



Alessandra Lima da Fonseca Louzada

Comunicação entre membros de casal sem filhos no início da construção da conjugalidade

Dissertação de Mestrado

Dissertação apresentada como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia (Psicologia Clínica) do Departamento de Psicologia da PUC-Rio.

Orientadora: Prof^a. Andrea Seixas Magalhães

Rio de Janeiro,
março de 2025



Alessandra Lima da Fonseca Louzada

Comunicação entre membros de casais sem filhos no início da construção da conjugalidade

Dissertação apresentada como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia (Psicologia Clínica) do Departamento de Psicologia da PUC-Rio.

Prof^a. Andrea Seixas Magalhães
Orientadora
Departamento de Psicologia-PUC-Rio

Prof^a Máira Bonafé Sei
Departamento de Psicologia-Universidade Estadual de Londrina

Prof^a Rebeca Nonato Machado
Departamento de Psicologia-PUC-Rio

Rio de Janeiro, 20 de março de 2025

Todos os direitos reservados. A reprodução, total ou parcial do trabalho, é proibida sem a autorização da universidade, da autora e da orientadora.

Alessandra Lima da Fonseca Louzada

Graduou-se em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio). Especialista em Psicologia Jurídica e Teoria Psicanalítica. Psicóloga da Vara de Família do Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro (TJRJ).

Ficha catalográfica

Louzada, Alessandra Lima da Fonseca

Comunicação entre membros de casal sem filhos no início da construção da conjugalidade / Alessandra Lima da Fonseca Louzada ; orientadora: Andrea Seixas Magalhães. Rio de Janeiro PUC, Departamento de Psicologia, 2025.

59 f. ; 30 cm

Dissertação (mestrado)–Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Departamento de Psicologia, 2025.

Inclui bibliografia

1. Psicologia – Teses. 2. Comunicação. 3. Diferenciação. 4. Acordos. 5. Individualidade. 6. Conjugalidade. I. Magalhães, Andrea Seixas. II. Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro. Departamento de Psicologia. III. Título.

CDD: 150

Agradecimentos

Ao CNPq e à PUC-Rio, pelos auxílios concedidos, sem os quais este trabalho não poderia ter sido realizado.

À minha orientadora Andrea Seixas Magalhães por todo ensinamento e por ter aceitado estudar meu tema.

À Mariana Matos, por toda contribuição, humanização e sensibilidade ao longo deste trabalho. Você foi fundamental em todo o processo.

Aos participantes desta pesquisa pela contribuição e disponibilidade em compartilhar suas vivências.

Ao meu pai, por ser meu exemplo de determinação e força de vontade e por todo o esforço despendido para que seus filhos pudessem ter uma boa formação profissional.

À minha mãe, que, com sua determinação, conseguiu realizar seu sonho de estudar e se tornou minha grande inspiração.

Ao meu padrasto que sempre me enxerga de uma forma melhor do que eu consigo me enxergar. Obrigada pelo carinho!

Ao meu sogro, Ricardo, que durante um período do mestrado, foi minha rede de apoio buscando minha filha na escola.

À minha sogra por todo carinho, torcida, interesse e por ser a minha rede de apoio.

Ao meu marido, que é quem está ao meu lado nos melhores e piores momentos, que torce por mim, vibra com as minhas vitórias, me incentiva, me protege e cuida de mim. Amo dividir minha vida com você. Te amo!

À minha filha, que é a quem eu dedico este trabalho, que é o grande amor da minha vida e é aquela que me faz querer ser uma pessoa melhor a cada dia. Ser sua mãe foi a melhor coisa que poderia ter acontecido na minha vida. Obrigada por me amar tanto e por ser a melhor filha do mundo!

À minha amiga Jôse, que é uma grande companheira, amiga dedicada, presente em todos os momentos, e a quem compartilhei minhas vivências do mestrado. Obrigada pela sua amizade!

À minha analista, Sandra Marques, que me acompanha há tantos anos, me acolhe quando preciso, acredita no meu potencial e me incentiva sempre a dar passos cada vez maiores. Além de uma grande profissional, demonstra sua humanidade com sutileza.

Ao meu padrinho, que sempre foi tão carinhoso, atencioso e presente em minha vida, obrigada por me fazer sentir amada e pelos conselhos tão preciosos em momentos tão difíceis.

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.

Resumo

Louzada, Alessandra Lima da Fonseca; Magalhães, Andrea Seixas. **Comunicação entre membros de casais sem filhos no início da construção da conjugalidade**. Rio de Janeiro, 2025. 59 p. Dissertação de Mestrado-Departamento de Psicologia. Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

A comunicação é um fenômeno interacional, complexo, que possibilita a demonstração de aspectos de si e do outro. O objetivo deste estudo é compreender a comunicação entre membros de casais sem filhos no início da construção da conjugalidade. A fim de alcançar o objetivo proposto, foi realizada uma pesquisa qualitativa na qual foram entrevistados quatro homens e quatro mulheres, entre 30 e 39 anos, que não possuíam filhos e estavam casados há no máximo 3 anos. Foi utilizado o método de análise de conteúdo para analisar os dados (Bardin, 2016). Da análise das entrevistas realizadas, emergiram quatro categorias: *Comunicando sentimentos: das palavras ao silêncio*; *Repetição dos padrões comunicacionais familiares*; *Comunicação na construção de projetos*; *Acordos na busca por uma relação igualitária*. Os resultados foram apresentados em dois artigos e apontam para a dificuldade em expressar sentimentos, principalmente a raiva, bem como para a repetição dos padrões familiares. Ademais, foi demonstrado que as mulheres possuíam maior facilidade no ajuste entre os projetos individuais e compartilhados, enquanto alguns homens demonstraram dificuldade nesse aspecto. Conclui-se que compreender e se apropriar dos padrões comunicacionais familiares é fundamental para construir novas maneiras de se expressar. Além disso, a conciliação entre individualidade e conjugalidade, por meio do diálogo, é um fator preponderante para a qualidade da relação.

Palavras-chave

Comunicação; diferenciação; acordos; individualidade; conjugalidade.

Abstract

Louzada, Alessandra Lima da Fonseca; Magalhães, Andrea Seixas (Advisor). **Communication between members of a couple without children at the beginning of the construction of conjugality**. Rio de Janeiro, 2025. 59 p. Dissertação de Mestrado - Departamento de Psicologia. Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

Communication is an interactive and complex phenomenon that enables the demonstration of aspects of oneself and the other. The objective of this study is to understand communication between childless couples at the beginning of their conjugal relationship. To achieve this goal, a qualitative study was conducted, in which four men and four women, aged between 30 and 39 years, who had no children and had been married for a maximum of three years, were interviewed. Content analysis (Bardin, 2016) was used to analyze the data. Four categories emerged from the analysis of the interviews: Communicating Feelings: From Words to Silence; Repetition of Family Communication Patterns; Communication in Project Development; and Agreements in the Pursuit of an Egalitarian Relationship. The results were presented in two articles and indicate difficulties in expressing feelings, particularly anger, as well as the repetition of family patterns. Furthermore, it was shown that women had greater ease in adjusting between individual and shared projects, whereas some men exhibited difficulties in this aspect. It is concluded that understanding and appropriating family communication patterns is essential for developing new ways of expression. Moreover, the reconciliation of individuality and conjugal life through dialogue is a key factor for relationship quality.

Keywords

Communication; differentiation; agreements; individuality; conjugality.

Sumário

1 Introdução.....	9
2 Expressão de sentimentos na conjugalidade: repetição dos padrões comunicacionais familiares	11
2.1. Método.....	17
2.2. Resultados e discussão	18
2.2.1 Comunicando sentimentos: das palavras ao silêncio.....	18
2.2.2 Repetição dos padrões comunicacionais familiares	23
2.3. Considerações finais	26
3 Entre o individual e o conjugal: construção de acordos na conjugalidade	28
3.1. Método.....	34
3.2. Resultados e discussão	35
3.2.1 Comunicação na construção de projetos	35
3.2.2 Acordos na busca por uma relação igualitária	39
3.3. Considerações finais.....	44
4 Conclusão.....	46
5 Referências bibliográficas	49
Anexo A – Roteiro de entrevistas semiestruturada	54
Anexo B – Ficha biográfica dos participantes	55
Anexo C – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)	56

Descobri que a palavra não sabe o que diz, a palavra delira, a palavra diz qualquer coisa, a verdade é que a palavra nela mesma, em si própria, não diz nada, quem diz é o acordo estabelecido entre quem fala e quem ouve. Quando existe acordo, existe comunicação, e quando esse acordo se quebra, ninguém diz mais nada, mesmo usando as mesmas palavras. A palavra é uma roupa que a gente veste, uns usam palavras curtas, outros usam roupa em excesso. Existem os que jogam palavra fora, pior são os que usam em desalinho, uns usam palavras caras, poucos ostentam palavras raras. Tem quem nunca troca, tem quem usa dos outros. A maioria não sabe o que veste, alguns sabem, mas fingem que não, e tem quem nunca usa a roupa certa para a ocasião, tem os que se ajeitam bem com poucas peças, outros se enrolam em um vocabulário de muitas, tem gente que estraga tudo que usa. E você, com quais palavras você se despe? E aí eu fiz uma receita: se a palavra é uma roupa, mas a palavra tá suja demais, a gente usa as mesmas palavras o tempo inteiro, as palavras estão engorduradas. Então, eu falei receita para lavar a palavra suja, mergulhar a palavra suja em água sanitária, depois de dois dias de molho, quarar ao sol ao meio dia. Algumas palavras quando alvejadas ao sol adquirem consistência de certeza. Por exemplo, a palavra vida, existem outras, e a palavra amor, é uma delas que são muito encardidas e desgastadas pelo uso. O que recomenda? Esfregar e bater insistentemente na pedra, depois enxaguar em água corrente. São poucas as que resistem a esses cuidados, mas existem aquelas, dizem, que limão e sal tira sujeira difícil, mas toda tentativa de lavar a piedade foi sempre em vão, mas nunca vi uma palavra tão suja como perda, perda e morte. Na medida em que são alvejadas, soltam um líquido corrosivo, que atende pelo nome de amargura, que é capaz de esvaziar o vigor da língua, o aconselhado nesse caso é mantê-las de molho em amaciante de boa qualidade. Agora, se o que você quer é somente aliviar as palavras de uso diário, você pode usar sabão em pó e máquina de lavar, é um perigo misturar palavras que mancham no contato umas com as outras. Culpa, por exemplo, mancha tudo que encontra. Culpa deve sempre ser alvejada sozinha. Outra mistura pouco aconselhada é amizade e desejo. Desejo é uma palavra intensa quase agressiva, e pode, o que não é inevitável, esgarçar a força delicada da palavra amizade. Palavra força cai bem em qualquer mistura. É importante não lavar demais as palavras sobre o risco de perderem o sentido, aquela sujeirinha cotidiana, quando não é excessiva, produz uma oleosidade que dá vigor aos sons. Muito importante a arte de lavar as palavras e saber reconhecer uma palavra limpa. Conviva com a palavra durante alguns dias, deixe que se misture em seus gestos, que passe pela expressão dos seus sentidos. A noite permita que se deite, não ao seu lado, mas sobre seu corpo enquanto dorme. A Palavra plantada em sua carne, prolifera em toda sua possibilidade, se você puder suportar essa convivência, até não mais perceber a presença dela, aí você tem uma palavra limpa, limpa e possível.

