que pode ser filho, sobrinho, irmão mais velho, entre outros. Assim, ele estabelece relações complementares em diferentes subsistemas.

As fronteiras de um subsistema são as regras que definem quem participa e que forma, desses subsistemas. As fronteiras têm a função de proteger a diferenciação do sistema. Cada subsistema familiar tem suas determinadas funções, fazendo exigências específicas a seus membros. O desenvolvimento de habilidades interpessoais dentro dos subsistemas depende da liberdade do subsistema de não sofrer interferências de outros subsistemas. Para ocorrer o funcionamento adequado nas famílias, as fronteiras devem ser nítidas e claramente definidas para possibilitar que os membros do subsistema exerçam suas funções, sem interferências indevidas, mas permitindo o contato entre membros de subsistemas diferentes. É importante ressaltar que a nitidez das fronteiras dos subsistemas apresenta um significado mais relevante do que a composição dos subsistemas, organizada em torno das funções familiares, pois tal nitidez dentro de uma família representa um parâmetro eficaz para a avaliação do funcionamento familiar (MINUCHIN, 1990).

A família possui o seu próprio crescimento natural e a criança pequena experimenta as mudanças que são oriundas tanto de uma gradual expansão quanto das adversidades familiares. A família é responsável por proteger a criança do mundo, na medida em que ela vai sendo introduzida nele aos poucos. O que em princípio pode representar uma sociabilidade com a família atual, aos poucos vai aumentando com a interação com tias, tios, primos, vizinhos, até as primeiras experiências com grupos escolares. A existência da família, assim como a preservação de uma atmosfera familiar, são produtos do relacionamento entre os pais no quadro do contexto social que os cerca. A forma como esses pais são capazes de contribuir para a família que estão construindo depende do relacionamento geral com o seu contexto social imediato (WINNICOTT, 2011).

Jung (1997), no seu texto “Constelações Familiares”, relata a importância da influência do meio ambiente e da educação nas crianças. Segundo ele, a maior influência sobre um caráter em formação são as atitudes emocionais, pessoais e inconscientes dos pais e dos educadores. A desarmonia latente entre os pais, desejos secretos e reprimidos, preocupações não verbalizadas, produzem na criança um estado emocional que vai entrando inconscientemente aos poucos na sua psique, deixando sinais perfeitamente reconhecíveis. Tal fato leva a criança a repetir as mesmas atitudes aos estímulos. Assim, se os adultos, por vezes, mostram-se sensíveis às mudanças no ambiente, que pode ficar intranquilo devido à presença de uma pessoa agitada e nervosa, as influências tendem a ser maiores nas crianças, devido ao fato de terem uma psique “mole e moldável como cera” (Jung, 1997, p. 485).

Os pais passam inconscientemente características das suas personalidades para a psique da criança, e quanto mais sensível e impressionável ela for, maior impacto terão. Dessa forma, as crianças tendem a imitar os gestos dos pais, e assim como as atitudes parentais correspondem ao estado emocional dos pais, tais gestos imitados pelos filhos também vão produzindo paulatinamente um estado emocional semelhante. Com isso, elas vão interagir com o ambiente de forma semelhante aos pais e quando chegarem à fase de se libertar das amarras familiares, ou seja, à puberdade, interagirão com o ambiente através de uma superfície de ruptura, permanecendo adaptados aos pais (JUNG, 1997). As

crianças fazem parte de uma atmosfera parental em que dificuldades ocultas existem e que ainda não foram resolvidas, podendo influenciar na sua saúde psíquica e, conseqüentemente, no seu desenvolvimento (JUNG, 1995).

As crianças necessitam de alguém que seja capaz de lhes impor certo controle. Contudo, os indivíduos responsáveis por tal disciplina devem ter condições de suportar sentimentos contraditórios e ambíguos, como ser amados e odiados, desafiados e requisitados a ajudar. Formas mecânicas de controle não possuem utilidade alguma e tampouco o medo pode ser visto como um instrumento adequado para estimular a colaboração. É sempre um relacionamento vivo entre dois indivíduos que é capaz de criar um espaço para o desenvolvimento. Com o tempo, o “crescimento verdadeiro” (Winnicott, 2011, p.47) gera na criança ou no adolescente um sentido de responsabilidade (WINNICOTT, 2011).

Segundo Fordham (2006), o amadurecimento de uma criança em toda sua plenitude só é possível através de um “ambiente bom o suficiente” (Fordham, 2006, p.120), o que corresponde a uma vida familiar cuja base seja de um casamento igualmente bom. Entretanto, o autor deixa claro que não se refere ao perfeccionismo em uma relação, pois os conflitos conjugais são inevitáveis devido à “fórmula simbólica de que o masculino e o feminino são opostos” (Fordham, 2006, p.120). Um casamento em que não haja conflitos é suspeito, devido à existência dessa oposição, e esses conflitos, no caso de serem resolvidos, representam uma expressão de vitalidade na relação conjugal. Isso significa que a natureza do conflito é de extrema importância, tendo em vista que sua presença seja inevitável. O conflito destrutivo e ostensivo entre os pais é perigoso aos filhos, mas sua ausência também pode representar algo prejudicial, principalmente se essa felicidade for irreal, idealizada e existir através da repressão dos instintos.

Para Fordham (2006), o dano na criança pode começar bem antes das identificações pós-edipianas, pois na primeira infância, quando ela não é alimentada, carregada ou recebe os cuidados adequadamente, pode resultar em algo grave ou, até, catastrófico. O autor ainda ressalta outra questão acerca da relação entre pais e filhos. Segundo ele, ao cuidar de um bebê e criando um filho, os pais acabam revivendo conteúdos presentes em suas infâncias. Através da

maternidade e da paternidade, os pais têm a oportunidade de reviver e resolver com os filhos, os fracassos ou desvios de desenvolvimento que tiveram com os próprios pais, no passado. “Só quando esse re-desenvolvimento fracassa é que ocasiona injunções ou danos à criança” (Fordham, 2006, p.121), devido à impossibilidade de mudança na vida afetiva dos pais e pela manutenção de uma situação traumática através do reforço contínuo.

Segundo Winnicott (2011), seria inviável entender as atitudes que os pais têm com seus filhos, sem levar em consideração o significado das fantasias conscientes e inconscientes que cada um deles teve em relação ao ato em que produziu a concepção. Cada um deles possui sentimentos bem diferentes, agindo de forma igualmente diferente, um do outro, em relação a cada um dos seus filhos. Isso varia de acordo com o relacionamento dos pais na época da concepção, durante a gravidez, ao chegar o nascimento e posteriormente, quando vai amadurecendo. As crianças, mesmo sendo irmãos e tendo sido criados no mesmo lar, são diferentes entre si. Isso se deve ao fato tanto da “elaboração imaginativa da importante função do sexo” (Winnicott, 2011, p.63), quanto pela forma específica que cada criança vai ocupar, ou não, em um determinado contexto imaginativo e emocional, que varia por mais que o ambiente físico continue o mesmo. Dessa forma, fica claro que a família é composta por crianças individuais que possuem determinadas diferenças em relação não só pela genética, mas pelo desenvolvimento emocional, e pelo lugar que elas ocupam no contexto da fantasia dos pais, que é capaz de elaborar e enriquecer a relação física entre eles.

A integração da família depende da tendência integrativa de cada criança individual. “A integração pessoal é uma questão de desenvolvimento pessoal” (Winnicott, 2011, p.68) e para alcançá-la cada indivíduo parte de um estado inicial não-integrado. Em condições ambientais favoráveis, as crianças são capazes de demonstrar uma tendência inata à integração, fato esse que faz parte do processo de crescimento, que precisa ser desenvolvido integralmente por cada criança. Se o ambiente realmente favorecer o crescimento nos primeiros estágios, estimulando a integração da personalidade do indivíduo, que corresponde a um processo ativo altamente energético, acaba afetando o ambiente externo. Cada criança individual, que tenha um desenvolvimento emocional sadio e um crescimento pessoal

satisfatório, é capaz de promover a família, assim como a atmosfera familiar. Os pais, nesse caso, que se esforçam na constituição da família, são beneficiados pela junção das tendências integrativas de cada um dos seus filhos (WINNICOTT, 2011).

Para Bowen (2014), o tema central da teoria dos sistemas familiares parte do modo em que todo indivíduo possui um *self* pouco diferenciado, pois ou ele é “indiferenciado”, ou tem um apego emocional não resolvido com sua família de origem. O conceito da diferenciação do *self* está relacionado ao nível em que um indivíduo vai se diferenciando emocionalmente do pai. A criança acaba por se separar fisicamente de sua mãe quando ocorre o parto, porém o processo de separação emocional é lento, complicado e incompleto. Em um primeiro momento, essa separação dependerá mais de fatores inatos presentes na mãe da criança, e da sua capacidade de possibilitar ao filho crescer afastando-se dela, do que dos fatores inatos que possam existir nos filhos. De fato, existem diversos outros fatores que fazem parte desse processo: o grau de diferenciação da mãe em relação aos próprios pais; a natureza da relação dela com o marido, com os pais, com outras pessoas significativas em sua vida e o estresse da realidade e sua capacidade de suportar a tensão. O envolvimento do filho com o pai está relacionada à forma como os pais se relacionamento. O termo diferenciação do *self* foi assim denominado por descrever esse longo processo em que a criança se desvincula gradativamente da fusão inicial com sua mãe, movendo-se em direção a uma autonomia emocional.

2.2.

Diferenciação dos membros da família

Segundo Neves (2011), é possível observar a existência entre as dimensões do *self* e o ambiente familiar. Isso pode indicar que trabalhar as relações familiares e as diversas questões do ambiente familiar, podem gerar um aumento dos níveis das dimensões da diferenciação do *self* nas crianças e adolescentes. Para Bowen (2014), a diferenciação é identificada através da distância física, de uma separação forçada, da diferença de opiniões, ou como um processo adquirido através da

introspecção. Porém, é de difícil compreensão até que ponto o processo de diferenciação é fixo, já que, geralmente, é atingido muito rapidamente na infância, baseado no nível de diferenciação dos pais, assim como do ambiente emocional que predomina na família de origem. O estilo de vida que um indivíduo leva é determinado pelo grau de diferenciação adquirido por ela, o que faz a mudança ser difícil. O grau de diferenciação de uma pessoa é repetido em seu matrimônio, fazendo com que o ego fique emocionalmente ligado aos pais, na geração passada; ao cônjuge, no presente; e futuramente, aos filhos. A mudança do grau de diferenciação é bastante complicada, pois apenas poderia ocorrer através da existência de mudanças nos outros membros.