Viviane Mosé, *A palavra não sabe o que diz.* (Vidal, 2016)

1 Introdução

O presente trabalho visa explorar os aspectos da comunicação que possam contribuir para a qualidade da relação conjugal. O interesse pelo tema decorre de meus 18 anos de experiência na clínica atendendo individualmente e, recentemente, atendendo casais. Aliada a essa prática, minha trajetória na Vara de Família tem me proporcionado a escuta de diversos casais que se encontram em litígio, o que enfatizou o desejo de melhor circunscrever o campo de pesquisa. Nesse sentido, pude perceber que muitas das questões trazidas no consultório e na Vara de Família estão relacionadas, dentre outros fatores, a falhas no diálogo entre os membros dos casais e discordâncias entre o que ambos desejam e sobre o que um entende acerca do desejo do outro. Pude perceber que tais falhas causam certa desconexão entre as partes, muitas vezes, ocasionando o rompimento do relacionamento.

Nesse sentido, este estudo teve como objetivo investigar a comunicação entre membros de casais sem filhos no início da construção da conjugalidade, além de compreender como os membros do casal conjugal tecem acordos conjugais, investigar como os membros do casal comunicam sentimentos e analisar a comunicação em situações conflitivas. Foi realizada uma pesquisa qualitativa, na qual foram entrevistados quatro mulheres e quatro homens entre 30 e 39 anos, que não possuíam filhos. As entrevistas foram realizadas a partir de um roteiro semiestruturado (anexo 1), previamente construído pela pesquisadora, com perguntas disparadoras sobre o tema. Foi utilizado o método de análise de conteúdo para analisar os dados (Bardin, 2016). Da análise, emergiram quatro categorias: *Comunicando sentimentos: das palavras ao silêncio; Repetição dos padrões comunicacionais familiares; Comunicação na construção de projetos; Acordos na busca por uma relação igualitária.*

A discussão dos resultados da pesquisa foi apresentada em dois artigos, intitulados “Expressão de sentimentos na conjugalidade: repetição dos padrões comunicacionais familiares” e “Entre o individual e o conjugal: construção de acordos na conjugalidade”. O primeiro artigo tem como objetivo investigar a expressão de sentimentos na conjugalidade, bem como a repetição dos padrões comunicacionais familiares. Para tanto, analisamos as categorias: *Comunicando sentimentos: das palavras ao silêncio; Repetição dos padrões comunicacionais familiares.* O segundo artigo tem como objetivo analisar os acordos e os projetos

individuais e compartilhados no cotidiano dos membros do casal com até três anos de casados. Para atingi-lo, foram discutidas as categorias: *Comunicação na construção de projetos; Acordos na busca por uma relação igualitária.*

2 Expressão de sentimentos na conjugalidade: repetição dos padrões comunicacionais familiares

Resumo

O presente artigo é um recorte de uma pesquisa mais ampla sobre a dimensão da comunicação na construção da conjugalidade. Este trabalho tem como objetivo discutir a repetição dos padrões comunicacionais familiares na expressão de sentimentos na dinâmica do casal. Foi realizada uma investigação de natureza qualitativa, por meio de entrevistas semiestruturadas com 8 participantes – 4 mulheres e 4 homens, com idades entre 30 e 39 anos. Os resultados apontam para a dificuldade relativa à expressão de sentimentos e para a repetição dos padrões comunicacionais familiares na dinâmica conjugal. Conclui-se que a tomada de consciência sobre as próprias emoções é fundamental para o processo de diferenciação da família de origem, sendo este determinante na qualidade da relação conjugal.

Palavras-chave

Repetição; diferenciação; conjugalidade; comunicação.

Abstract

The present article is an excerpt from a broader research on the dimension of communication in the construction of conjugal relationships. This work aims to discuss the repetition of family communication patterns in the expression of feelings within the couple's dynamics. A qualitative investigation was conducted through semi-structured interviews with 8 participants – 4 women and 4 men, aged between 30 and 39 years. The results indicate difficulties related to the expression of feelings and the repetition of family communication patterns in the conjugal dynamic. It is concluded that awareness of one's own emotions is fundamental for the process of differentiation from the family of origin, which is a determining factor in the quality of the conjugal relationship.

Keywords

Repetition; differentiation; conjugal relationships; communication.

A união de dois sujeitos por meio do casamento cria a necessidade de conciliação de uma nova rotina e das diferentes visões de mundo de cada um. O casamento exige que os sujeitos revisitem questões que anteriormente foram definidas individualmente, a partir das vivências com suas respectivas famílias de origem, desde os horários estipulados para refeições, até a forma como se comunicam, lidam com conflitos, trabalho e momentos de lazer (Carter;

McGoldrick, 2001). Cada sujeito carrega consigo suas vivências anteriores com sua família de origem, como hábitos, crenças e maneiras de se comunicar.

A comunicação entre os cônjuges é um aspecto relevante no processo de construção da conjugalidade por estar diretamente relacionada à qualidade da relação, bem como à satisfação conjugal (Luz; Mosmann, 2018; Costa; Mosmann, 2020; Arumugam *et al.*, 2021). A comunicação humana é um fenômeno complexo, que envolve fatores como a forma de expressão e a compreensão da mensagem recebida. Tais aspectos são influenciados, dentre outros fatores, pelos níveis de comunicação, denominados por Watzlawick, Beavin e Jackson (1967) como digital e analógico. O primeiro refere-se às mensagens não verbais, tais como gestos e expressão facial, enquanto o segundo está relacionado à comunicação verbal. Para que a comunicação se dê de forma clara, é preciso que os níveis analógico e digital estejam em concordância, evitando o surgimento de mensagens contraditórias (Watzlawick; Beavin; Jackson, 1967).

Balint (1972), em um texto sobre a comunicação inconsciente entre os cônjuges, aponta para a conjugalidade como solo profícuo para o que Sigmund Freud denominou transferência. Em um momento de interesse dos psicanalistas pela clínica com casais, a autora propõe uma construção interessante, que aponta para a repetição de vivências arcaicas dos sujeitos no vínculo conjugal. Nesse sentido, Balint (1972) ressalta as comunicações silenciosas, como expressões faciais, gestos e posturas, como de suma importância para a apreensão da comunicação conjugal. Ou seja, a linguagem falada é apenas uma das diversas formas de se comunicar. Pensar a comunicação não verbal na conjugalidade é fundamental, pois, muitas vezes, ela comunica algum conteúdo inconsciente, e tem potencial de causar conflitos (Balint, 1972). Dessa forma, Balint (1972) também aponta para dois níveis da comunicação, o consciente e o inconsciente, destacando que os aspectos desse último levam os sujeitos a emitirem mensagens que, por vezes, nem eles próprios percebem. Nesse sentido, quando um sujeito diz algo, o outro recebe o conteúdo da informação, e, concomitantemente, registra elementos que vão além do que foi efetivamente dito. Conforme aponta Balint (1972, p. 87) “parte da nossa mente é inconsciente, e ela fala também”. Mesmo que a intenção seja expressar determinada informação, nem sempre ela estará em consonância com o que será expresso de fato. Por mais que não se queira emitir uma mensagem, há algo inconsciente que está sendo transmitido.

Minerbo (2016) afirma que, ao emitir ou receber uma mensagem, o sujeito vivencia a comunicação a partir de suas histórias, e pode ser capturado por suas fantasias em torno da mensagem emitida ou recebida. Para que possa existir uma comunicação eficaz, é preciso entender que parte do que foi mobilizado em si na conversa com o outro refere-se à revivência de suas próprias experiências anteriores. Logo, a comunicação, para a autora, está sempre permeada pela transferência.

Ainda que o sujeito recorra ao silêncio, algo está sendo expresso, ou seja, até a escolha pelo silêncio transmite uma mensagem. Segundo Watzlawick, Beavin e Jackson (1967, p. 45) “por mais que o indivíduo se esforce é-lhe impossível não comunicar. Atividade ou inatividade, palavras ou silêncio, tudo possui um valor de mensagem”. Nesse sentido, ainda que não se deseje comunicar, é impossível não o fazer, uma vez que todo comportamento é uma mensagem, até mesmo o silêncio.

Bateson *et al.* (1956) citam as brincadeiras e metáforas, o humor, o riso artificial, a simulação manipulativa de amizade, o blefe, dentre outros, como diferentes formas de comunicação. Através das brincadeiras, o sujeito busca, por vezes, endereçar um incômodo que não consegue dizer diretamente para o outro, utilizando-se, então, do gracejo para se comunicar. É possível, também, que ria sem sentir vontade, apenas para ser agradável ao outro. Além disso, pode utilizar da mentira durante uma conversa como forma de manipular aquilo que foi dito. Há aqueles que simulam simpatia por outrem como forma de fazer o outro crer que há uma amizade entre eles. Isso significa dizer que os humanos podem beneficiar-se desses traquejos da comunicação, sejam essas mensagens contraditórias intencionais ou não. O ponto é que a ideia apresentada pode ser contrária à que foi comunicada verbalmente.

Na conjugalidade, as dificuldades na comunicação podem estar relacionadas a certos fatores da vivência do sujeito na infância com seus cuidadores primordiais, ou seja, aos conteúdos inconscientes e fantasias de cada um que perpassam a relação conjugal (Balint, 1972). Logo, a comunicação pode, muitas vezes, apresentar-se como ruidosa, acarretando conflitos. O modo como as famílias de origem lidam com a comunicação em situações conflitivas reverbera na maneira como os membros do casal enfrentam seus próprios conflitos conjugais. É comum que o casal estabeleça um padrão de interação e resolução de conflitos baseado nas

experiências vivenciadas com seus familiares na infância (Sant'Anna; Penso, 2016; Wagner *et al.*, 2022).

Vale ressaltar que os conflitos, em geral, são considerados fatores inerentes às relações humanas. Entretanto, a maneira como são administrados poderá definir a qualidade da relação. Entende-se, conforme apontam Falcke, Wagner e Mosmann (2013), que a eficácia na resolução de conflitos está ligada, dentre outros fatores, à empatia, à habilidade de escuta e à busca de acordos. A inabilidade em estabelecer comunicações diretas sobre questões conflitivas pode ser prejudicial e ocasionar sintomas no próprio corpo, além de trazer consequências danosas a outros aspectos da vida dos sujeitos (Eiguer, 2009). Muitas vezes os membros do casal permanecem em silêncio diante de assuntos conflituosos, esperançosos de que o problema seja solucionado naturalmente. Porém, conforme apontam Delatorre; Hameister; Wagner (2015), quando não há diálogo sobre os problemas que surgem na conjugalidade, a tendência é a ocorrência de acúmulo de ressentimentos, que podem reaparecer em outras situações de maneira mais intensa. Nesse sentido, o padrão comunicacional do casal é um fator preponderante para ultrapassar conflitos de forma saudável.