A escala de diferenciação do *self* é um dos conceitos mais importantes da teoria boweniana, pois parte do pressuposto que as pessoas são diferentes umas das outras e que é possível classificá-las com base nessas diferenças. No extremo inferior da escala se posicionam as pessoas com os menores níveis de diferenciação ou indiferenciação máxima. Enquanto isso, no extremo superior encontra-se um nível teórico de total diferenciação. Em cada extremo dessa escala, os indivíduos têm diferentes estilos de vida que estão relacionados às posições que adotam frente ao intelecto e as emoções. Assim, uma pessoa que se encontra na parte inferior da escala tende a levar uma vida que pode aparentar ser equilibrada, não havendo sintoma algum, mas sendo extremamente vulnerável às tensões, além de encontrar inúmeras dificuldades para adequar-se às exigências da vida e apresentar uma alta possibilidade de patologias e problemas. Enquanto as pessoas que estão na parte superior apresentam uma capacidade maior de adaptar-se ao estresse, tendo menos problemas e os enfrenta melhor (BOWEN, 2014). A escala de diferenciação do *self* auxilia na compreensão do processo de maturação de um indivíduo, as respostas importantes, o funcionamento, assim como as disfunções que podem ocorrer nas relações. Essa escala é de “uma importância teórica mais do que classificatória” (MARTINS, RABINOVICH e SILVA, 2008, p.183).

As pessoas que estão presentes no campo emocional reagem perante outras pessoas e, devido a isso, o nível funcional de diferenciação do *self* se movimenta de acordo com as situações externas favoráveis ou desfavoráveis. Assim, pode-se

medir o nível básico de diferenciação durante longos intervalos, o que permite utilizar a escala para a realização de prognósticos. Desse modo, indivíduos menos diferenciados “são movidos como peões pelas tensões emocionais” (Bowen, 2014, p.71), enquanto as que possuem uma diferenciação maior tendem a ser menos vulneráveis frente aos estados de tensão (BOWEN, 2014).

Segundo Papero (1998), a diferenciação também demonstra a capacidade de um indivíduo em distinguir comportamentos que são fundamentados em seu sistema emocional automático, daqueles que refletem do seu sistema intelectual e sua capacidade de raciocínio. Grande parte do funcionamento do sistema emocional não ocorre dentro dos limites da consciência humana, sendo o sistema dos sentimentos, que compõe o emocional, a maior exceção dessa regra, pois é quem faz a ligação entre o emocional e o intelectual. Indivíduos que apresentam baixos índices de diferenciação do ego demonstram maior dificuldade de separar esses dois últimos sistemas, ou seja, quanto maior o nível de diferenciação, maior será a capacidade de separar os sistemas emocionais dos intelectuais. Assim, o indivíduo tem o comportamento dominado pelo sistema emocional, agindo de forma emocional às situações.

Através do estudo de caso clínico de uma família composta por Pai (33 anos); Mãe (27 anos); Filha (12 anos) e filho (4 anos), Martins, Rabinovich e Silva (2008), demonstram a forma como indivíduos oriundos de famílias emaranhadas e com baixo nível de diferenciação são capazes de se juntarem formando um casal conjugal igualmente pouco diferenciado, demonstrando ciúme, desconfiança, acomodação e rivalidade, como era a queixa inicial ao buscarem a terapia. Assim, os membros do casal conjugal com níveis semelhantes de baixa diferenciação, aumentaram o nível de ansiedade na relação, buscando triangular-se de diversas formas com os filhos ou outros membros de fora da família. Bowen (2014) exemplifica um matrimônio entre indivíduos que possuem um grau de diferenciação por volta de 30-35 na escala, ou seja, consistindo em um baixo nível de diferenciação. Segundo o autor, esses membros de um casal conjugal, quando crianças, eram altamente dependentes de seus pais. Já durante e após a adolescência vão negar sua própria dependência e a tentativa de ganhar autonomia, ficando até mesmo na casa de seus pais ou podendo usar a separação

pela distância física para tornarem-se independentes. Ambos até podem funcionar satisfatoriamente bem, desde que mantenham relações breves ou à distância, pois são muito vulneráveis à intensidade de uma relação emocionalmente mais profunda. Ambos acreditam que a conjugalidade possa duplicar as características essenciais da massa do ego original. Assim, acabam por se fundirem em uma relação que possa consistir em uma nova massa do ego familiar, anulando os limites do ego e juntando os dois “pseudos egos” em apenas um ego comum.

Além disso, Bowen (2014) ressalta que existem diversas maneiras dos indivíduos enfrentarem o apego emocional com seus pais, considerando os diferentes níveis de intensidade possíveis. O grau de apego emocional não resolvido com os pais é equivalente ao nível de indiferenciação. Dessa forma, quanto menor for o nível de diferenciação, mais forte tende a ser o apego não resolvido com os pais e mais intensos serão os mecanismos projetados para o controle da indiferenciação. De um lado, têm-se pessoas que aproveitam a distância física em relação aos seus pais, isolando emocionalmente o ego nas ocasiões em que há o contato físico com eles. Nesse caso, trata-se de mecanismos intrapsíquicos. Quando não estão sob estresse emocional, esses indivíduos são capazes de interagir uns com os outros de forma espontânea e com maior liberdade, porém quando a ansiedade aumenta, ficam mais reservados e tendem a se isolar.

Bowen (2014) utiliza o termo “corte emocional” para apontar a distância emocional, sem levar em conta se ela foi adquirida através de mecanismos internos ou com a distância física. A forma utilizada para distanciar-se emocionalmente não é capaz de indicar a intensidade do nível de apego não resolvido, pois o indivíduo que se distancia fisicamente pode estar emocionalmente ligado da mesma forma daquele membro que permanece no local, mas que utiliza os mecanismos internos com o intuito de controlar as relações. Logicamente, aquele que se distancia fisicamente e adota um estilo de vida diferente continua precisando da proximidade emocional, mas tem “alergia”. Esse indivíduo afasta-se tendo a ilusão de conquistar sua independência. Quanto maior o corte com os pais, maior será a possibilidade de se repetir o mesmo modelo nas relações futuras, podendo ter uma ótima relação, que naquele

momento pode parecer ideal e permanente. Porém, o modelo relacional do distanciamento fará parte da personalidade do indivíduo, levando-o a seguir o mesmo padrão caso a tensão na relação aumente, ou seja, se afastará, da mesma forma como fez com os pais.

O principal ponto do corte emocional é a negação da intensidade do apego emocional não resolvido com os pais. O indivíduo age como se tivesse conquistado uma autonomia maior do que a que tem na realidade, alcançando a distância emocional tanto pelos mecanismos internos quanto pela distância física de fato (BOWEN, 2014). Dessa forma, Nichols e Schwartz (2007) entendem esse conceito de diferenciação duplamente. Segundo os autores, esse conceito é, ao mesmo tempo, interpessoal e intrapsíquico, sendo capaz de compreender duas vertentes existentes no indivíduo.

3

Diferentes concepções de coragem

O estudo da coragem, assim como sua definição, são extremamente necessários, pois consistem em um conceito presente na essência do ser humano. É inviável pensar na existência humana, muito menos no seu desenvolvimento, sem considerar a presença da coragem. Tillich (2000) ressalta tamanha importância ao escolher a coragem como objeto central de seu estudo por considerá-la uma representação da convergência dos problemas teológicos, sociológicos e filosóficos, permitindo assim, uma análise da existência humana. Segundo o autor, a coragem é uma realidade ética, mas sua raiz está presente em toda a amplitude da existência humana, assim como na estrutura do próprio ser. Dessa forma, ela deve ser considerada ontologicamente para ser entendida eticamente.

Há tempos que a coragem é admirada universalmente, podendo ser observada nas mais diversas formas de expressão. Rachman (1990) expõe a admiração que se tem pela coragem. O Autor ainda cita o poeta inglês Samuel Johnson ao discorrer sobre a coragem em sua biografia. Segundo Johnson (Boswell, 2012), a coragem é uma qualidade tão necessária para a manutenção das virtudes que faz com que ela seja admirada e respeitada, mesmo associada a algum vício.

Segundo Miller (2002), a coragem não só é fonte de admiração como é capaz de suscitar gratidão nas pessoas. Ela possui um enorme prestígio, o que faz com que os indivíduos acabem preocupados em persegui-la de alguma forma, pois aquele que demonstra coragem é sempre digno de honrarias e privilégios. Seja na antiguidade ou em que Era for a pessoa corajosa é sempre vista em uma posição acima das demais, independente da cultura em que esteja. É possível observar nas medalhas recebidas por militares depois de atos de bravura, os elogios para quem enfrenta grandes perigos, entre outros. São todos dignos de alguma notoriedade por parte da sociedade.

Com o intuito de chegar a uma aproximação sobre o que é coragem, pode-se pesquisá-la a partir de sua etimologia. Dessa forma, a palavra coragem vem do

latim *coraticum*, derivado da palavra *cor*, significado de coração em latim. Assim, é possível observar a existência de uma relação entre coragem e coração. Rachman (1990) demonstra essa aproximação lembrando termos usados no cotidiano como “leão de coração” e “fraco de coração”. Nessa mesma linha de análise, May (1975) baseia-se na raiz da palavra coragem, aproximando-a da palavra francesa *coeur*, que tem o significado de coração. Para o autor, ambas as palavras têm a mesma raiz etimológica, pois afirma que da mesma forma como o coração é capaz de irrigar braços, pernas e cérebro, fazendo funcionar todos os outros órgãos, a coragem torna possíveis todas as virtudes psicológicas. Sem sua existência os outros valores desapareceriam, transformando-se em arremedo de virtude.

Contudo, ao buscar um sentido para a coragem, Tillich (2000) utiliza outra vertente para se entendê-la. Segundo ele, as palavras utilizadas para representar coragem são: *andreia*, significado grego para virilidade; e *fortitude*, palavra cujo significado em latim é o de força. Assim, a coragem, do ponto de vista grego, através da associação com a palavra *andreia*, apresenta uma conotação militar, principalmente pela influência da aristocracia, grupo dominante na época. Entretanto, apesar de tantas glórias, a definição de coragem possui diversas interpretações, fazendo com que ela não seja clara. Isso fez com que ela fosse debatida por filósofos e pensadores durante bastante tempo, sendo estudada pelas mais diversas áreas.

3.1.

Pensando a coragem sob um viés filosófico

Ao observar a história do ocidente é possível encontrar duas formas de se entender a coragem, seja ela explícita ou implícita. A coragem vem sendo investigada há milênios. Todo grande filósofo, de Aristóteles a Tomas de Aquino, acabou reconhecendo a importância da bravura. Os primeiros filósofos a contribuírem com seus pensamentos foram Platão e Aristóteles. O empenho de Platão em buscar uma definição de coragem pode ser observado através do diálogo entre Sócrates e os generais Laques e Nícias. Nele, o filósofo pede ao

general Laques que faça primeiro um esforço para definir a coragem, para, a partir disso, poder indicar como os jovens poderiam adquiri-la através de atividades e estudos. Laques versa sobre o que entende ser a coragem, afirmando que um homem corajoso é aquele que “se dispõe a permanecer em seu posto, pronto para enfrentar o inimigo e não foge” (PLATÃO, 2010, p.200). Desse modo, a coragem fica associada à bravura, em uma clara alusão ao militarismo, de acordo com o pensamento da época (PLATÃO, 2010; RACHMAN, 1990; BISWAS-DIENER, 2012; TILLICH, 2000).