Em se tratando de habilidades comunicacionais, Bowlby (1989, p. 148) aponta que “o fracasso em demonstrar as emoções se deve, em grande escala, ao medo inconsciente de que a ação cuja emoção acompanha leve a um resultado ruim”. O autor ressalta que, em diversas famílias, a criança que expressa suas emoções, principalmente a raiva pelo adulto, é repreendida, gerando nela a sensação de que não é seguro manifestar esse tipo de afeto. Dessa forma, o sujeito desenvolve insegurança na demonstração de determinadas emoções. Em contrapartida, segundo Neumann *et al.* (2021), a vivência de uma vinculação segura e acolhedora na infância promove uma sensação de inteireza psíquica e o fortalecimento da autoestima. Essas características podem, conseqüentemente, possibilitar uma melhor compreensão acerca das próprias necessidades, permitindo comunicá-las de forma mais autêntica. Ou seja, a congruência na expressão da própria demanda depende, dentre outros fatores, da qualidade dos vínculos vividos na infância. A forma como o sujeito vivenciou suas relações primitivas e a maneira como desenvolveu vínculos com seus cuidadores, os personagens principais de sua infância, repercute no tipo de vínculo que formará na idade adulta, bem como na sua forma de interagir com o outro.

A partir do encontro com o outro na conjugalidade é esperado que o sujeito se depare com situações semelhantes às aquelas experienciadas no seu sistema familiar de origem. Nesse sentido, os membros do casal podem repetir os modelos de comportamento parentais. A repetição dos padrões familiares, na conjugalidade, tende a ocorrer devido à transmissão geracional, através da observação da maneira como a família de origem lida com os acontecimentos, por exemplo. Cabe destacar que a transmissão ocorre desde antes da concepção do sujeito, uma vez que as fantasias dos pais acerca do vir a ser do filho constituem parte dos fatores que influenciam na constituição da sua subjetividade. Para se constituir, o sujeito precisa pertencer, através de sua inserção num sistema familiar dentro do qual há transmissão de valores, tradições e modos de se comportar. Observa-se, assim, que a transmissão geracional é capaz de perpetuar os valores familiares (Almeida *et al.*, 2014; Alves-Silva; Scorsolini-Comin, 2022; Pereira; Freitas, 2020; Schulz; Colossi, 2020).

A forma como os pais se relacionam se torna um modelo para os filhos, que podem, entretanto, se identificar com ele, rechaçá-lo, ou buscar se diferenciar do que apreenderam em sua família de origem (Bowen, 1979). Na identificação, tendem a repetir os padrões familiares. Ao rechaçarem, através de atitudes opostas às de seus cuidadores primordiais, acabam muitas vezes sofrendo impactos parecidos aos que se sujeitariam se seguissem os modelos familiares (Falcke; Wagner; Mosmann, 2014). Podem, ainda, induzir o comportamento do cônjuge, de maneira inconsciente, reproduzindo os padrões transmitidos por sua família de origem (Elkaim, 2008).

Contudo, apesar da predisposição para a repetição de padrões familiares na conjugalidade, pode não haver submissão integral à herança. O sujeito pode repetir alguns aspectos e transformar outros por meio da conjugalidade caso o vínculo propulsione a diferenciação das famílias de origem. A criatividade é um dos caminhos possíveis para que o sujeito transforme partes da herança familiar recebida. É fundamental que os membros do casal consigam criar algo a partir do material que lhes foi transmitido, proporcionando, assim, a diferenciação da família de origem e a espontaneidade na relação que está sendo construída.

Cada criança vem ao mundo em um estado de indiferenciação em relação à sua família (Bowen, 1979; Martins; Rabinovich; Silva, 2008) e é importante que, ao longo do seu desenvolvimento, possa se diferenciar e tornar-se autônoma. No

contexto familiar, elas vivenciam tanto o senso de pertencimento quanto o processo de diferenciação, que implica em afirmar sua individualidade e poder expressar-se de maneira diversa à da sua família (Delatorre *et al.*, 2022; Martins; Rabinovich; Silva, 2008; Penso; Costa; Ribeiro, 2021). O sujeito deve ser capaz de se separar emocionalmente da sua família sem se distanciar completamente, como ocorre no rompimento emocional, que pode ser de caráter físico – quando um dos membros do casal decide morar num local distante de sua família, por exemplo –, ou de caráter interno, por meio da evitação de conversas pessoais entre eles. O corte emocional refere-se, sobretudo, à maneira como o sujeito lida com a indiferenciação (Bueno *et al.*, 2013).

A diferenciação da família de origem, portanto, não se realiza através do rompimento afetivo, que tende, pelo contrário, a gerar dependência em relação ao cônjuge. Pode favorecer a intensidade na relação conjugal, tornando-se o cônjuge a única referência para o sujeito e, portanto, contribuindo para o processo de fusão. A situação mais saudável, segundo Carter e McGoldrick (2001), seria aquela em que os sujeitos conseguiram se diferenciar da família de origem, sem deixar de investir no vínculo de afetividade entre eles.

Dificuldades no processo de diferenciação da família de origem podem trazer consequências como ansiedade crônica, reatividade emocional e imaturidade (Loriedo; Strom, 2002). Isso ocorre porque o sujeito fusionado possui dificuldade em discriminar seus desejos dos do outro. Em contrapartida, quanto mais diferenciado, mais será possível aceitar as diferenças do outro (Bittencourt *et al.*, 2016) e menos suscetíveis estarão às tensões emocionais (Bowen, 1979). A indiferenciação pode ocasionar dificuldade em negociar limites com o outro e ansiedade sobre si mesmo (Bartle; Rosen, 1994). Essa ansiedade prejudica a habilidade dos sujeitos em responderem de maneira empática ao outro, em momentos de estresse e conflito (Sabatelli; Bartle-Haring, 2003). Já quando há um alto nível de diferenciação, pode haver integração entre sentimento e pensamento, permitindo a evitação da reatividade emocional relacionada aos comportamentos familiares, além da criação de uma linguagem própria do sujeito, ao mesmo tempo que se mantém a conexão entre ele e a família de origem. (Knudson-Martin, 1994)

Diferenciar-se de seus primeiros cuidadores e buscar autenticidade e originalidade para si e para a relação com o outro é um processo dispendioso (Almeida; Romagnoli, 2017). Contudo, no casamento, a diferenciação das famílias

de origem torna-se fundamental para um relacionamento saudável. Nesse sentido, o objetivo do presente artigo é discutir a repetição dos padrões comunicacionais familiares na expressão de sentimentos na dinâmica do casal.

2.1. Método

Foi realizada uma investigação de natureza qualitativa, por meio de entrevistas semiestruturadas. Participaram do estudo quatro homens e quatro mulheres na faixa etária entre 30 e 39 anos. Os critérios de inclusão utilizados foram: possuir no mínimo um e no máximo três anos de casados, considerando que esse é o período inicial da construção da conjugalidade, e não possuir filhos. Os critérios de exclusão foram: homens e mulheres recasados e que não estivessem em coabitação com seus parceiros. As entrevistas foram realizadas com roteiro oculto previamente elaborado pela pesquisadora. Os participantes foram recrutados a partir de chamadas/anúncios em redes sociais. As entrevistas foram realizadas de maneira remota, através das plataformas *Skype* e *Google Meet*, foram gravadas por áudio e vídeo e transcritas integralmente. As entrevistas tiveram a duração média de 40 minutos. Os dados foram coletados por meio de uma ficha com dados biográficos e de entrevista baseada em um roteiro semiestruturado, com temas relacionados aos objetivos da investigação e conduzidos de modo flexível.

O projeto de pesquisa que deu origem a este estudo foi apresentado à Plataforma Brasil (Parecer nº 6.719.298). Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, no qual estão descritos o objetivo geral da investigação, o procedimento das entrevistas, e o caráter confidencial conferido aos dados coletados (quadro 1). Além disso, os participantes foram informados de que poderiam interromper a entrevista quando desejassem, fazer as perguntas que julgassem necessárias, recusar-se a responder perguntas ou falar de assuntos que lhes pudessem causar constrangimento.

Para análise do material coletado nas entrevistas, foi utilizado o método da análise de conteúdo na vertente categorial temática, segundo Bardin (2016). Este estudo faz parte de uma pesquisa mais ampla, cujo objetivo geral foi investigar a dimensão da comunicação na construção da conjugalidade nos primeiros três anos de casamento. Dessa pesquisa emergiram quatro categorias: *Comunicando sentimentos: das palavras ao silêncio*; *Repetição dos padrões comunicacionais*

familiares; Comunicação na construção de projetos; Acordos na busca por uma relação igualitária. Para atingir o objetivo do presente artigo serão discutidas as categorias: *Comunicando sentimentos: das palavras ao silêncio e Repetição dos padrões comunicacionais familiares.* As demais categorias foram discutidas em outro artigo.

Quadro 1 – Perfil dos participantes

Participantes	Gênero	Idade	Tempo de casados	Profissão
M1	Feminino	30	2 anos	Enfermeira
M2	Feminino	32	2 anos e 10 meses	Engenheira
M3	Feminino	30	1 ano e 10 meses	Professora
M4	Feminino	30	1 ano	Neuropsicóloga
H1	Masculino	33	1 ano	Analista de investimentos
H2	Masculino	39	3 anos	Psicólogo
H3	Masculino	33	1 ano e 4 meses	Bancário
H4	Masculino	33	1 ano e 4 meses	Analista de comunicação

Fonte: autoria própria, 2025.

2.2. Resultados e discussão

2.1.1 Comunicando sentimentos: das palavras ao silêncio

Embora os participantes concebiam como boa comunicação a capacidade de falar e se fazer entender, a maioria relatou dificuldades de verbalizar seus sentimentos ao parceiro. Alguns relataram se calar na tentativa de não repetir padrões violentos de suas famílias de origem, demonstrando temerem a própria raiva. Outros disseram silenciar as emoções temporariamente como uma estratégia para que pudessem primeiro compreender o que sentiam para depois comunicar ao cônjuge. De modo geral, a raiva apareceu como a emoção mais difícil de lidar. 3 dentre os 8 participantes demonstraram dificuldades em expressá-la. Desse modo, foi possível identificar nas falas dos participantes dificuldades referentes à expressão de sentimentos, aspecto fundamental para a qualidade da relação conjugal.

No que se refere à compreensão acerca do que é uma boa comunicação, a maioria dos participantes relatou que entende como sucesso a eficácia na

transmissão da mensagem desejada, ou seja, a capacidade de ser compreendido pelo outro, destacando a comunicação verbal como o meio mais eficaz para uma comunicação efetiva. “Seria a pessoa conseguir passar pra outra o que ela gostaria de passar. E o outro entender, também, o que você tá falando” (H2). “Comunicação é quando o outro entende o que a gente quer falar. Não adianta a gente só falar. Então, para mim, a comunicação é quando o outro entende o que que a gente quer dizer para ele” (H3).

Eu acho que comunicação é você se expressar e a outra pessoa compreender o que você tá falando, né? Uma boa comunicação é isso, você consegue passar a sua ideia e a pessoa consegue compreender o que você tá dizendo, eu acho que é isso. (M2)

Contudo, a maioria dos participantes relatou recorrer ao silêncio no que diz respeito à expressão de sentimentos. H3, por exemplo, quando perguntado sobre como expressa sentimentos, diz: “Acho que eu não falo, se eu falo, é bem pouco. É um ponto que eu deveria falar e não falo”. M3 também deixa clara a dificuldade de falar sobre sentimentos, referindo-se à perda da capacidade de verbalizar: “Quando acontece alguma coisa que me deixa muito chateada, eu não gosto de falar, eu simplesmente... sei lá, parece que eu perco a capacidade de verbalizar qualquer coisa”.

Bowlby (1989) aponta a importância, na relação com o outro, da expressão dos sentimentos. Para ele, as comunicações mais significativas são aquelas trocadas emocionalmente entre seres humanos. O autor ressalta que nenhuma informação é mais crucial para a formação e transformação dos nossos modelos mentais sobre nós mesmos e os outros do que saber como as pessoas se sentem umas em relação às outras. Grande parte dos participantes relatou dificuldades referentes à verbalização de sentimentos, o que nos faz pensar em possíveis prejuízos para a relação, visto que o conhecimento de como um se sente em relação ao outro contribui para a conexão e a intimidade entre os sujeitos.

Os participantes relataram utilizarem-se da comunicação não verbal para expressar amor, contentamento e cuidado. Quando perguntados sobre como se expressam emocionalmente, H1, H3 e M1 relataram: “Demonstro sentimento fazendo as coisas para ela” (H1); “Faço o jantar, compro flores” (H3)

Isso aconteceu muito na residência. Eu ficava muito exausta e muito cansada mentalmente de situações muito pesadas que eu passava. Ele se fez presente assim.

Eu sentia isso. Eu chegava em casa tinha janta, sabe? A casa estava sempre arrumadinha. Ele arrumava minhas roupas, às vezes. E aí, a gente tem esse combinado de cuidar um do outro assim, né? A gente acaba se expressando mais por ação do que ficar dando colo, assim, tipo, aí aconteceu tal coisa? A gente repara que o outro está mal e ajuda na casa, sabe? Faz um mercado, assim que a gente funciona. (M1)

A comunicação não verbal é de suma importância, porém, quando não vem acompanhada de palavras que estejam em consonância com a ação, pode desencadear desentendimentos. M3, por exemplo, relatou ter sido mal compreendida pelo marido quando tentava expressar sua preocupação sobre a obra que realizavam em conjunto.

Ele não entendeu que na verdade eu tava preocupada e queria saber como que as coisas... se isso realmente poderia ser feito. Eu tava realmente com dúvidas. Então assim, eu acho que às vezes minha forma de comunicar, ela é, ela acaba instigando as pessoas, sabe? [...] Às vezes ele fala assim, não parece que você quer resolver, parece que você quer brigar, né? Assim, eu geralmente falo com as pessoas e às vezes as pessoas não entendem a ideia do que eu quero passar. (M3)

Nessa última fala é possível observar, conforme aponta Balint (1972), como o aspecto inconsciente reverbera na maneira de se comunicar. Por mais que M3 tenha dito que seu intuito fosse demonstrar preocupação com um fato, a manifestação percebida pelo marido, nesse caso, foi de agressividade. O modo como cada um se expressa e recebe uma mensagem está relacionado às suas vivências anteriores e é evidenciado pelo fenômeno da transferência (Minerbo, 2016). A participante M1, por exemplo, contou sobre um conflito com o parceiro em que ele estava mais quieto, não queria conversar e isso lhe causou grande angústia, chegando a pensar a respeito de uma possível separação. Ao conseguirem conversar, ela entendeu que a questão do marido era relacionada a problemas financeiros da família de origem. Portanto, ela, provavelmente, interpretou a situação baseada em suas próprias experiências. “Só que eu tava vendo a cara feia dele e tava achando que era comigo, né?” (M1).

A comunicação não verbal foi evidenciada também em momentos de conflito, em que os sujeitos relataram recorrer ao silêncio como estratégia para digerir o que estavam sentindo para, posteriormente, conversar com o cônjuge, com o intuito de serem mais bem compreendidos. “Quando eu tô sentindo alguma coisa, eu acho que, talvez, eu demore um pouco mais pra falar, mas eu falo, sabe? Quando me incomoda alguma coisa, eu falo sim. Eu, às vezes, eu remoo um pouquinho o que

eu tô pensando, pra ver se vale a pena falar ou não, pra entender se vai passar ou não vai e se não passa, eu falo. (H2)

Olha, normalmente ela consegue me ler muito bem, ela sabe quando eu não tô bem e ela já pergunta o que que é. Normalmente eu não respondo de início, porque eu preciso entender o que eu tô... o que eu tô sentindo primeiro, pra conseguir depois expressar pra ela, o que que eu tô sentindo, né? (...) temas que são mais emotivos é ainda um pouco difícil, né? (H4)

Eu preciso ficar quieta no canto, pensar um pouco sobre a questão, para depois falar, porque é uma coisa que eu tinha antes, era que, eu falava na hora e às vezes podia falar coisas que machucava os outros, inclusive pela minha falta de tato. (M4)

Às vezes eu guardo um pouco meus sentimentos. E aí vou tentando um momento pra falar, um momento em que eu esteja mais calma, ou que eu não esteja muito emocionada, sabe? Eu tento fazer isso, porque, geralmente, se eu falo muito, no momento que eu tô sentindo, principalmente, emoções fortes, acaba realmente virando uma briga... Como nos momentos de raiva eu não tenho, às vezes, muito controle, eu tento ficar quieta, segurar o máximo, pra escolher um momento propício. (M2)

As falas dos participantes demonstram o receio de que a ação cuja emoção acompanha pudesse trazer consequências danosas para o relacionamento, conforme aponta Bowlby (1989), e optam por aguardar o melhor momento para dialogar.

Ademais, a maioria dos homens relatou desculpar-se ou aceitar determinada situação sem argumentar inicialmente como forma de livrar-se do conflito “eu prefiro aceitar algumas coisas, mesmo que não me agrada tanto, pra não gerar um conflito naquele momento e depois quando for uma hora mais oportuna, se aquilo continuar me incomodando, eu vou lá e falo” (H4). “A gente conversa, peço desculpa, não sou também uma pessoa que fica enrolando assim, se ela não gostou, desculpa, depois eu vejo que bicho que deu, entendeu?” (H1). H3 também manifestou dificuldades em lidar com conflitos, afirmando que procura realizar uma ação específica para que o conflito cesse mais rapidamente.

Eu tento não entrar no conflito. Ou se tiver algum conflito, eu tento ao máximo sair dele. E para sair, eu resolvo a situação. Aceito que estou errado, pronto. Ou tento resolver de outra forma, né? Fazendo uma coisa mais prática. (H3)

A participante M3, consciente de seu comportamento reativo, proveniente, segundo ela, de vivências de conflitos intensos com a família de origem, prefere adiar a conversa e opta pelo silêncio, como forma de evitar o surgimento de

desentendimentos com intensidade maior do que possa suportar “acaba comigo, acaba comigo assim, ter que entrar num conflito. E exatamente por conta da reatividade, né? E aí, eu tenho medo do negócio escalar pra coisas que eu não consigo mais controlar assim.” (M3)

Indagamos, desse modo, se o receio em lidar com os conflitos estaria relacionado à dificuldade, dentre outros fatores, em lidar com a raiva. Bowlby (1989) aponta para o desamparo da criança ao tentar expressar raiva e não ser acolhida pelo adulto, enfrentando, conseqüentemente, na vida adulta, obstáculos ao lidar com essa emoção. Esse aspecto foi verificado nos relatos de 3 dentre 8 participantes, que apresentaram dificuldade em lidar com a raiva, entendendo que sua manifestação poderia desencadear comportamentos mais violentos, assim como aqueles vivenciados em suas famílias de origem. “Quando eu tô com a adrenalina muito alta é isso, a comunicação vai pro lixo, né? Aí, eu prefiro ficar quieta” (M3), “Como nos momentos de raiva eu não tenho às vezes muito controle, eu tento ficar quieta” (M2).

Eu percebo que ela tá com raiva, ela também percebe que eu também tô sentindo alguma coisa e fala, assim ‘poxa, o que que tá acontecendo?’ Nessa hora, se for uma coisa que não tá sendo tão recorrente eu meio que me calo, sabe? Eu falo pra ela ‘não é nada, relaxa’, sabe? (H2)

Alguns participantes relataram vivências na infância em que não podiam expressar raiva, bem como atitudes violentas de seus pais para com eles: “Se eu levantasse a voz para minha mãe, eu apanhava”. (H1). M2 relatou histórico de violência na família de origem, culminando em uma comunicação explosiva entre os familiares, sem espaço para um diálogo saudável. Quando perguntada sobre a comunicação intrafamiliar, a participante responde:

Era gritando, xingando, batendo, não... quer dizer... eu nunca bati em ninguém (risos), minha mãe batia de vez em quando, batia no meu irmão. Grito, palavrão, mas meu irmão já falou palavrão com a minha mãe, era bem comum isso. Aí os outros irmãos não aceitaram e brigavam com ele, enfim. Mas é muito grito na minha casa com a minha mãe, era muito grito (M2).

M3 afirma que seus pais eram reativos um com o outro e em sua casa a comunicação era violenta quando havia conflitos, o que lhe gerou, posteriormente, ansiedade ao enfrentar situações conflitivas: “eu sempre vi muito essa coisa de briga, de conflito lá em casa, e me deixava muito aflita, muito ansiosa, então é algo

que eu gosto de evitar” (M3). Em contrapartida, M1 diz que, em sua casa, cada um, inclusive ela, tinha que lidar sozinho com seus próprios sentimentos

Entre a gente sempre foi muito, tipo, cada um cuida do seu sentimento sozinho. Cada uma lida com o seu. Aí, tipo, quando eu era criança, sei lá, tinha castigo, mas a gente nunca foi de discutir e nem nunca foi de sentar pra conversar também. As coisas se auto resolviam, assim, entende? (M1)

Neumann *et al.* (2021) e Bowlby (1989) apontam para a importância de uma base segura na infância para que o sujeito consiga identificar seus sentimentos e, assim, consiga transmiti-los para o outro. Nesse sentido, questionamo-nos se a dificuldade em expressar afetos relatada por alguns dos participantes poderia ser proveniente de experiências infantis nas quais não tiveram seus afetos reconhecidos e validados. Alguns entrevistados manifestaram dificuldade em expressar os sentimentos, sobretudo a raiva, relatando um contexto intrafamiliar violento durante a infância. Outros demonstraram buscar diferenciação, relatando que, estrategicamente, aguardam o momento propício para conversar. O histórico familiar violento tende a impactar negativamente a qualidade da comunicação interpessoal, dificultando que os sujeitos percebam e expressem seus sentimentos de maneira saudável. Percebe-se, então, que as experiências infantis são de extrema relevância para os recursos comunicacionais do sujeito.