Entretanto, Sócrates, em sua resposta à Laques, é capaz de mostrar outro sentido para a coragem. Insatisfeito com a resposta recebida, afirma que ele mesmo havia sido o responsável pela resposta equivocada do general ao formular a pergunta, também, de forma equivocada. Diz ele que também gostaria de saber a forma como Laques pensava não só a respeito da bravura de membros da infantaria pesada, mas também sobre a coragem dos cavaleiros e dos guerreiros em sua totalidade. Sócrates ressalta não só os corajosos que atuam em guerras, mas também os que enfrentam perigos do mar; que demonstram coragem diante da doença e da pobreza; ou até nos negócios de Estado. Além disso, o filósofo ainda cita todos aqueles que não se limitam a serem corajosos diante da dor ou do medo, mas que são capazes de demonstrar competência para lutar contra os desejos e os prazeres seja mantendo seus postos ou dando as costas ao inimigo. E, termina respondendo a Laques, que considera a existência de indivíduos corajosos em todas essas classes, havendo apenas a diferença de que alguns adquiriram coragem através dos prazeres, outros com sofrimento, alguns no medo, no desejo. Da mesma forma em que houve os que adquiriram a covardia através desses mesmos meios (PLATÃO, 2010).

Assim, Sócrates não apenas desconstrói a concepção de Laques de associar o conceito de coragem com uma conotação militar, como é capaz de ampliar essa noção, dando um sentido maior e mais significativo ao conceito. Contudo, o diálogo do pensador grego com os dois generais não alcança o objetivo proposto de se chegar a uma possível definição de coragem. Sócrates apenas apresenta a dificuldade de se obter tal êxito, pois demonstra que tanto Laques, quanto Nícias,

que considera a coragem mais associada com a presença do saber, estavam equivocados (PLATÃO, 2010; RACHMAN, 1990).

Sócrates, em *A República* (Platão, 1991), tenta novamente definir a coragem, posicionando-a como um elemento que resulta da harmonia entre a grosseria e a dureza, proporcionadas pela ginástica, com a doçura e a moleza, fornecidas pela música. Segundo ele, a partir dessa harmonia um indivíduo poderia ter uma alma moderada e corajosa. Assim, Sócrates expressa um sentido de coragem como uma das faces da alma, igualmente com a face filosófica, para as quais foram concedidas as artes da música e da ginástica, que possibilitam a harmonia entre elas, ajustando no ponto que for necessário.

Segundo Tillich (2000), a coragem, da forma como é representada na *República* de Platão, está relacionada com aquele elemento da alma conhecido por *thymós* (o espírito, elemento corajoso), e ambos acabam se relacionando com a camada da sociedade denominada de *phýlakes* (guardiães). O *thymós* fica entre o intelectual e o elemento sensual do indivíduo. É uma ação impulsiva em direção ao que é nobre, possuindo uma posição central na estrutura da alma, pois pode ser capaz de preencher a clivagem entre a razão e o desejo. Porém, a principal tendência do pensamento de Platão, assim como da escola platônica, é dualista, enfatizando o conflito entre o razoável e o sensual.

Entretanto, Tillich ressalta que a principal contribuição de Sócrates foi justamente a sua falta de êxito na tentativa de definir a coragem. Segundo o autor, “(...) a falha socrática é mais importante do que a maioria das definições aparentemente bem sucedidas de coragem (mesmo as de Platão e de Aristóteles)” (Tillich, 2000, p.2). O fracasso de Sócrates em chegar a uma definição da coragem como uma virtude, entre outras virtudes, é capaz de revelar um problema básico da existência humana, pois mostra como uma noção da coragem pode pressupor um entendimento sobre o homem, seu mundo, suas estruturas e valores. A questão ética da natureza da coragem leva à questão ontológica da natureza de ser, da mesma forma em que a questão ontológica da natureza de ser pode ser respondida pela questão ética da natureza da coragem. Assim, a coragem possibilita mostrar o que é ser, como ser também é capaz de mostrar o que é coragem (TILICH, 2000).

Para Biswas-Diener (2012), Aristóteles seguiu um caminho diferente de outros pensadores históricos por considerar a coragem um ideal elevado, que deveria ocorrer junto da sabedoria. Desse modo, as ações de um indivíduo corajoso poderiam ser equiparadas com as de um indivíduo temperado. Fora isso, ainda considerou que um comportamento precipitado pode gerar situações confusas, mesmo que a bravura possa trazer alguns benefícios. Entretanto, mesmo com a desintegração dessa aristocracia armada, junto de seus valores, a representação aristocrática da coragem foi preservada, assim como restrita na doutrina de Aristóteles. Para o filósofo, deve-se enfrentar a morte e o sofrimento corajosamente, devido ao fato de que essa seria a atitude mais nobre a ser tomada. Assim, o homem corajoso seria aquele capaz de agir de acordo com que é nobre, pois um feito dessa natureza é sempre louvado e a coragem faz o que é para ser louvado e rejeita o que é para ser rejeitado (TILLICH, 2000).

Segundo Tillich (2000), Aristóteles entende a coragem enquanto uma afirmação essencial do próprio ser, associando coragem à perfeição, já que esta ocorreria em graus naturais, pessoais e sociais. A coragem como afirmação do ser é mais comum em alguns desses graus do que em outros. Porém, ainda é possível observar a coragem relacionada com a bravura, pois segundo Aristóteles, a maior prova de coragem é estar pronto para o sacrifício supremo, o sacrifício da própria vida. Como os soldados são obrigados a estarem sempre prontos para sacrificar as próprias vidas, pode-se observar um ponto interessante, já que as atitudes desses soldados são entendidas como uma coragem exemplar. Isso é capaz de elucidar a razão pela qual a coragem foi entendida com uma conotação militar. Com a queda da tradicional aristocracia, a coragem ganhou um valor moral, sendo reconhecida como um conhecimento universal do bom e do mau. Além disso, sabedoria e coragem convergiram e a verdadeira coragem pôde ser separada da coragem do soldado. A coragem de um Sócrates à beira da morte não era heróica-aristocrática, mas racional-democrática. Assim, o sentido dado à coragem pôde ser totalmente expandido, recebendo um significado maior.

Também tentando buscar uma definição para a coragem, May (1975) diz que ela não é o oposto do desespero. Para fundamentar essa afirmação, ele busca em Kierkegaard, Nietzsche, Camus e Sartre, a afirmação de que coragem não é a

falta do desespero, mas a capacidade de seguir, apesar do desespero. O autor também ressalta que a coragem não é teimosia e nem deve ser confundida com temeridade, pois o que pode parecer coragem pode ser apenas uma bravata para disfarçar algum medo inconsciente. Também diz que ela não é uma virtude nem um valor entre outros valores presentes no indivíduo, mas o alicerce capaz de suportar e tornar real todas as outras virtudes e valores. Seguindo o mesmo caminho, Sêneca afirma que nenhuma coragem é tão grande quanto a que nasceu do desespero mais profundo (TILLICH, 2000).

May (1975) ainda distingue alguns tipos de coragem, ressaltando, entre eles, a diferença entre coragem física e coragem moral. Segundo ele, a coragem física teria sido gerada pelo heroísmo dos ancestrais, aqueles homens que faziam as leis pelas próprias mãos, sobrevivendo pela velocidade e habilidade que tinham no gatilho, assim como pela autoconfiança. Esses homens, que fazem clara alusão ao período do faroeste, foram chamados pelo autor de homens da fronteira. Entretanto, May entende essa coragem é inútil nos dias atuais e responsável pela origem da brutalidade.

Já a coragem moral está presente em quem detesta violência. May (1975) ressalta o escritor russo Aleksander Solzhenitsin que foi preso por protestar contra a burocracia soviética e a forma opressiva, cruel e desumana com que agiam contra as pessoas, principalmente contra os prisioneiros dos campos de concentração russos. Segundo ele, Solzhenitsin poderia ser visto como um exemplo de coragem moral, pois sua coragem teria nascido não apenas da audácia, mas também da compaixão pelo sofrimento daquelas pessoas presas, testemunhadas por ele, e da humanidade. A coragem moral ser originária na identificação da sensibilidade do indivíduo com o sofrimento do próximo.

É possível perceber a existência de uma pluralidade no entendimento da coragem. Desde os argumentos socráticos, em que há uma dualidade sobre a forma de entendê-la e na República em que é exposta através dos dois elementos antagônicos: a ginástica, que pode ser entendida enquanto uma natureza exterior e mais corporal; e a música, que pode ser vista como um elemento mais mental e interior (PLATÃO, 1991). Tomás de Aquino também entendeu o significado de coragem com essa característica dualista. Nesse ponto, ele a compreende como

uma força da mente capaz de dominar qualquer ameaça que possa impedir o indivíduo de atingir o bem mais elevado. Aquino foi mais um defensor da unificação do conceito de coragem com o de sabedoria. Segundo ele, esses dois conceitos juntos em um indivíduo seriam capazes de ter a temperança na relação consigo mesmo, assim como a justiça nas relações com outras pessoas. Contudo, Tomás de Aquino acaba posicionando a coragem abaixo da sabedoria, pois entende que a coragem seria subordinada pelo fato da sabedoria ser uma consequência necessária (TILLICH, 2000). Segundo Biswas-Diener (2012), diversas definições de coragem classificam-na enquanto uma qualidade da mente, ou do espírito, capaz de possibilitar a um indivíduo enfrentar o perigo ou dificuldade sem demonstrar medo. Assim, pode-se entender a coragem como uma mentalidade, em vez de um comportamento.

Essa disputa entre coragem e sabedoria presente no pensamento de Tomás de Aquino é o resultado da discussão entre o que prevaleceria na essência do ser e, conseqüentemente, na personalidade humana: a vontade ou o intelecto. Partindo do ponto da vontade como prioritária, poderia indicar uma relativa independência da coragem em relação à sabedoria. Porém, pelo fato da coragem estar sob o domínio do intelecto, estando às ordens da razão, fica reconhecida como uma “força da mente”, com a “coragem aventureira” participando da criação da sabedoria. Ambas as linhas de pensamento possuem seus riscos, pois o perigo de se ter uma coragem subordinada à sabedoria é a possibilidade de uma possível estagnação estéril, o que pode ser observado em grande parte do pensamento católico e de alguns racionalistas (TILLICH, 2000).

3.2.