2.1.2 Repetição dos padrões comunicacionais familiares

Nas entrevistas realizadas foi possível observar alguns comportamentos transmitidos pelas famílias de origem refletidos no modo de comunicação estabelecido pelos participantes na conjugalidade. De modo geral, demonstraram adotar uma maneira de lidar com os conflitos parecida com a de seus familiares, permeada por suas vivências infantis com a família de origem. Foi possível verificar que alguns participantes buscam percorrer um caminho de diferenciação da família de origem ao se comunicar com o parceiro, enquanto outros se identificam com a herança recebida, sem questionamento. M1, por exemplo, reconhece a repetição de mecanismos de evitação de conflitos semelhantes àqueles utilizados por seus pais no seu próprio casamento.

Eles fogem um do outro, né? Hoje em dia eles fogem. Um não pode ficar no mesmo ambiente que o outro, mas, na época que eles estavam juntos, era horrível, horroroso.

Era bem, era bem parecido comigo e o F., engraçado né? E a minha mãe estava sempre sofrendo, tentando falar, entendeu? E meu pai indo fazer windsurf, andar de bicicleta e sumia, assim. Era meio assim nos conflitos. (M1)

A repetição dos padrões familiares pode ocorrer em decorrência da transmissão geracional. A transmissão geracional refere-se à transmissão de crenças, comportamentos e ideais de geração a geração. Entretanto, a forma com que cada sujeito lida com os conteúdos recebidos da geração antecessora pode ser criativa, quando há a elaboração dos conteúdos recebidos e são construídas maneiras de metabolizar os padrões familiares; ou empobrecida, no sentido da repetição dos padrões familiares sem abertura para diferenciação (Almeida; Romagnoli, 2017). O participante H3 relata formas de expressar sentimentos parecidas com as do avô, que o criou.

Às vezes eu ainda me pego “tenho que falar, mas é melhor não falar”. Aí às vezes eu fico assim, eu não sei se eu... ainda tenho, como eu te falei, fui criado pelo meu avô, eu ainda tenho aquela coisa “não sei se eu devo falar”, ou se eu tenho que ficar calado. Eu morei com meu avô até os meus dez anos de idade. Ele tinha essa visão de que o homem tem que ficar quieto, não falar nada. (H3)

É percebido, nessa fala, como a intenção do participante é de se expressar, entretanto, a dúvida surge devido ao aprendizado que obteve nas vivências familiares em que o correto seria não comunicar seus desejos e sentimentos. Nesse sentido, o entrevistado mostrou-se ambivalente sobre como se comportar. Esse aspecto vai ao encontro do que Almeida *et al.* (2014) apontam sobre o fato de o sujeito, em sua fase inicial de desenvolvimento, passar por um estado em que ainda não há distinção clara entre ele e o ambiente ao seu redor. Conforme seu crescimento psíquico avança, ele gradualmente busca se diferenciar e desenvolver sua autonomia, afirmando assim sua singularidade.

Já o participante H1 repete os padrões familiares na busca pela diluição do conflito conjugal a partir do humor. “Meu pai também é muito brincalhão, que nem eu. Então, se tem gente discutindo, ele vai contar uma piada no meio e vai, meio que, acabar com aquilo ali. Eu, às vezes, faço isso, e ela se incomoda” (H1). Nesse caso, o participante entende que há uma repetição dos modelos parentais, porém demonstrou certa satisfação diante da identificação desse aspecto.

A forma como ocorrem as negociações e o encaminhamento das desavenças no ambiente familiar de origem, geralmente, é transmitida aos filhos (Sant’Anna;

Penso, 2016). Entretanto, isso não significa dizer que os filhos necessariamente reproduzem os padrões familiares, mas que há uma tendência de repetição dos modelos parentais, embora eles possam seguir o caminho da diferenciação (Bowen, 1979). Alguns participantes demonstraram buscar evitar repetir padrões familiares disfuncionais identificados nas suas famílias de origem.

Eu venho de uma família, meio, é isso. Muito reativa, né? Meus pais, meu pai, minha mãe, são muito reativos um com outro. Não adianta! Isso acaba respingando na gente, né? É algo que eu me polio, tento, falho, falho muito nisso. Mas, assim, por reconhecer esse defeito neles, né? Se eu não gosto da forma como, muitas vezes, as coisas acontecem lá com eles, eu tento fazer essa autocrítica, né... acaba comigo ter que entrar num conflito. Exatamente por conta da reatividade, né? E aí eu tenho medo do negócio escalar para coisas que eu não consigo mais controlar. (M3)

O meu pai era um cara que aguentou... tipo, qualquer coisa que acontecia o meu pai ficava calado, ele era na dele, ficava na dele. Às vezes ele se... se colocava. A minha mãe é o tipo de pessoa muito explosiva, e os meus irmãos se dividiram um pouco nisso. Então assim, eu cresci em um lado... numa família que aprendeu... eu acabei aprendendo a ver os dois lados e hoje eu entendo que as coisas pro meu lado, não é de entrar em conflito, eu prefiro relevar algumas coisas e depois quando eu tô com a cabeça fria, eu vou lá e tento fazer alguma coisa. (H4)

Foi possível observar nos dois casos acima a reprodução dos padrões familiares na forma de reagir, porém combinada à autocrítica. Percebe-se que há um estado de tensão relacionado à possibilidade de existir algum conflito devido ao receio de repetir as mesmas experiências vivenciadas na família de origem. Esse aspecto foi apontado por Bowen (1979), quando ele relaciona a indiferenciação do sujeito com a família de origem com uma maior vulnerabilidade às tensões emocionais.

A participante M2 expõe a maneira como a família de origem lida com conflitos:

A minha família vem de uma história meio sofrida, sabe? De violência doméstica, então assim, todo mundo lá é muito nervoso. São pessoas muito boas, a gente, um mata e morre pelo outro. Só que aí todo mundo é muito à flor da pele [...] lá em casa, assim, a gente vê que a gente é meio, meio desequilibrado, entendeu? (M2)

E manifesta, posteriormente, seu desejo de se diferenciar da família de origem, afirmando que tem consciência de que possui características parecidas com seus familiares e que deseja modificar esse comportamento.

Assim, acabo espetando a pessoa e instigando assim, sabe? Em momentos que eu tô com raiva. Então, não é muito útil não isso, não é bom. Eu tenho essa consciência. Assim, se for em momento de conflito que você tá falando, às vezes eu sou agressiva, não de xingar... já aconteceu de eu falar palavrão mas eu logo peço perdão, porque eu acho... não é legal isso, eu não quero que a gente siga dessa forma. (M2)

As falas supracitadas vão ao encontro das ideias apontadas por Falcke, Wagner e Mosmann (2014), segundo as quais o sujeito possui a possibilidade de repetir os padrões familiares, rechaçá-los ou transformá-los. Ao rechaçá-los, o sujeito permanece repetindo. Nesse sentido, o caminho da transformação seria análogo ao que Bowen (1979) denomina diferenciação. Ademais, houve um participante que, através do encontro favorecido pela conjugalidade, pôde questionar os valores do avô introjetados por ele, mas ainda se mostrou ambivalente sobre qual caminho percorrer.

De acordo com a perspectiva de Eiguer (2009), não há um determinismo nas relações. O encontro com o outro favorece a criação de novos parâmetros. O autor enfatiza o fato de ser possível dar um novo significado a aspectos do passado, sem que o sujeito fique preso a histórias pregressas. Entretanto, não descarta a hipótese da reverberação do passado na subjetividade do sujeito, enfatizando a possibilidade de transformação.

2.3. Considerações finais

Na conjugalidade ocorre a projeção no parceiro amoroso de aspectos inconscientes decorrentes de vivências infantis do sujeito, transferindo para o outro conteúdos de sua experiência familiar, o que reverbera, também, na comunicação entre os membros do casal. Ademais, os padrões comunicacionais da família de origem podem interferir/reverberar na dinâmica comunicacional do casal, pois a tendência é que seus membros repitam os modelos familiares. No entanto, os sujeitos possuem a capacidade de transformar a herança recebida e isso assegura que possa haver um nível de diferenciação do que lhe foi imposto a partir da transmissão. Pode-se dizer, portanto, que caminham juntas a repetição e a criação.

A maioria dos participantes da pesquisa foi capaz de reconhecer suas heranças familiares. A maioria manifestou, também, buscar novas maneiras de expressar os sentimentos, diferentes daquelas apreendidas da família de origem. Contudo, na pesquisa realizada ficou evidente a dificuldade dos sujeitos em lidar sobretudo com

a raiva em situações conflitivas, parecendo ser esse o aspecto herdado mais difícil de transformar. Nesse aspecto, a maioria apresentou, portanto, baixo grau de diferenciação das famílias de origem, o que contribui para o incremento dos conflitos na conjugalidade, e menos autonomia na forma de se expressar, acarretando, assim, na repetição dos padrões familiares.

Concluimos ser imprescindível refletirmos sobre os padrões comunicacionais das famílias de origem de ambos os cônjuges, e sobre a importância de espaços que promovam elaboração das vivências infantis de cada um, sobretudo quando há histórico de violência intrafamiliar. Quanto mais for possível elaborar as experiências pregressas de cada um, mais diferenciados os membros do casal estarão das famílias de origem, e, conseqüentemente, será mais possível manter as fronteiras individuais na conjugalidade, percebendo a diferença entre si e o outro, identificando e comunicando melhor suas emoções. Ao mesmo tempo, reconhecer as próprias emoções e apropriar-se delas contribui para a mudança dos padrões repetitivos, permitindo que os sujeitos construam relações mais autênticas e saudáveis.

3 Entre o individual e o conjugal: construção de acordos na conjugalidade

Resumo

O presente artigo é fruto de uma pesquisa mais ampla sobre a comunicação na construção da conjugalidade e tem como objetivo discutir a construção de acordos e projetos, individuais e compartilhados, nos primeiros três anos do casamento. Foi realizada uma investigação de natureza qualitativa, por meio de entrevistas semiestruturadas com 8 participantes – 4 mulheres e 4 homens -, com idades entre 30 e 39 anos. Os resultados apontam para diferenças entre os gêneros, uma vez que todas as participantes do gênero feminino relataram que conseguem comunicar ao parceiro seus projetos individuais e investem na tentativa de adequar os objetivos pessoais aos projetos conjugais, enquanto alguns participantes do gênero masculino relataram dificuldades em conciliar, inicialmente, seus projetos pessoais com os do casal. No que se refere aos acordos sobre divisão de tarefas, os participantes demonstraram que há acordos tácitos e explícitos, e uma busca pela relação igualitária. Entretanto, foi percebido que, apesar da divisão, surgem queixas de algumas participantes mulheres relacionadas à ineficiência e ao descomprometimento dos parceiros. Conclui-se que há um aumento do envolvimento dos homens nas atividades domésticas, as quais eram, há algumas décadas, de responsabilidade apenas das mulheres. Contudo, é necessário investir na construção de acordos por meio do reconhecimento mútuo entre os membros do casal das necessidades e possibilidades de cada um. A aceitação da diferença é um aspecto fundamental para a construção de uma relação democrática.