Coragem na perspectiva psicológica

Através de uma breve visão geral sobre o pensamento estoico, é possível perceber que acreditam que os indivíduos têm pouco ou nenhum controle sobre grande parte das coisas que acontecem na vida. Para eles, o universo funciona independente dos nossos desejos. Da mesma forma, pensamentos e atitudes de outras pessoas geralmente estão fora do controle de um indivíduo, ou seja,

terremotos, furacões, entre outras forças da natureza e não apenas isso, mas doenças crônicas e genes ruins são eventos cujas aparições não podem ser controladas. Um ponto primordial para os estóicos é que a maioria dos indivíduos gasta uma grande quantidade de ressentimentos, hostis ou frustrados, por coisas que não têm como mudar ou sobre as quais não se têm controle. Dessa forma, os estóicos afirmam que os indivíduos que agem dessa forma acabam por dar a própria vida para o evento ou pessoa (PUTMAN, 2004).

Segundo Tillich (2000), a coragem de ser é a coragem de afirmar a própria natureza razoável em relação ao que é acidental em cada indivíduo. Nesse sentido, a razão aponta para o ego individual, incluindo todas as suas funções mentais. O raciocínio enquanto uma função cognitiva limitada, separada do ego pessoal, não é capaz de criar coragem, nem se pode remover a ansiedade através desse argumento. “Essa não é uma recente descoberta psicanalítica” (Tillich, 2000, p.13). A coragem de ser é a coragem da própria afirmação, mesmo com a existência do conflito entre a união com a natureza racional de ser. É importante ressaltar que o conceito de diferenciação de Bowen (2014) também aponta para um ser individualizado, capaz de desapega-se da melhor maneira possível de seus pais.

O que entra em conflito com a coragem da sabedoria são os desejos e medos de cada indivíduo. Os estóicos foram capazes de desenvolver uma profunda doutrina da ansiedade, bem próxima de análises recentes. Eles descobriram que o objeto do medo é o medo de si mesmo. Nesse sentido, Sêneca afirma que nada é tão terrível quanto o medo de si mesmo. A ansiedade coloca máscaras assustadoras sobre as pessoas e as coisas e se essas máscaras forem retiradas o medo desaparece perante a face real. O mesmo pode ser dito acerca da morte (TILLICH, 2000).

Jung (2004) ressalta a existência desse medo de si mesmo. Para ele, cada indivíduo possui um conteúdo que é temido ou desprezado em si próprio. Baseado em diversas experiências, concluiu que há algo de mais individual no ser humano, que é a sua consciência. Em contrapartida, existe também a sombra, que corresponde a uma camada superficial do inconsciente, que, entretanto, é menos singular pelo fato do indivíduo se diferenciar de sua espécie mais através das

virtudes do que pelas fraquezas. Jung (1987) afirma que o indivíduo mostra-se, assim, tal qual ele é, revelando o que antes estava oculto pela máscara da adaptação convencional, ou seja, da sombra. Ao tornar-se consciente da sombra, através da sua assimilação, o indivíduo traz para a consciência toda sua esfera animal dos instintos, assim como a psique primitiva que através de ficções e ilusões. O reconhecimento da sombra é motivo de humildade e de medo pelo indivíduo ficar diante da insondável natureza humana. O ser humano que ignora sua sombra pode ser considerado inofensivo, mas quem conhece sua sombra, saberá que não é inofensivo de fato. Nesse ponto, para uma criança ainda dependente de sua mãe, seja mais seguro ficar em uma relação fusionada e indiferenciada, como mencionou (Bowen, 2014), do que ser capaz de enfrentar os próprios medos e para poder diferenciar-se.

Existem dois pontos primordiais para a coragem psicológica. O primeiro é a preciosidade de cada momento. Uma das características mais marcantes da ansiedade obsessiva é a quantidade de energia e tempo que ocupa. O indivíduo que se sente submisso socialmente perderá grande parte de sua vida tentando evitar experiências em que essa ansiedade poderá ocorrer. Assim, sua vida ficará repleta de “nãos” - esse lugar não; essa pessoa não; esse trabalho não. Um indivíduo nessa situação está, basicamente, perdendo a própria vida, pois deixou que ela fosse controlada por sua ansiedade. Ao menos, os estóicos falaram sobre eventos reais tais quais acidentes e doenças. Mas esse indivíduo abandonou sua liberdade por uma série de fantasias negativas, imagens criadas pela sua mente e que são capazes de reforçar a ansiedade de ser inaceitável. Nesse caso, mesmo que haja algum tipo de prazer na autopiedade, os estóicos seriam bastante contundentes, considerando incrivelmente a tristeza e o desperdício de vida (PUTMAN, 2004).

O segundo ponto que Putman (2004) ressalta é a ênfase que os estóicos deram para as decisões sobre o estado emocional. Esse fato é bem diferente da forma como se pensa atualmente. Sobre isso, Epicteto afirma que o que insulta um indivíduo não é a pessoa que o abuse ou o atinja, mas o julgamento sobre ele daqueles que os estão insultando. Então, quando alguém se irrita por algo, tem que estar ciente que o que o irritou foi sua própria crença. Assim, se alguém pisar no

pé de uma pessoa e ela ficar brava, essa raiva é fruto de sua própria escolha. O indivíduo tem liberdade para responder da maneira como quiser. Essa liberdade dentro da dinâmica familiar pode ser observada em Winnicott (2011), ao levantar a questão que a família é composta de crianças individuais e que suas diferenças não são apenas genéticas, mas também em relação ao desenvolvimento emocional. Esses fatos determinam como a criança se encaixará nas famílias de formas diferentes.

Biswas-Diener (2012) afirma que as pessoas se esforçam no intuito de encontrar exemplos de feitos físicos de bravura, como os dos soldados que entram na batalha ou os atletas que tentam estabelecer recordes em esportes perigosos, entre outros. É verdade que muitas vezes a coragem surge através de formas físicas, mas não pode ser apenas isso. Muitas definições de coragem que podem ser observadas nos dicionários dizem essencialmente que a “coragem é uma qualidade de mente e espírito, que permite que uma pessoa enfrente um perigo ou dificuldade sem demonstrar medo” (Biswas-Diener, 2012, p.5). Pode-se observar que nessa definição está incorporada a ideia de que a coragem é, até certo ponto, uma mentalidade e não um comportamento. Com a abrangência da definição da coragem como um espírito ou mente, essa atitude mental pode passar a ser comum tanto para uma criança que enfrente seu primeiro dia de aula quanto para um executivo que aposta em um novo produto. No fim, a coragem não é encontrada apenas em atos físicos, mas uma atitude em relação às situações intimidadoras.

Putman (2004) usou o termo coragem psicológica com o intuito de reafirmar a ideia de que a coragem pode ser um termo devidamente apropriado para enfrentar o medo interior, fobias, maus hábitos e relacionamentos psicológicos disfuncionais de cada indivíduo. O autor distingue a coragem psicológica dos outros dois tipos de coragem, que foram amplamente discutidos na história. Segundo ele, a coragem física supera o medo da morte ou danos físicos, e seus objetivos são tradicionalmente definidos pela sociedade ou através de requisitos de sobrevivência. Já o segundo tipo, a coragem moral, tem como principal preocupação manter a integridade da ética, ou da autenticidade, como alguns filósofos a chamaram. Na coragem moral, o indivíduo se esforça para a

manutenção da integridade do bem, ao mesmo tempo, em que supera o medo de ser rejeitado.

Já na coragem psicológica, o medo a ser enfrentado não é o dano físico, geralmente, muito menos a perda da integridade moral é sua preocupação. Os medos, nesse tipo de coragem, giram em torno de uma perda da estabilidade psicológica. Ela é a coragem necessária para que o indivíduo possa enfrentar seus medos e ansiedades irracionais, que são aquelas emoções que o impedem de agir e podem variar desde hábitos e compulsões até fobias. Enfrentar uma fobia ou um vício é entendido enquanto um ato de coragem, pelo fato de que, na coragem moral, admitir o problema é o mesmo que enfrentar o risco de acabar estigmatizado pela sociedade. Outro ponto é que admitir a fraqueza em sua auto-imagem pública é algo extremamente difícil de ser feito, principalmente se envolver algum problema muito pessoal. É importante ressaltar que uma grande quantidade de dor, tanto física quanto psicológica, pode estar envolvida no enfrentamento da ansiedade ou na mudança do hábito ruim. Para a definição da coragem psicológica, a estabilidade da mente é ameaçada (ou percebida dessa forma) devido ao processo de lidar com o problema. A psique sente-se ameaçada por uma possível perda. A sensação de ansiedade que acompanha o transtorno obsessivo-compulsivo, ou o medo de perder o controle da realidade, no caso da mudança do hábito do uso de uma droga, por exemplo, são medos de um tipo de morte psíquica e a coragem no rosto da morte psíquica, pode ser tão difícil quanto a coragem diante da morte física (PUTMAN, 2004).

3.3.

Coragem ontológica x coragem ética

Segundo Tillich (2000), existem duas formas de se entender a coragem. O conceito maior de coragem que abrange um elemento ontológico e outro ético começa a tornar-se altamente eficaz no fim do mundo antigo e no início do moderno com o estoicismo e o neo-estoicismo, duas escolas filosóficas, mas que na visão do autor, podem representar mais que isso. Através delas, algumas das figuras mais nobres da antiguidade e, posteriormente, seus seguidores, puderam

responder ao problema da existência e controlar as ansiedades do destino e da morte. A coragem estoíca não foi criada pelos filósofos estoícos, que, apenas, lhe deram uma expressão clássica em termos racionais. A premissa básica desse conceito é oriundo da mitologia, de lendas de feitos heróicos, de palavras de sabedoria primitiva, de tragédia e poesia, e de séculos de filosofia que antecederam a ascensão do estoicismo.

Os antigos filósofos estoícos podem não ter uma ligação muito grande com a forma de se enfrentar a ansiedade, apenas, talvez, em um sentido negativo. Geralmente, eram vistos por negarem ou reprimirem a ansiedade, não por enfrentá-la. Sua força parece estar na coragem física diante da morte. Epicteto, uma das principais figuras do estoicismo, era um escravo que tinha a perna quebrada pelo seu mestre e que aceitou e desenvolveu o estoicismo quando ganhou sua liberdade, também devido a essa experiência. Contudo, existe mais para o estoicismo que apenas ser estoíco e muitos dos pontos levantados por essa escola filosófica são altamente relevantes para quem está querendo lidar com a ansiedade (PUTMAN, 2004).

Foi na morte de Sócrates que o conceito de coragem dos estoícos recebeu ainda mais força, pois o fato representou um verdadeiro símbolo para o mundo antigo. A noção antiga da coragem socrática, militar e heróica, do soldado que todos deveriam seguir, transcendeu para uma racional e universal, uma coragem da sabedoria. Essa mudança ocorreu pela demonstração da situação humana perante o destino e a morte e de uma coragem que fosse capaz de confirmar a vida por confirmar a morte. Sêneca descreveu a coragem estoíca ressaltando sua interdependência com o medo da vida e da morte, assim como a interdependência da coragem de morrer e da coragem de viver. O filósofo aponta, ainda, para aqueles que não querem viver e nem sabem morrer (TILLICH, 2000).

A coragem estoíca engloba tanto o sentido moral quanto o ontológico, é a “coragem de ser” que se baseia no controle da razão do homem. Porém, essa razão não possui o mesmo sentido da razão baseada no raciocínio, que é a entendida atualmente. Para os estoícos, a razão é o logos, uma estrutura significativa da realidade da mente humana e de uma forma geral. Sêneca afirma que se existir apenas a razão enquanto atributo do ser humano ela será seu único bem, valendo

tudo o que restar acabar fazendo parte de uma única coisa. O significado disso é que a razão é a verdade do homem ou natureza essencial; a coragem de ser é a coragem de afirmar a nossa própria natureza contra o que é acidental no próprio indivíduo (TILLICH, 2000).

O estoicismo perdeu força com a substituição da coragem da renúncia pela fé na salvação cósmica, porém retornou, em seguida, com a desintegração do sistema medieval, que era dominado pelo problema da salvação. Contudo, o estoicismo ainda voltou a ser importante para um pequeno grupo intelectual elitizado, mas sem substituir o caminho da salvação pelo caminho estóico da renúncia. Através do impacto causado pelo cristianismo no mundo ocidental, ocorreu o renascimento, assim como a transformação das antigas escolas de pensamento no início da época moderna. O humanismo moderno rejeita tanto a ideia de salvação quanto de renúncia, substituindo-as por uma forma de autoafirmação capaz de transcender a dos estóicos, pelo fato de incluir a existência material, histórica e individual. Entretanto, o humanismo moderno pode ser chamado de neo-estoicismo, pelo fato de terem alguns pontos em comum entre o antigo estoicismo e ele (TILLICH, 2000).

Segundo Tillich (2000), Spinoza foi um dos principais representantes dessa fase. Nele é possível observar a elaboração da ontologia da coragem, pois sua intenção era claramente a de mostrar o fundamento ontológico da existência ética do homem, incluindo sua coragem de ser. Sua principal obra ontológica foi denominada “Ética”, o que evidencia seu objetivo. Nesse ponto, a coragem é uma expressão do ato essencial de tudo que participa do ser, ou seja, a autoafirmação, cuja doutrina é um elemento central no pensamento de Spinoza. Para ele, assim como para os estóicos, essa coragem de ser não passa de uma coisa entre outras.

Ainda segundo Spinoza, o esforço capaz de fazer com que tudo se empenhe em persistir em seu próprio ser, nada mais é do que a verdadeira essência da coisa em questão. Esse esforço, cuja palavra latina usada é *conatus*, é referente a um empenho por algo que é a sua *essentia actualis*, esforçando-se para a autopreservação ou para a autoafirmação, fazendo com que seja como realmente deveria ser. Spinoza afirma que esse esforço também é sua potência e a mente afirma ou propõe sua própria potência de ação. A potência de ser é identificada

com a virtude que, por sua vez, com a natureza essencial. A autoafirmação é a afirmação do ser essencial de um indivíduo e o conhecimento do ser essencial de alguém tem a razão como intermediária, a potência de algum indivíduo em ter ideias adequadas (TILLICH, 2000).

A relação entre autoafirmação e coragem é explicada por Spinoza através de dois termos: *fortitudo* e *animositas*. *Fortitudo* é a força da alma, o poder que ela possui de ser o que é essencialmente; *Animositas*, que deriva de *anima*, cujo significado é alma, é a coragem no sentido da ação do indivíduo. O filósofo afirma que coragem é a vontade de cada indivíduo em se esforçar para preservar o próprio ser. A filosofia de Spinoza ainda é capaz de distinguir *animositas* e *generositas*, que é o desejo de se ligar a outras pessoas. Isso demonstra a dualidade do conceito de coragem de ser abrangente e limitando, ao mesmo tempo. Assim, é possível perceber dois cognitivos que sempre determinam a coragem: a universalidade ontológica e o especificamente moral. Esse fato gera consequência muito importante para um dos problemas éticos mais difíceis, que é a relação entre a autoafirmação do próprio ser e o amor pelos outros, que tenderia a ocorrer através da autoafirmação (TILLICH, 2000).

Segundo May (1975), a coragem é importante para que os indivíduos possam ser e vir a ser. Mas, para isso, é necessário afirmá-lo e comprometer-se, o que faz com que os seres humanos se diferenciem do resto da natureza. A principal característica desse tipo de coragem é o fato de sua origem estar no interior do eu, preenchendo um “vazio” interior que corresponderia com uma apatia exterior que, por sua vez, poderia virar covardia. É possível observar no caráter ontológico da coragem uma relação com a alegria, que se origina a partir da afirmação do ser essencial de um indivíduo. Isso pode ser observado quando Tillich (2000) ressalta o incentivo de Sêneca ao seu discípulo Lucílio, que deveria aprender como sentir alegria. Entretanto, essa alegria a que ele se referia não era uma alegria real, nem oriunda de uma simples satisfação de desejos. A alegria descrita pelo filósofo é algo que acompanha a autoafirmação do ser de cada um. Nesse caso, se a coragem fosse interpretada apenas em termos éticos não seria capaz de extravasar a alegria da realização do self de um indivíduo.

4

A coragem na dinâmica familiar e a relação com diferenciação

Para Winnicott (2011), dentro do universo psicológico, existe uma tendência inata do indivíduo rumo ao seu desenvolvimento. O autor ainda ressalta as dificuldades enfrentadas por uma criança desde o seu nascimento e a forma como ela vai criando o mundo exterior criativa e progressivamente, dependendo da sensibilidade de sua mãe na adaptação às necessidades da própria criança. Segundo o autor, os primeiros estágios desse processo de início do desenvolvimento da criança são dolorosos e dependem da capacidade da mãe de ir apresentando fragmentos de realidade em momentos relativamente certos. A importância de a mãe exercer essa função ocorre por ela estar identificada em certo grau com essa realidade externa do bebê. Bowen (2014) demonstra como a separação de um indivíduo da sua família origem pode ser difícil e dolorosa, acarretando em uma série de consequência como a dificuldade de separar a razão da emoção em decisões ou nas repetições em relações futuras.

A coragem foi escolhida por Tillich (2000) como seu objeto de estudo por consistir em um conceito presente na essência do ser humano. É inviável pensar na existência humana, muito menos no seu desenvolvimento, sem considerar a presença da coragem. Assim, o autor ressalta a coragem por ela representar a convergência dos problemas sociológicos, filosóficos e teológicos, permitindo dessa forma, uma análise da situação humana. Segundo ele, a coragem possui uma realidade ética, mas está enraizada em toda a amplitude da existência humana, assim como na estrutura do próprio ser. A coragem deve ser considerada ontologicamente para ser entendida eticamente. Luís (2011) afirma que a coragem é entendida como um valor da própria existência humana, ajudando o indivíduo a lidar com desafios tanto intra quanto interpessoais.

Coragem é geralmente descrita como o poder da mente que ajuda a vencer o medo. Entretanto, a psicologia profunda, em cooperação com a filosofia existencialista nas últimas décadas, tem demonstrado uma decisiva distinção entre medo e ansiedade, assim como as definições mais precisas de cada um desses

conceitos. Análises sociológicas atuais apontam a importância da ansiedade enquanto um fenômeno grupal. Assim, Tillich (2000) ressalta a necessidade de incluir uma ontologia da ansiedade em uma ontologia da coragem, pelo fato de ambas serem interdependentes, possibilitando que à luz de uma ontologia da coragem, acabem tornando perceptíveis alguns aspectos da ansiedade. O indivíduo ansioso está entregue sem apelação, pois não tem objeto ao qual agir, deixando claro o desamparo no estado de ansiedade. Ela pode ser expressa através de reações inadequadas, perda de direção, falta de intencionalidade ou ser relacionada a conteúdos significantes de conhecimento ou vontade. O único objeto presente é a própria ameaça, mas não a fonte dessa ameaça, porque essa fonte é o nada (TILLICH, 2000).

Papero (1998), em sua leitura acerca da teoria de Bowen fala sobre a ansiedade que pode surgir na dinâmica familiar. Segundo ele, duas variáveis que são capazes de exercer influências na operação do sistema emocional humano: diferenciação do eu (como visto no primeiro capítulo) e ansiedade, que corresponde à maior variável capaz de afetar a operação do sistema emocional humano. Ela foi definida na teoria boweniana enquanto o medo perante uma ameaça real ou imaginária, dividindo-a em: ansiedade aguda e ansiedade crônica. A aguda corresponde a uma ameaça real, que pode ser facilmente descrita. Seus efeitos ficam restritos ao período de atuação, possibilitando ao indivíduo uma rápida recuperação. Exemplos desse tipo de ansiedade podem ser observados nos sentimentos que se apossam de um indivíduo ao ser submetido a um tratamento dentário ou, de forma mais grave, reações físicas e psicológicas que podem surgir em soldados prestes a entrar em combate militar (Papero, 1998). Putman (2004) pontua um tipo de coragem presente em casos de indivíduos que pretendem controlar o outro. Situações comuns são pais que tentam evitar que seus filhos tomem decisões sobre suas próprias vidas; uma mulher que acaba controlando a vida do seu cônjuge ou um líder religioso que controla a vida dos membros do seu culto. Estes tipos de coragem remetem a medos significativos e justificáveis.

Ansiedade crônica consiste em uma condição orgânica de existência independente de estímulos ou situações específicas, sendo o medo, em relação ao que possa acontecer ou existir, algo bem frequente. Ela pode ser observada através

de manifestações na forma de sensibilidade, de reação, assim como de respostas de índole comportamental. Mesmo podendo ser oriunda de uma base genética, é capaz de atingir as estruturas e os processos de interação com o ambiente, exercendo influência na forma como o mundo é percebido e interpretado pelo indivíduo, podendo aumentar o nível de ansiedade aguda. É perceptível a possibilidade da ansiedade crônica ser transmitida através de gerações. Levando-se em conta os fatores de sensibilidade individual e a forma como o indivíduo percebe e interpreta o ambiente e a forma reativa como pode se comportar, a ansiedade representa uma sintonia do sistema emocional desse indivíduo, realizada tanto pelo seu passado mais longe, quanto pelo mais próximo. Assim, o sistema de relacionamento entre uma criança em desenvolvimento e seus responsáveis têm uma importância extrema no desenvolvimento e na transmissão da ansiedade crônica (PAPERIO, 1998).