Palavras-chave

Relação conjugal; Projetos individuais; Acordos; Individualidade.

Abstract

The present article is the result of a broader research on communication in the construction of conjugal relationships and aims to discuss the building of agreements and projects, both individual and shared, in the first three years of marriage. A qualitative investigation was conducted through semi-structured interviews with 8 participants – 4 women and 4 men – aged between 30 and 39 years. The results indicate differences between genders, as all female participants reported that they are able to communicate their individual projects to their partners and invest in attempts to align personal goals with marital projects, while some male participants reported difficulties in initially reconciling their personal projects with those of the couple. Regarding agreements on task division, participants demonstrated that there are both tacit and explicit agreements, and a pursuit of an egalitarian relationship. However, it was noted that, despite the division, some female participants expressed complaints related to the inefficiency and lack of commitment of their partners. It is concluded that there is an increase in men's involvement in domestic activities, which were, a few decades ago, solely the responsibility of women. Nevertheless, it is necessary to invest in the construction

of agreements through mutual recognition between the couple of each other's needs and possibilities. Acceptance of difference is a fundamental aspect for building a democratic relationship.

Keywords

Conjugal relationship; individual projects; agreements; individuality.

Para a construção da conjugalidade, é preciso que os membros do casal formem uma identidade conjugal, que reúna aspectos das identidades de cada um em uma nova síntese (Féres-Carneiro, 2021). Quando os parceiros se envolvem em um relacionamento conjugal, passam por uma transformação em sua realidade pessoal, construindo experiências compartilhadas e uma identidade conjunta (Féres-Carneiro; Diniz-Neto, 2010). Ou seja, a conjugalidade pressupõe transformações na identidade do sujeito devido às adaptações exigidas pela convivência com o parceiro. Produz-se uma identidade compartilhada, acrescentando um terceiro elemento na relação: o nós conjugal. A vida conjugal envolve a interligação dos aspectos individuais e subjetivos de cada parceiro, rumo à formação de uma terceira entidade, uma identidade compartilhada (Magalhães, 2003).

Esse processo de constituição do casal se dá em três fases. Nos momentos iniciais da conjugalidade, o outro é um desconhecido, sendo descobertos aos poucos os hábitos, opiniões e sentimentos do parceiro, movimento que é compreendido, geralmente, como algo prazeroso. Num segundo momento, é criada a realidade compartilhada, construindo uma identidade em comum. Na terceira fase, os membros do casal recuperam seus projetos individuais, e precisam demarcar o espaço de cada um (Féres-Carneiro; Ziviani, 2010; Kaufmann, 2007).

Nos primeiros anos de casamento, geralmente há a necessidade de estabelecimento de acordos e negociação de projetos visando englobar tanto as necessidades individuais quanto as do casal (Carter; McGoldrick, 2001; Féres-Carneiro; Diniz, 2010; Heckler; Mosmann, 2016; Wagner *et al.*, 2022). Muitas vezes esses aspectos são fontes de conflito, o que exigirá que os casais construam formas de adaptação e comunicação para lidarem com as divergências. Ademais, tanto as situações conflitantes da conjugalidade quanto as fragilidades individuais de cada um reverberam no processo adaptativo do casal conjugal (Delatorre; Wagner, 2021). De acordo com Fincham, Fowers e Owenz (2010), o nível de

coesão entre os objetivos compartilhados pelo casal e os objetivos individuais serão decisivos para a satisfação conjugal, enquanto a incompatibilidade entre eles tenderá a levar a conflitos. Nesse cenário, será fundamental que os parceiros façam uso de habilidades pessoais para lidar com os conflitos (Féres-Carneiro; Ziviani, 2010).

O projeto vital compartilhado, entendido como “a ação de unir, e no casal reunir, representações de realização e conquista, situadas na dimensão de tempo futuro” (Puget; Berenstein, 1993, p. 8), é um dos parâmetros que diferencia uma relação conjugal de outros tipos de relações. Esse parâmetro se refere aos planos futuros em conjunto, os quais podem se transformar ao longo do tempo. O projeto vital compartilhado possibilita a construção de uma linguagem conjunta com sentido compartilhado entre os membros do casal (Magalhães, 2003) e é fundamentado no reconhecimento das necessidades e desejos do outro, abrangendo simultaneamente os próprios anseios (Eiguer, 2013). Magalhães (2000) aponta que o estudo do papel dos projetos individuais e do casal no início da conjugalidade esclarece como os ideais de cada parceiro são projetados no futuro e as possibilidades de conciliação entre os projetos individuais e o ideal conjugal.

É importante ressaltar que, mesmo aqueles projetos que o sujeito desenvolve para si-envolvem necessariamente a participação do par conjugal, ainda que pela sua exclusão, conforme aponta Alberoni (1988). Ou seja, há projetos que não são almejados conjuntamente e haverá a necessidade de que os parceiros aprendam a lidar com a individualidade de cada um. Alguns projetos individuais podem ser abdicados por não serem tão vitais para o sujeito, outros podem ser tão importantes a ponto de não poderem ser abandonados (Magalhães, 2003). Nesse sentido, entende-se a relevância da comunicação entre os sujeitos para a compreensão acerca do que é importante para cada membro do casal individualmente, de quais são os desejos compartilhados e como serão acordados. Na conjugalidade, portanto, é necessário um contínuo diálogo sobre os projetos, visto que ao longo do tempo novos poderão surgir, e outros, desaparecer.

Na sociedade contemporânea, vivemos um contexto de valorização da individualidade nas relações (Singly, 2011), o que reverbera no cotidiano do casamento. Atualmente, o casamento tem como objetivo a satisfação pessoal (Borges; Magalhães; Féres-Carneiro, 2014) e um dos seus desafios refere-se ao receio que o sujeito contemporâneo possui de perder sua liberdade ao se

comprometer em um relacionamento afetivo (Féres-Carneiro, 1998). A valorização da individualidade de cada parceiro em um relacionamento traz novos significados para a vida conjugal, podendo acarretar dificuldades na conciliação de desejos. Manter a afirmação da individualidade dentro das relações pode gerar tensão, com a exigência de que os parceiros sustentem um tipo de interação que respeite suas singularidades, ao mesmo tempo que precisam harmonizar aspectos da conjugalidade (Singly, 2011). Uma possível repercussão dessa dinâmica é uma maior instabilidade das relações conjugais, que passam a exigir um esforço contínuo de negociação (Borges; Magalhães; Féres-Carneiro, 2014, 2014).

A vida a dois exige de cada indivíduo certa renúncia à própria identidade e uma abdicção de parte de sua liberdade (Kaufmann, 2007). Essa exigência cria um dilema para o sujeito contemporâneo, que precisará desenvolver a habilidade de equilibrar o individual e o coletivo (Borges; Magalhães; Féres-Carneiro, 2014; Féres-Carneiro *et al*, 2021; Singly, 2011). Singly (2000) afirma que a convivência em um mesmo espaço é viável apenas para aqueles que conseguem se adaptar e aceitar os ajustes necessários para tornar uma vida compartilhada e sugere que o estabelecimento de limites pode garantir a individualidade.

Partindo da proposição de Puget e Berenstein (1993) acerca dos três tipos de estrutura conjugal – dual simétrico e assimétrico, terceiridade limitada e terceiridade ampla, Magalhães (2000) faz um paralelo, dentre outros aspectos, com os projetos individuais e compartilhados do casal. Esses tipos de estrutura conjugal variam de um alto grau de indiferenciação, com comunicação escassa, sem espaço para projetos individuais (Puget; Berenstein, 1993), passando a ser absorvidos pelos projetos conjugais (Magalhães, 2000), para a estrutura em que há dois egos discriminados (Magalhães, 2000), as diferenças são aceitas e o projeto vital é de suma importância para o casamento. Nesse caso, entende-se a relevância de se levar em conta tanto os projetos individuais quanto conjugais. Ao considerar apenas os individuais, compreende-se que poderia ocorrer um abalo do espaço conjugal. No sentido oposto, a ênfase somente na conjugalidade poderia provocar a renúncia dos objetivos pessoais. Sendo assim, a postura mais saudável corresponde ao entendimento de que haverá sempre uma flutuação da ênfase entre esses aspectos (Féres-Carneiro, 1998). Para que isso se materialize, é necessário o estabelecimento de acordos.

O vínculo conjugal é constituído por meio de acordos que precisam ser elaborados entre os membros do casal, mas que são, também, influenciados pela cultura em que estão inseridos. Jablonski (2010), Mota-Santos, Azevedo e Lima-Souza (2021), Garcia e Marcondes (2022) apontam as transformações nos papéis de gênero, que impactaram o casamento, uma vez que as mulheres deixaram de ser as únicas responsáveis pelas tarefas domésticas, modificando os tipos de acordo conjugal. Já Giddens (1992) ressalta as transformações da intimidade e do casamento ao longo da História e afirma que a emancipação feminina suscitou transformações nos relacionamentos na sociedade contemporânea. A revolução sexual e a busca de autonomia pelas mulheres foram cruciais para questionar e reformular os ideais de amor romântico, favorecendo a libertação das mulheres das normas tradicionais que as restringiam aos papéis subordinados e limitavam suas escolhas. O autor introduz o conceito de "amor confluyente" e relacionamento puro, que representa um tipo de relação mais igualitária, em que o compromisso é negociado e não imposto. Nesse tipo de relacionamento, há a livre expressão das necessidades de cada um e o diálogo aberto, o que aponta para um movimento em direção a relações baseadas na reciprocidade e na negociação, em que a individualidade dos parceiros é valorizada.

Para que se estabeleça um relacionamento saudável, Satir (1993) ressalta a necessidade de um senso de igualdade entre os parceiros. Essa visão desafia a perspectiva tradicional, que muitas vezes fundamenta os relacionamentos em uma dinâmica de desigualdade, levando à formação de um padrão de dominação e submissão. Essa análise sugere uma reavaliação de papéis e expectativas dentro da relação, promovendo um entendimento mais equilibrado e respeitoso entre os parceiros.