Com isso, é possível perceber semelhanças entre ansiedade crônica e ansiedade para Tillich (2000) e ansiedade aguda e medo. Para o autor, ansiedade e medo são distintos, porém inseparáveis. São inerentes um ao outro, pois o estímulo do medo é a ansiedade, e esta se esforça na direção do primeiro. Medo é estar assustado com algo ou alguém, o momento de morrer, uma dor ou rejeição de um grupo. Porém, na antecipação da ameaça que é originária desses medos, o que é assustador, não é a negatividade dessas situações, mas a ansiedade das suas consequências para o indivíduo. Tillich cita o medo da morte como exemplo, pois seu objeto é a antecipação de morrer por doença ou acidente e, assim, sofrer a agonia de perder tudo. No entanto, o objeto da ansiedade é desconhecido depois da morte, podendo ser relacionado ao não-ser.

4.1.

Diferenciação e coragem ontológica

Bowen (2014) destacou dentre seus postulados três conceitos: o primeiro consiste no grau de “diferenciação do self” de um indivíduo; o segundo é referente ao sistema de relações que existem dentro da massa da família atual do ego, considerando as forças emocionais externas oriundas da família de origem, dos

sistemas emocionais do ambiente de trabalho ou das relações sociais, que sejam capazes de influenciar na massa familiar; o último consiste na importância da influência da família de origem nos campos emocionais dos filhos.

O conceito de diferenciação para Bowen (2014), como abordado anteriormente, é o grau em que um indivíduo é capaz de se separar emocionalmente de sua família de origem. Quanto maior o nível de diferenciação maior a capacidade do indivíduo de separar razão da emoção em suas decisões. Em contrapartida, quanto maior for o grau de indiferenciação, maior será a necessidade de apego à família de origem, principalmente aos seus pais. Isso faria com que esse indivíduo agisse de forma emocionalmente reativa. É importante ressaltar a importância da existência de fronteiras nítidas entre os subsistemas familiares que possam proteger a manutenção da diferenciação do indivíduo (MINUCHIN, 1990).

O esforço básico do sistema terapêutico de Bowen (2014) consiste em possibilitar que cada membro da família possa alcançar um grau de diferenciação mais alto possível, permitindo que o sistema emocional possa funcionar de forma estável e equilibrada. Dessa forma, cada membro da família torna-se capaz de se dedicar ao bem estar dos demais membros. Entretanto, em um estado de desequilíbrio, o sistema familiar tende a atuar automaticamente com o intuito de reestabelecer o funcionamento disfuncional anterior em que algum membro acabava sacrificado. Quando um dos membros começa a se movimentar em direção a um nível mais alto de diferenciação pode causar transtornos no sistema familiar, gerando forças contrárias do grupo ao seu movimento. Porém, no caso desse indivíduo conseguir sucesso no seu processo de diferenciação sua posição diferenciada poderá ser apreciada por todo o sistema familiar.

Um indivíduo totalmente diferenciado é algo teórico para Bowen (2014), mas pelas características mencionadas, pode-se pensar que o indivíduo com um maior nível de diferenciação seja semelhante ao que Tillich (2000) considerou a autoafirmação da sua própria natureza. O sujeito da autoafirmação é o sujeito do eu centralizado e, dessa forma, ele é um eu individualizado. Pode ser destruído, porém não cindido e cada uma de suas partes possui sua marca, não de outro. Sua autoafirmação é direcionada apenas para ele próprio enquanto indivíduo único e

insubstituível, não podendo ser destinado a qualquer outra pessoa (TILLICH, 2000). Segundo Jung (1995) a singularidade consiste na individualidade que a personalidade tem, como em qualquer individualidade. Uma pessoa vive apenas sob forma de uma unidade viva ou indivíduo, assim a vida se destina sempre a uma vivência individual. Apenas o psiquismo objetivo pode ser concebido enquanto uma realidade universal e da mesma natureza, o que significa uma condição psíquica prévia e igual para todas as pessoas. Entretanto, em toda manifestação dessa realidade, ela precisará individualizar-se, pois a única forma de expressão é através de um indivíduo singular.

Tillich (2000) expõe a forma como a autoafirmação é a natureza essencial de cada indivíduo e, devido a isso, seu bem mais elevado. A ontologia da coragem pode chegar a sua expressão fundamental, pois a autoafirmação perfeita não é apenas um ato isolado, mas também a participação no ato universal. Outro ponto relevante é o poder que permite o domínio do desejo e da ansiedade, o que foi ressaltado por Spinoza, com a noção de participação do indivíduo. Apenas um afeto pode ser conquistado por outro afeto. Nesse caso, apenas o afeto é capaz de dominar os sentimentos e a possibilidade da “coragem de ser” ocorre pela sua participação na autoafirmação essencial de ser, já que a possibilidade do não-ser causa ansiedade.

Lembrando a importância que Winnicott (2011) atribui à mãe em relação ao desenvolvimento inicial da criança ao ser a representante do elo entre a criança e a realidade externa, o autor afirma que, no caso de não haver alterações ou reviravoltas no ambiente, a criança terá a oportunidade de manter um sentimento de continuidade do ser. A existência do sentimento dessa continuidade, o indivíduo é capaz de adquirir uma estabilidade que jamais poderia conseguir de outra maneira. “Coragem é autoafirmação ‘a-despeito-de’, isto é, a despeito daquilo que tende a impedir o ser de se afirmar” (Tillich, 2000, p.32). Seguindo uma linha diferente das doutrinas estoica e neo-estoica sobre a coragem, as chamadas “filosofias da vida” trataram daquilo contra o que a coragem está voltada. Nesse sentido, se o ser é pensado em termos de vida, ou em um processo, ou até um vir a ser, o não-ser tem de ser encarado ontologicamente de forma tão fundamental quanto o ser. Isso não significa que o ser tenha alguma prioridade

sobre o não-ser, apenas que o segundo seja considerado através da mesma ontologia. Ao saltar o olhar sobre a coragem enquanto uma chave para a interpretação do ser-em-si, abre-se uma porta para o ser e a negação do ser, assim como para a unidade deles (TILLICH, 2000).

Com isso, é possível perceber a existência de uma polaridade na natureza de cada indivíduo. Da mesma forma como é perceptível nos princípios ontológicos, de acordo com a estrutura polarizada do ser: a do eu e a do mundo. A individualização e a participação podem ser consideradas os primeiros elementos polares em um indivíduo. A relação com a questão da coragem é óbvia, já que a coragem foi descrita como uma autoafirmação do ser a despeito do não-ser. Dessa forma, o sujeito dessa autoafirmação é o eu individual, mas que participa do mundo. A autoafirmação do indivíduo possui dois lados distintos, porém não são separáveis: uma é a afirmação do eu como eu, separado, autocentralizado, individualizado, incomparável, autodeterminado, diferenciado, livre. Isso é o que se afirma em cada autoafirmação, defendendo contra a não-existência. A autoafirmação ontológica é capaz de superar todas as diferenças da definição do eu metafísico, ético ou religioso, não sendo natural nem espiritual, muito menos boa ou má, nem imanente ou transcendente. “Tais diferenças são possíveis só por causa da autoafirmação ontológica subjacente do eu como eu” (Tillich, 2000, p.87). Da mesma forma, os conceitos que possibilitam caracterizar o eu individual, o fazem baseado em diferenças de avaliação: separação não é afastamento; autocentralização não é egoísmo; autodeterminação não é pecaminosidade. São descrições estruturais, assim como é a condição de ambos: amor e ódio; condenação e salvação (TILLICH, 2000).

4.2.

Dinâmica familiar e coragem ética

Segundo Tillich (2000), o eu só pode ser o que é pelo fato de ter um mundo, um universo estruturado, ao qual esse eu possa pertencer, estando separado, ao mesmo tempo. O eu e o mundo são correlatos e, dessa forma, a individualização e participação também o são. A participação significa tomar parte

de algo, fazer parte e pode ser entendida em diversos contextos como compartilhar algo, ter em comum ou ser parte. Em todos os casos a participação pode ser vista como uma identidade parcial e uma não identidade parcial, pois a parte de um todo não é igual ao todo do qual ela faça parte. Nesse ponto, é importante ressaltar a leitura que Nichols & Schwartz (2007) fizeram da teoria boweniana. Os autores afirmam que os relacionamentos humanos são impulsionados através de duas forças de vida que acabam se equilibrando: individualidade e proximidade. Dessa forma, toda pessoa possui um sentido contraditório, o de ter companhia ao mesmo tempo em que necessita um certo grau de independência. Esse fato demonstra a tendência de todo indivíduo de ser polarizado em sua essência.

Essa polaridade humana demonstrada na teoria de Bowen (2014), e observada mais acima na concepção de coragem feita por Tillich (2000), foi aprofundada por ele através dos níveis de diferenciação que um indivíduo é capaz de atingir a partir do seu nascimento. Segundo ele, todo indivíduo tem uma tendência inata a ter um apego emocional à família, resultando em uma indiferenciação ou pouca diferenciação em relação aos seus pais. O indivíduo indiferenciado está propenso a ficar em uma relação de fusão com sua mãe ou seus pais, o que foi chamado por Bowen de “fusão do ego”, permanecendo em uma relação simbiótica ou o que foi chamado de “*folie à deux*” (loucura a dois), em casos mais extremos e como pôde ser visto no primeiro capítulo do presente estudo.

Jung (1995) afirma ser uma falta de sorte de uma criança no caso dela não encontrar uma família de verdade em casa, não obstante, também é prejudicial para ela estar presa demais à família. Uma ligação muito forte aos pais condiz com um impedimento para adaptação futura ao mundo. O adolescente não está destinado à família e a ser para sempre o filho dos seus pais, mas ao mundo. Os pais que agem dessa forma, segurando seus filhos, acabam exercendo uma influência altamente negativa, pois dificultam a possibilidades dos filhos de assumirem responsabilidades individuais. Sobre isso, Bowen (2014) aponta que um adolescente bem diferenciado, por ter iniciado esse processo de crescimento emocional ainda durante a infância, afastando-se dos pais, poderá continuar seu processo de crescimento de forma tranquila e ordenada. Na adolescência, então,

ele poderá começar a assumir responsabilidades por si mesmo, ao invés de ter que lutar contra a fusão não resolvida com seus pais.

Segundo Luíz (2011), a coragem pode expressar-se de forma mais instrumentalizada, permitindo assim, que os indivíduos mais jovens possam persistir na concretização de seus objetivos, enquanto aos mais velhos, resistir perante possíveis adversidades. Apesar de ser comum a todos os indivíduos, a coragem é definida baseada na experiência humana individual. Ela também é vista, geralmente, como uma virtude humana capaz de ser uma resposta às necessidades de crescimento, possibilitando uma noção maior de competência e aptidão neles. Além disso, outra ideia sobre a coragem pôde ser observada, a de possuir um valor da própria existência humana, representando uma espécie de motor durante o decorrer da vida.

Para Tillich (2000), a coragem ética está relacionada com a coragem de ser parte, de afirmar o próprio eu através da participação. O indivíduo como um ser centralizado, ou como uma pessoa, é capaz de participar de tudo, mas ele apenas participa daquela parte que o torna uma pessoa. Apenas através do encontro com outras pessoas é que o indivíduo pode tornar-se e permanecer uma pessoa, e o lugar desse encontro é na sociedade. O sujeito que tem a coragem de ser como uma parte tem, ao mesmo tempo, coragem de se afirmar enquanto parte da comunidade da qual participa. Sua autoafirmação acaba sendo uma parte da autoafirmação dos grupos sociais que fazem parte da sociedade. Esse fato indica a existência de uma autoafirmação coletiva, não apenas individual, que seria ameaçada pela possibilidade de um não-ser coletivo, produzindo uma ansiedade generalizada na comunidade. Essa ansiedade coletiva deve ser enfrentada pela coragem coletiva. Assim, é possível dizer que o indivíduo dessa ansiedade/coragem é um nós-eu que se opõe aos egos que fazem parte dele, criando uma dualidade na relação do indivíduo no mundo.

4.3.

Vinhetas clínicas

Nesse subcapítulo serão observadas algumas vinhetas clínicas oriundas de casos atendimentos e retirados de artigos, que possibilitem ilustrar as concepções teóricas abordadas anteriormente, nos capítulos do presente estudo. Segundo Guimarães e Bento (2008), as vinhetas clínicas têm por função fazer ilustrações clínicas da teoria demonstrada na realização de uma pesquisa. Assim, as vinhetas consistem em pequenos recortes de casos clínicos que permitem ter uma noção prática da teoria utilizada. Também é importante ressaltar que todos os nomes são fictícios.

4.3.1.

Vinheta clínica 1

A vinheta é referente a um caso clínico de terapia familiar realizada na instituição do SPA da Puc-Rio. O atendimento foi conduzido por uma dupla de coterapeutas, possibilitando-me acompanhar e participar dos debates por fazer parte da equipe de supervisão do curso de pós-graduação *lato sensu* em psicoterapia de família e casal. A família atendida durante mais de 20 sessões, era composta por pai (Roberto – 47 anos); mãe (Vânia – 49 anos); dois filhos (Daniel de 15 anos e Carlos de 11 anos). Ela chegou à terapia por indicação de uma terapeuta individual que era a responsável pelo tratamento individual de Daniel, que permanecia calado o tempo todo. Roberto alegou que o motivo por procurar a psicoterapia para o filho foi devido a uma “suposta tentativa de suicídio” que, o menino alegou ter tomado um número maior de remédios ansiolíticos que havia tomado de fato. Outro fato relevante para a busca pelo tratamento foi devido ao pai considerar que Daniel não tinha comportamentos que ele considerava adequados para a idade.

Durante as primeiras sessões de atendimento, a família se configurava de forma demasiadamente confusa e emaranhada, havendo disputa por espaços e atravessamentos dos diálogos uns dos outros. Essa forma de agir da família

demonstrava claramente fronteiras difusas entre os subsistemas, levando a uma massa indiferenciada familiar, em que cada membro não conhecia o seu devido lugar e função. Roberto incomodava-se muito com o isolamento do filho adolescente, Daniel, que vivia mexendo no celular e pouco convivía com os demais membros da família. Nesse caso é possível perceber a dualidade existente entre a individualidade e a participação, como também a forma como o rapaz procurava não apenas autoafirmar a sua própria essência do ser, sendo tomado, inclusive pela coragem de enfrentar o pai, ao lhe agredir, como Roberto mencionou em uma das sessões realizadas. Da mesma forma, Daniel buscava se diferenciar de sua família indiferenciada e incapaz de ser continente às suas emoções.

Em contrapartida, Carlos, o filho mais novo, vivia uma relação fusionada com a mãe. Aos 11 anos, apresentou-se como um menino sem autonomia, ou com um grau de diferenciação muito baixo em relação à sua mãe. Nas sessões, normalmente se posicionava com a cabeça próxima à axila da mãe, como se fizessem parte de um corpo só. Em casa, tinha o hábito de ficar na cama dos pais na companhia de sua mãe, vendo filmes. Isso remete a Bowen (2014), como visto no primeiro capítulo, em que a separação do filho para que ocorra a diferenciação, depende mais dos processos intrapsíquicos da mãe do que da própria criança em si. Assim, Vânia não permitia que Carlos se afastasse dela, dificultando que o menino adquirisse maior autonomia e diferenciação. Com isso, o menino acabava por ficar preso às demandas familiares, sem permitir que pudesse autoafirmar sua própria natureza, fazendo aquilo que sentisse vontade de fato.

Segundo Bowen (2014), a família pode ser considerada um sistema a partir do momento em que as mudanças em uma parte acarretam em mudanças compensatórias em outras partes do mesmo sistema. Assim, a família é uma variedade de sistemas e subsistemas que funcionam em diversos níveis de eficiência, desde uma forma saudável até um mau funcionamento ou falência total. Porém, também é necessário pensar em um superfuncionamento que pode ser compensatório ou não. Dessa forma, a família atendida apresentava um subsistema conjugal totalmente esvaziado, com Roberto e Vânia afastados enquanto marido e mulher, havendo uma compensação por um

superfuncionamento do subsistema parental, com todas as atenções voltadas para os filhos.

Assim, através do aumento da nitidez da fronteira entre esses subsistemas, a família foi se tornando capaz de entender seus lugares e funções. Daniel começou a se abrir mais e a se relacionar melhor com seus pais, dando vazão ao polo do pertencimento relatado por Tillich (2000) em contraposição à individualidade da autoafirmação do ser. Vânia também passou a começar a dar mais autonomia para os filhos e, assim, Daniel e Carlos começaram a poder se responsabilizar por algumas coisas.

4.3.2.

Vinheta clínica 2

A segunda vinheta diz respeito a um atendimento de terapia de casal realizada na instituição do SPA da Puc-Rio. Os atendimentos foram conduzidos por mim em parceria com uma coterapeuta da equipe de supervisão do curso de pós-graduação *lato sensu* em psicoterapia de família e casal. O casal era composto por Marcelo (44 anos) e Bianca (43 anos). Ambos buscaram a terapia por indicação da psiquiatra da instituição, que indicou que fizessem terapia individual. O casal tem uma filha de 17 anos que está em psicoterapia individual no SPA da Puc-Rio.

O casal chegou para a primeira sessão afirmando não haver problemas entre eles, apenas não sabiam lidar com a filha. Entretanto, não demorou muito para começarem a surgir desavenças entre eles, principalmente no que se referia à criação da filha. Ambos se mostraram extremamente reticentes em dar autonomia para a filha adolescente por acharem que ela tem dificuldade de aceitar “não” desde a infância, agindo com agressividade. O casal chegou à primeira sessão com um suposto diagnóstico de transtorno de personalidade borderline para a filha, tentando confirmar suas impressões de que ela era uma garota-problema.

Entretanto, com o passar das sessões, Marcelo foi demonstrando uma capacidade cada vez maior de dar alguma autonomia para Laura, a filha, enquanto Bianca começou a mostrar-se extremamente angustiada com a possibilidade de

separação da filha, alegando ter medo que ela cometesse suicídio, repetindo o ato do avô materno, ou que fizesse algo errado, por considerá-la desligada e irresponsável. Segundo ela, toda vez que a filha vai a uma festa à noite, no dia seguinte, Bianca sente-se exausta, como se tivesse ido à festa com Laura. Isso demonstra o grau de fusionamento ou indiferenciação da mãe com a filha.

Ao aprofundar essa angústia relatada por Bianca, ela afirma que sempre se sentiu dessa forma, com dificuldade de se separar dos outros, desde quando era pequena. Em uma sessão sobre o passado, disse ter tido os seis primeiros meses da gravidez tranquilamente, mas devido a um problema que teve, passou a correr o risco de perder a filha. Segundo ela, esse fato agravou ainda mais a dificuldade de separação, fazendo com que sentisse a necessidade de ficar alerta todo o tempo. Assim, Bianca fica o tempo todo à espera de alguma notícia ruim.

Talvez a má notícia que Bianca tanto espera, seja a que sua filha-criança, Laura, já tenha “morrido” e, por isso, tenha se separar dela. A criança, ao tornar-se adolescente começa a desejar alguma autonomia. Entretanto, Laura ainda parece sofrer as consequências de uma relação ainda indiferenciada com sua mãe, fazendo com que o pai se ausente em relação à filha. Em uma sessão, Marcelo afirmou se negar a fazer companhia para a filha em determinados momentos de lazer. Essa triangulação com o pai, relembrando o conceito de Bowen (2014) visto no primeiro capítulo, seria capaz de diminuir a tensão da relação fusionada da díade mãe-filha e, assim, permitir à Laura adquirir uma autonomia maior e podendo autoafirmar sua essência natural de ser, como ressaltou Tillich (2000), anteriormente, sem que seja diagnosticada por transtornos de personalidade.

5

Considerações finais

“Aprendi que a coragem não é a ausência de medo, mas o triunfo sobre ele. O homem corajoso não é aquele que não sente medo, mas o que conquista esse medo”. Com essas palavras do vencedor do prêmio nobel da paz e líder humanitário Nelson Mandela que lanço a indagação do por que a coragem possui um valor tão alto para a humanidade? Ela pode ser observada desde os tempos mais arcaicos em obras, histórias, lendas, fábulas, mitos sendo enaltecida das melhores formas possíveis, até os dias atuais. A maioria das pessoas talvez tenha a plena capacidade de encher o peito de orgulho ao relatar um ato de coragem, principalmente nos dias em vivemos atualmente.

Podemos lembrar as histórias do Rei Arthur, ao lado de seus honrados cavaleiros da Távola redonda, e suas guerras contra os bárbaros; os mitos gregos de Perseu, que matou a temida Medusa ou de Héracles e seus doze trabalhos, cada um mais desafiador e perigoso do que o outro; podemos pensar nas lutas de Joana D’arc, de Mandela, de Luther King e de tantos outros que demonstraram e foram exemplos de coragem e heroísmo para a história da humanidade. Essa coragem, como foi demonstrada no segundo capítulo, sempre foi digna de honrarias e sempre será, mas, apesar de sua clara importância, não é desse tipo de coragem que o trabalho se propôs a estudar.

Falar desse outro tipo de coragem, algo que geralmente passa despercebido pelos olhos da grande maioria das pessoas, também requer uma coragem, devido ao fato do que muito do que escapa aos nossos olhos pode ser negado ou, simplesmente, não nos damos conta, por tantos estímulos que cada ser humano é capaz de receber e filtrar por milésimos de segundo. O tipo de coragem a que nos referimos nesse trabalho é uma coragem que pode ser travestida de outras teorias pelo fato dela estar tão na natureza da essência de cada pessoa.