As negociações, que, segundo Fernandes (2010), possuem o objetivo de reconhecer a diferença do outro e de entender as necessidades de cada um, permitem aos membros do casal reverem constantemente o vínculo conjugal e estipularem acordos que ofereçam a sensação de segurança, prazer, intimidade e reciprocidade a cada um. Entretanto, quando a relação não é igualitária, é possível que se estabeleçam laços de dependência, afetando também a comunicação entre os membros do casal. Por outro lado, quando a relação é igualitária, torna viável a escuta do outro e o compartilhamento de ideias. O autor ressalta também que, quando cada membro do casal possui sua própria carreira profissional e seu

dinheiro, isto possibilita que haja diálogo mais igualitário, em que está presente a escuta do outro e o compartilhamento acerca dos desejos e necessidades de cada um.

Em contraponto, Jacobs (2004) afirma que a relação igualitária é apreciada na teoria, mas na prática acarreta conflitos referentes às expectativas não correspondidas entre os parceiros e às responsabilidades de cada um, ocasionando, muitas vezes, ressentimentos entre os cônjuges. O autor ressalta que, para tentar solucionar essa questão, uma das opções seria o desenvolvimento de expectativas mais realistas e a deliberação do casal sobre o que acreditam ser uma divisão justa de papéis e responsabilidades.

Eiguer (2013) aponta a importância do reconhecimento mútuo no casal. Para ele, o reconhecimento diz respeito não apenas a aprovar o que o outro faz, mas reconhecer quem ele é, sua singularidade e sua alteridade. Para o autor, o reconhecimento ocasiona o sentimento de satisfação aos parceiros e, quando ocorre o contrário, e não se sentem reconhecidos, pode favorecer a ocorrência de conflitos.

Cada etapa do ciclo vital suscita mudanças nas negociações conjugais. Os membros do casal precisam se adaptar aos novos obstáculos apresentados e os acordos estipulados anteriormente podem não fazer mais sentido (Olson, 2000). Olson (2000) revela que um nível equilibrado de coesão entre os membros do casal tende a proporcionar uma relação mais democrática e negociações mais flexíveis entre eles.

A construção da conjugalidade envolve muitas transformações na vida do sujeito e a capacidade de adaptação e de comunicação torna-se um fator preponderante para vivenciar esse momento de maneira saudável (Delatorre *et al.*, 2022; Heckler; Mosmann, 2016). Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2021), desde 2015 há um aumento no número de divórcios no Brasil. Dificuldades na comunicação são apontadas por muitos casais como um dos aspectos que mais promovem conflitos conjugais. Na clínica com casais, frequentemente recebemos pacientes com dificuldades na resolução de conflitos conjugais, entendendo a psicoterapia como recurso que antecede um possível divórcio. Cada casal desenvolve sua própria maneira de se comunicar com base em uma combinação de fatores pessoais, sociais e familiares. A comunicação representará o grau de funcionalidade de cada casal, reverberando na maneira como estabelecem e preservam uma relação mais ou menos satisfatória (Luz; Mosmann,

2018). A dinâmica comunicacional entre os membros do casal é um dos fatores que pode contribuir tanto para um encaminhamento satisfatório dos conflitos, quanto insatisfatório, podendo culminar em divórcio. Assim, compreender os aspectos que envolvem a comunicação e os acordos na conjugalidade possibilita uma contribuição para o manejo na clínica. Nesse sentido, o objetivo do presente artigo é discutir a construção de acordos e projetos, individuais e compartilhados, nos primeiros três anos do casamento.

3.1. Método

Foi realizada uma investigação de natureza qualitativa, por meio de entrevistas semiestruturadas. Participaram do estudo quatro homens e quatro mulheres na faixa etária entre 30 e 39 anos. Os critérios de inclusão utilizados foram: possuir no mínimo um e no máximo três anos de casados, considerando que esse é o período inicial da construção da conjugalidade, e não possuir filhos. Os critérios de exclusão foram: homens e mulheres recasados e que não estivessem em coabitação com seus parceiros. As entrevistas foram realizadas com roteiro oculto previamente elaborado pela pesquisadora. Os participantes foram recrutados a partir de chamadas/anúncios em redes sociais. As entrevistas foram realizadas de maneira remota, através das plataformas *Skype* e *Google Meet*, foram gravadas por áudio e vídeo e transcritas integralmente. As entrevistas tiveram a duração média de 40 minutos. Os dados foram coletados por meio de uma ficha com dados biográficos e de entrevista baseada em um roteiro semiestruturado, com temas relacionados aos objetivos da investigação e conduzidos de modo flexível.

O projeto de pesquisa que deu origem a este estudo foi apresentado à Plataforma Brasil (Parecer nº 6.719.298). Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, no qual estão descritos o objetivo geral da investigação, o procedimento das entrevistas, e o caráter confidencial conferido aos dados coletados (quadro 1). Além disso, os participantes foram informados de que poderiam interromper a entrevista quando desejassem, fazer as perguntas que julgassem necessárias, recusar-se a responder perguntas ou falar de assuntos que lhes pudessem causar constrangimento.

Para análise do material coletado nas entrevistas, foi utilizado o método da análise de conteúdo na vertente categorial temática, segundo Bardin (2016). Este

estudo faz parte de uma pesquisa mais ampla, cujo objetivo geral foi investigar a dimensão da comunicação na construção da conjugalidade nos primeiros três anos de casamento. Dessa pesquisa emergiram quatro categorias: *Comunicando sentimentos: das palavras ao silêncio*; *Repetição dos padrões comunicacionais familiares*; *Comunicação na construção de projetos*; *Acordos na busca por uma relação igualitária*. Para atingir o objetivo do presente artigo serão discutidas as categorias: *Comunicação na construção de projetos e Acordos na busca de uma relação igualitária*. As demais categorias foram discutidas em outro artigo.

Quadro 1 – Perfil dos participantes

Participantes	Gênero	Idade	Tempo de casado	Profissão
M1	Feminino	30	2 anos	Enfermeira
M2	Feminino	32	2 anos e 10 meses	Engenheira
M3	Feminino	30	1 ano e 10 meses	Professora
M4	Feminino	30	1 ano	Neuropsicóloga
H1	Masculino	33	1 ano	Analista de investimentos
H2	Masculino	39	3 anos	Psicólogo
H3	Masculino	33	1 ano e 4 meses	Bancário
H4	Masculino	33	1 ano e 4 meses	Analista de comunicação

Fonte: autoria própria, 2025.

3.2. Resultados e discussão

3.2.1 Comunicação na construção de projetos

Para construir uma identidade compartilhada, são necessários ajustes relacionados aos propósitos de vida de cada um, bem como negociações para a construção de projetos conjugais. No relato dos entrevistados, foi observado que os sujeitos possuem projetos tanto individuais quanto compartilhados, porém demonstram haver uma necessidade de conciliação entre ambos. Foi evidenciada nas entrevistas a predominância de projetos individuais relacionados aos aspectos profissionais, revelando uma maior valorização da realização profissional por parte dos participantes. Já em relação aos projetos compartilhados, cinco dentre os oito participantes citaram o projeto de ter filhos e a organização do local em que moram. Ademais, o relato dos participantes revelou que, no início do relacionamento,

alguns parceiros homens mostraram-se mais voltados às questões individuais, não incluindo o cônjuge em suas decisões, mas que, após conversas relacionadas ao tema, modificaram sua postura. “A maioria dos projetos a gente hoje pensa em conjunto, mas no início do relacionamento, nem tanto” (H3). Esse aspecto vai ao encontro do que apontam Kaufman (2007) e Borges, Magalhães e Féres-Carneiro, (2014) ao apresentarem o dilema do sujeito na sociedade contemporânea, relacionado à dificuldade de adequar a individualidade à conjugalidade. Segundo os autores, quando o sujeito se envolve em um relacionamento conjugal, é necessário abdicar de parte de sua liberdade ao mesmo tempo em que precisa manter sua individualidade, o que se torna difícil no contexto individualista atual. Ademais, é importante frisar que, para que sejam estabelecidos os projetos individuais, necessariamente, há o envolvimento do parceiro, assim como ressalta Alberoni (1998), pois são necessários ajustes na relação para que tanto os projetos individuais quanto conjugais tornem-se possíveis de serem colocados em prática.

No começo ele tinha uma coisa assim: ‘ah eu vou fazer um concurso lá no Piauí.’ Aí eu: ‘oi?’. Na época, eu briguei com ele por isso né?! Pô, a gente está morando juntos e você vai pro Piauí. E eu? Se eu for pro Piauí, eu tenho que me organizar antes. Então, por enquanto a gente combina assim, tipo, ah se ele quer fazer um concurso fora, ele fala, que aí eu, também, procuro alguma coisa fora, mas, por enquanto, também a gente decidiu ficar no Rio. (M1)

Então, a gente, a gente tinha duas visões de vida um pouco diferentes quando a gente casou, foi até uma coisa que acho que ele me falou. Porque eu tinha o sonho de passar em concurso público, né? E ficar com a vida financeira mais estável. E o (nome do parceiro) queria viajar o mundo, aí era um conflito, foi um conflito durante um bom tempo. (M2)

Nesses casos, quando os dois possuem projetos individuais difíceis de serem conciliados, a tendência é o surgimento de tensões. Após alguns conflitos relatados pela participante M2, o marido cedeu aos desejos dela e, para resolver o impasse, decidiram que viajariam todas as férias juntos. “Ele falou que ele ia abrir mão desse sonho, porque queria viver junto comigo, ah! e eu também tenho o sonho de constituir família né, de ter filhos e tal, e ele falou que abriria mão por mim e decidimos que viajaríamos nas férias” (M2).

Esse aspecto vai ao encontro do que apontam Féres-Carneiro e Ziviani (2010), ao enfatizarem o desafio no ajustamento entre os projetos individuais e os projetos do casal, pois além de demandar habilidades para enfrentar os conflitos, requer

também a compreensão de que a relação é uma nova realidade compartilhada, distinta das realidades individuais de cada parceiro.

Um participante demonstrou que tinha bem claro quais eram seus projetos individuais, de maneira que colocou em pauta seus projetos antes mesmo do casamento, demonstrando enfatizar à parceira a importância de alcançar determinados objetivos e a necessidade de que ela se adequasse. “Então, a maioria dos meus projetos de vida ela sabia antes de casar comigo, né? Quero morar em casa, então agora a gente já está estruturando um pouco dessa ideia. Quero ter cachorro, mas só terei quando tiver uma casa, e ela já sabe dessa ideia também” (H1). Essa fala demonstra a importância dada aos projetos individuais, não incluindo os projetos individuais da parceira, tampouco os projetos compartilhados.

Ao mesmo tempo em que pareceu difícil para alguns entrevistados conciliar, inicialmente, os projetos individuais com a conjugalidade, foi percebido também que a construção de um projeto em conjunto pode levar a uma sensação de bem-estar e compromisso entre os parceiros, conforme demonstrado por M2:

Olha, o nosso maior projeto que a gente já fez juntos foi a nossa casa né, que a gente construiu juntos. Tanto a gente projetou junto com o arquiteto na época, quanto quando teve a obra a gente construiu mesmo juntos. Ah, eu achei que foi bom, foi um período muito bom, porque eu tinha muito medo da gente brigar naquela época, né? Porque é muito estressante uma obra. Mas acho que foi um dos melhores momentos assim, do nosso relacionamento. A gente tava muito unido num propósito só, sabe? Então foi muita comunhão, os dois tavam muito alinhados. (M2)

Esse sentimento de compromisso pode ser compreendido por meio do que Puget e Berenstein (1993) chamam de projeto vital compartilhado, ou seja, através de um projeto em comum, são identificados propósitos para o futuro, demonstrando continuidade e compromisso com o relacionamento. Assim, os membros do casal podem se sentir engajados na relação e mais conectados um ao outro.