Analogamente, a coragem utilizada nesse trabalho é a coragem do mito medieval do Santo Graal, do século XII e que, apesar de ter três versões conhecidas: uma inglesa; uma francesa de Chrétien de Troyes; ficou conhecido mesmo através da versão alemã de Wolfram von Eschenbah, que foi usada como

inspiração para a ópera “Parsifal” de Wagner. Na história, o personagem central da trama, Parsifal, é um menino criado em uma família monoparental feminina, sem saber o paradeiro do pai e sem irmãos ou irmãs. Assim, foi criado por sua mãe, cujo nome é Heart Sorrow (Dor de Coração), em circunstâncias primitivas, usando roupas grosseiras, ignorante e ingênuo. Nos primeiros anos de sua adolescência avistou alguns cavaleiros em suas montarias, ficando deslumbrado com a visão. Então, correu para casa com o intuito de avisar sua mãe sobre a visão que tivera e de sua decisão de partir atrás deles.

Entretanto, sua mãe desesperadamente tenta persuadi-lo em vão e, chorando, resolve contar-lhe que seu pai era um cavaleiro e que havia morrido ao tentar salvar uma jovem, e que seus irmãos, assim como seu pai, haviam sido cavaleiros e mortos como tais. Devido a esses acontecimentos familiares, e temendo que o único filho que lhe restara tivesse o mesmo destino que os outros, ela decidiu levá-lo para esse lugar afastado e mantê-lo sem saber da história familiar. Porém, ela acaba por aceitar o destino, dando-lhe sua benção e aconselhando-o. Esses conselhos de sua mãe repercutem por toda a história.

Dessa forma, apenas nesse trecho do mito, é possível observar tanto a “coragem ontológica” de Tillich, quanto a “diferenciação do self” de Bowen, andando concomitantemente. Apesar de todos os esforços de sua mãe, a natureza de Parsifal não pode ser mais ignorada ao ver os cavaleiros visos de sua mãe do perigo que correria. Ela, por sua vez, depois de todos os esforços de tentar evitar que o filho seguisse a tradição familiar, levando-o para uma vida indiferenciada e fusionada, acaba por aceitar o afastamento do filho, dando-lhe ainda ferramentas que estão ao alcance de qualquer mãe: os conselhos para que os filhos possam sobreviver no mundo.

Então, o ignorante e ingênuo, Parsifal, parte atrás dos vistosos cavaleiros, seguindo seu destino e sua natureza. A função do cavaleiro dentro do mito, como afirmou Heart Sorrow, é dar sua vida ao próximo, pois assim o pai de Parsifal morreu, tentando salvar uma jovem. Pode-se observar nesse ponto tanto a necessidade de participação citada por Tillich, quanto de pertencimento ressaltada por Bowen, pois ao salvar e sacrificar a própria vida em função de uma jovem entende-se uma necessidade de ação para o coletivo, para o mundo.

Com isso, inicia-se sua diferenciação em relação a sua mãe ao mesmo tempo em que começa a autoafirmação da sua natureza de ser. O deslumbramento do rapaz é típico de quem encontra sua essência, de quem é capaz de enxergar a satisfação de sua realização diante dos olhos. É a alegria que Sêneca afirma que seu pupilo necessita aprender. O jeito repentino e meio atabalhado que o jovem decide partir é de quem ainda se encontra em um baixo grau de diferenciação, mas que, como afirma Bowen, acaba por se afastar fisicamente dos pais. Dessa forma, com o passar do mito, o rapaz vai conquistando sua autonomia e autoafirmando sua natureza, tendo sempre os conselhos da mãe em mente.

Naturalmente, os postulados de Bowen, da escola intergeracional, e os de Tillich, elaborados a partir de seus estudos teológicos e filosóficos, poderiam ter nenhuma ligação aparente, pois ambos vieram de lados completamente opostos. Em muitos lugares em que nada pode haver, há pelo menos, a perspectiva do potencial de alguma coisa. Isso se deve pelo poder criador e criativo do ser humano, assim como das suas capacidades de percepção. O que une esses dois pensadores é justamente aquilo que rege a profissão e o estudo acadêmico do psicólogo, a natureza humana, a essência do ser que é capaz de tornar cada um aquilo que ele deveria realmente ser.

Por esse mesmo motivo, termino o presente estudo apresentando um mito de séculos atrás, pois os mitos têm como função portar a alma de uma humanidade, sua essência, sua cultura, assim como eram para os povos primitivos. A sociedade avançou em diversos aspectos, mas a natureza humana continua a mesma. Esse trabalho possibilitou perceber como um antigo mito pode se encaixar perfeitamente com as vinhetas clínicas contemporâneas, entre tantas outras que poderiam ser usadas. Isso ocorre porque o que foi debatido nesse estudo está presente na raiz de cada indivíduo.

Todo ser, através de sua pluralidade de possibilidades e estímulos, acaba transformado em uma essência única e inigualável. Entretanto, existem aspectos pontuais comuns, como a necessidade familiar. Todo indivíduo nasce e depende de alguém, e cada cultura tratará isso de alguma forma. Mas o papel de mãe, apesar das diferenças que possam existir entre diversas culturas, sempre será reconhecido como tal, por exemplo. E o mesmo ocorre com as inter-relações,

sejam no contexto familiar, conjugal, cada uma dessas relações terá uma construção própria, feita a partir de cada indivíduo que estiver nessa interação com o outro.

Partindo desse ponto, pode-se pensar que as relações são construídas pautadas em articulações de intersubjetividades, ou seja, em uma convergência de subjetividades de indivíduos diferentes, porém interligados afetiva, consanguineamente ou em ambos os casos. Assim, vão criando ambientes de acordo com suas necessidades conscientes e inconscientes, enquadramentos relacionais que serão responsáveis por pautar a dinâmica das relações ali presentes, o que faz de cada dinâmica tão particular e inigualável, quanto àqueles que as criam.

Dessa forma, chegamos ao tema central do presente estudo, a dinâmica familiar e suas relações familiares. Desde o começo do curso venho me perguntando como aquelas tipologias de coragem ontológica e ética, elaboradas por Tillich, ocorreriam dentro da dinâmica familiar e suas nuances. Intrigava-me o fato de que algo que aparentava estar tão enraizado na natureza humana, não exercesse influência nenhuma nesse tipo de relação tão inerente ao ser humano e sua constituição enquanto um indivíduo. Outro ponto fundamental para a realização desse estudo, foi a pluralidade de subjetividades e experiências significativas em relações estudantis, assim como de trabalho em coterapia, entre linhas psicológicas completamente distintas e participação em equipe de supervisão igualmente diversifica, atuando e buscando sempre uma grande articulação, tendo como foco principal, o indivíduo em psicoterapia e toda a sua complexidade.

6

Referências bibliográficas

BISWAS-DIENER, R. **The courage quotient**: how science can make you braver. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 2012.

BOSWELL, J. **Boswell's life of johnson**. Formato: ePub. Canadá: B&R Samizdat Express, 2012.

BOWEN, M. **De la família al indivíduo**. Espanha: Paidós Espanha, 2014.

FÉRES-CARNEIRO, T. Construindo saberes em psicologia: o desafio de articular diferentes teorias e práticas. *Revista Temas em Psicologia* – 2014, Vol. 22, nº4, 953-964.

FORDHAM, M. **A criança como indivíduo**. São Paulo, SP: Cultrix, 2001.

GUIMARÃES, R. M.; BENTO, V. E. S. **O método do “estudo de caso” em psicanálise**. *Psico*, Porto Alegre. 39, 1, 91-99. 2008.

JUNG, C. G. A constelação familiar. In: JUNG, C. G. **Estudos experimentais**. Obras Completas de C. G. Jung. Volume II. Tradução de Lúcia Mathilde Endlich Orth. Petrópolis, RJ: Vozes, 1997.

_____. **A prática da psicoterapia**. Obras Completas de C. G. Jung. Volume XVI/1. Tradução de Maria Luiza Appy. 9ª edição. Petrópolis, RJ. Vozes, 2004.

_____. **Ab-reação, análise dos sonhos, transferência**. Obras Completas de C. G. Jung. Volume XVI/2. Tradução de Maria Luiza Appy. Petrópolis, RJ: Vozes, 1987.

_____. **O desenvolvimento da personalidade**. Obras Completas de C. G. Jung. Volume XVII. São Paulo, SP: Círculo do Livro, 1995.

LUÍS, A. F. C. **Coragem**: um valor central da psicologia positiva. Dissertação de mestrado. Universidade do Porto, 2011.

MACHADO, R. N.; FÉRES-CARNEIRO, T.; MAGALHÃES, A. S. **Parentalidade adotiva**: contextualizando a escolha. *Psico*, Porto Alegre, 46, 4, 442-451. 2015.

- MARTINS, E. M. de A.; RABINOVICH, E. P. e SILVA, C. N. **Família e o processo de diferenciação na perspectiva de murray bowen: um estudo de caso.** Psicologia usp. São Paulo, abril/junho, 181-197. 2008.
- MAY, R. **A coragem de criar.** Tradução de Aulyde Soares Rodrigues. Rio de Janeiro, RJ: Nova Fronteira, 1975.
- MILLER, W. I. **The mystery of courage.** Cambridge: Havard University Press, 2002
- MINUCHIN, S. **Famílias: funcionamento e tratamento,** Tradução de Jurema Alcides Cunha. Por to Alegre, RS: Artes Médicas, 1990.
- NEVES, C. D. **Diferenciação do self:** diferenças entre pais e filhos adolescentes e relação com o ambiente familiar. Dissertação de Mestrado Integrado em Psicologia. Universidade de Lisboa. 2011.
- NICHOLS, M. P.; SCHWARTZ, R. C. **Terapia familiar: conceitos e métodos.** Tradução Maria Adriana Veríssimo Veronese. 7ª edição. Porto Alegre, RS: Artmed, 2007.
- PAPERO, D. V. A teoria sobre os sistemas familiares de bowen. In: ELKÄIM, M. (org.) **Panorama das terapias familiares.** Volume 1. Tradução de Eleny Corina Heller. São Paulo, SP: Summus, 1998.
- PLATÃO. **A república.** Tradução Maria Helena da Rocha Pereira. 9ª edição. Lisboa: Fundação CalousteGulbenkian, 1991.
- _____. Laques. In: _____. **Diálogos VI.** Tradução, textos e notas Edson Bini. Bauru, SP: Edipro, 2010.
- PUTMAN, D. **Psychological courage.** Lanham, MD: University Press of America, 2004.
- RACHAMAN, S. **Fear and courage.** 2nd ed. New York: W. H. Freeman and Company, 1990.
- TILLICH, P. **Courage to be.** Second Edition. London: Yale University Press, 2000.
- WINNICOTT, D. **A família e o desenvolvimento individual.** Tradução Marcelo Brandão Cipolla. 4ª edição. São Paulo, SP: Martins Fontes, 2011.