Assim como M2, outros participantes estavam voltados à construção da identidade conjugal (Féres-Carneiro; Diniz, 2010), buscando arrumar a casa escolhida por eles para compartilhar a vida. “São poucos anos de casamento, são muitas coisas assim, de ajeitar o lugar que a gente mora, né? (M3).

Na maioria das entrevistas, as participantes mulheres demonstraram que os projetos individuais são compatíveis com a construção de uma realidade conjugal. A participante M1 relata o diálogo que teve com o marido a respeito de seus objetivos pessoais, buscando incluí-lo em seu projeto. “Eu quero fazer aquele

doutorado sanduíche que você pode viajar. Aí isso é um combinado nosso, também. Assim, ‘vamos tentar ir juntos, vamos ver se a gente consegue, você consegue ir também’” (M1). M1 demonstra que possui projetos individuais e que estão alinhados com os projetos tanto conjugais quanto individuais do parceiro:

Mas de projeto, a gente está meio alinhado. A gente tem que sempre, assim, alinhar. Avisar pro outro qual é o projeto para o outro conseguir se ajustar e fazer parte. Acho que o que eu acho legal meu e do F. é que os dois ali, os dois têm projetos e a gente vai tentando entrar um no do outro. O projeto dele não é superior ao meu. Mesmo que ele tenha já pós doc ele respeita muito que eu ainda quero fazer doutorado, que eu ainda estou galgando sabe? (M1)

Os padrões contemporâneos de relacionamento conjugal destacam a autonomia e a felicidade individual de cada parceiro. Porém, a formação do casal requer o estabelecimento de uma área de interação compartilhada e o desenvolvimento de uma identidade conjugal (Féres-Carneiro, 1998). Assim, o casal contemporâneo é constantemente desafiado pela manutenção do equilíbrio entre a necessidade de satisfação dos desejos individuais e a conservação da vida conjugal.

Entretanto, apesar de que na percepção das participantes mulheres, seus parceiros tiveram dificuldade, no início da conjugalidade, em priorizar projetos conjugais, e os participantes homens também relataram que apresentaram esse aspecto, dois desses participantes relataram se abster atualmente de buscar desenvolvimento pessoal e profissional para focar nos projetos compartilhados ou nos da parceira, “Eu tive a oportunidade, duas vezes, de ser promovido e eu fiz questão de não ser. Por quê? Porque isso atrapalharia o nosso projeto” (H3). Para ele, segundo sua fala, o “nosso projeto” seria a permanência da companheira no curso de Medicina. Foi percebido, nesse caso, uma priorização do projeto individual da esposa em detrimento do seu, ao negar o convite de promoção, para que a esposa pudesse investir na sua formação profissional. Chamou-nos a atenção o fato de ele mencionar o projeto individual da parceira como sendo um projeto conjugal, demonstrando dificuldade em discriminar conjugalidade de individualidade. No que tange os projetos individuais, dois participantes demonstraram dificuldade em identificá-los:

Então, assim, hoje em dia, eu realmente não sei se eu tenho algum projeto pessoal. A única coisa que eu consigo falar que é um projeto meu, é continuar estudando, que

é uma coisa que eu gosto de fazer. Sempre tô procurando algum... algo novo pra colocar em prática, eu tenho um pouco dessa perspectiva. Então, esses acabam sendo os meus projetos no fim das contas... (H4)

Eu tento imaginar um projeto individual meu hoje... não sei. O projeto talvez seja descansar. Viajar, assim, o projeto é viajar, mas por enquanto a gente não pode. Sei lá... eu fico jogando, eu tô... tenho mais isso assim de vida. Porque eu acho que eu já fiz de tudo um pouco, como eu te falei... já fiz um curso de cervejaria, morei um ano dentro de uma cervejaria em [nome da cidade], então eu arrisquei bastante. Aí eu sosseguei agora, de verdade. (H3)

Foi possível constatar que algumas das entrevistadas mulheres apontam para a dificuldade de negociação dos projetos individuais do parceiro para o estabelecimento de uma vida compartilhada. Algumas relatam que seus parceiros conseguiram ultrapassar essa dificuldade a partir do diálogo, estabelecendo relações mais igualitárias, em que os projetos de ambos têm a mesma importância. Alguns participantes homens também relataram que no início do relacionamento seus projetos eram mais individualizados. Observou-se, portanto, que as mulheres demonstraram maior facilidade do que os homens de discriminar projetos individuais de conjugais.

3.2.2 Acordos na busca por uma relação igualitária

Com a emancipação feminina, houve algumas mudanças sociais que resultaram na busca das mulheres por relações mais igualitárias. Nas entrevistas realizadas, ficou nítido que as relações conjugais dos entrevistados eram baseadas na busca por igualdade de gêneros, em que tanto a mulher quanto o homem realizavam as atividades domésticas, bem como ambos trabalhavam. Em relação aos acordos, foi evidenciado que, ao serem perguntados sobre o assunto, os entrevistados, em sua maioria, referiram-se às tarefas domésticas. Contudo, na perspectiva dos entrevistados, quando um membro do casal tomava iniciativa de alguma atividade relacionada à casa, o outro se adequava, geralmente, de forma tácita, realizando outras tarefas complementares, sem que houvesse uma conversa sobre o tema. Somente quatro participantes relataram acordos explícitos entre eles e seus parceiros. Dois participantes do gênero masculino relataram haver acordos que não foram totalmente explícitos entre os membros do casal, e que culminavam em queixas contínuas por parte das parceiras, seja pelo descumprimento por parte deles, ou pela reclamação de um trabalho realizado insatisfatoriamente, na visão

delas. Nesse mesmo aspecto, duas participantes do gênero feminino, apesar de inicialmente relatarem que havia uma divisão igualitária de tarefas, também apresentaram queixas referentes ao parceiro sobre o não cumprimento das atividades domésticas. Em relação às tarefas domésticas, foi percebido que há uma tentativa de divisão igualitária entre os membros do casal, que é demonstrada sobretudo por meio das ações, mas que não é verbalizada em negociações. “Mas eu acho que aqui foi muito natural, assim, eu, por exemplo, eu cozinho, ele lava.” M4

Eu fiz compras e tal, eu que vou fazer a comida hoje, sabe?! A gente fala, assim, ele fala: “aí eu comprei tal coisa e você faz a comida. É... ou ele chega, oferece de lavar roupa. É uma coisa muito natural. A gente não chega e fala de segunda a terça é você, não faz assim não. (M1)

Fica evidente, também, nos relatos que o responsável pela realização das tarefas é aquele que possui maior disponibilidade no momento, não havendo regras pré-determinadas. Isso vai ao encontro do que Olson (2000) aponta sobre adaptabilidade, em que os sujeitos buscam negociar e se adaptar conforme as situações que surgem. Entretanto, apesar de alguns participantes relatarem não haver regras previamente estabelecidas, quatro entrevistados expuseram o estabelecimento de acordos claros entre eles e seus parceiros no que se refere à divisão de tarefas:

A gente divide... lavar banheiro, por exemplo, um lava e o outro lava depois, né? Porque os dois odeiam. Aí, isso tem o nosso acordo ali, a gente acordou e tal. Ele acaba ficando mais com a louça, porque eu não gosto de lavar louça, né? E arrumar a cozinha. E eu, geralmente, arrumo outras partes da casa, mas também vou lá na cozinha, né? Lavo menos a louça do que ele pra falar a verdade, mas lavar roupa só eu que lavo. (M3)

A gente acorda coisas sobre divisão de tarefas, sobre viagens, sobre... até sobre os bichinhos que a gente tem, né? Dos cachorros e do gato. A gente tem acordo sobre tipo o banho do bicho, comida, como é que faz, sabe? Quem vai fazer, quem vai lavar, tudo acordado, acordado, tem acordo sim. (H2)

Ele tem medo de que isso interfira, eu interfira em coisas que não precisaria, assim, que desgaste, ele tem medo de desgaste, tanto desgaste pessoal quanto pro nosso relacionamento. Ele falou pra mim que tem essa preocupação. Aí a gente teve essa ideia de fazer uma cartilha assim, direitos e deveres e pra discutir as responsabilidades. (M2)

Coisas financeiras eu que... ele acha que eu sou mais organizada, então eu separo tudo “ó, tem que pagar isso, isso, isso, a gente vai pagar assim, assim, assim, que que você acha? Concorda comigo?”, “concordo, vamos fazer assim”. Isso foi uma coisa

que eu mais... isso foi o que eu aprendi também com a minha mãe, minha mãe sempre foi muito metódica a ter isso muito organizado. Então, é uma coisa que ele deixa pra eu resolver e pra mim tá tranquilo, porque eu tenho um certo controle disso e pra mim fica mais confortável. Por exemplo, louça quem resolve é ele, eu tenho dificuldade com texturas, eu tenho uma dificuldade pra tocar em certas coisas e como eu trabalho de oito da manhã até às sete da noite em (bairro da cidade do Rio de Janeiro) e moro em (cidade próxima ao Rio de Janeiro), “a louça é tua, tá?”. (M4)

De acordo com as falas supracitadas, é percebida a importância dos acordos na conjugalidade, conforme explica Fagundes (2010). Para o autor, as negociações proporcionam o entendimento das necessidades de cada um, além da sensação de segurança, prazer, intimidade e reciprocidade. Além disso, o estabelecimento de acordos e a comunicação sobre as situações que se apresentam no cotidiano reverberam na funcionalidade do casal, podendo produzir relações mais saudáveis (Luz; Mosmann, 2018).

Além da tentativa de igualdade no que tange a divisão de tarefas, foi observada também a relevância dada por M3 no que se refere à igualdade intelectual. Ela acredita que seja fundamental a igualdade intelectual para que a relação afetiva não seja hierárquica, assim como era a de seus pais. A participante enfatizou o quanto a desigualdade intelectual entre os membros do casal pode afetar a autoestima, assim como ocorreu com sua mãe.

Então, algo que eu sempre busquei... eu buscava um relacionamento com igualdade intelectual e aconteceu de ele ser o primeiro assim...acho isso importante, porque eu percebo o quanto isso afetou a autoestima da minha mãe, de se achar menos, né? E o meu pai se achar mais. E fica uma coisa que um é intelectualmente superior ao outro e eu percebi isso em pequenas humilhações, né? Pequenas coisas, chamadas de atenção assim, muito ruins, isso era muito ruim. (M3)

Esse aspecto vai ao encontro do que Giddens (1993) aponta sobre o “relacionamento puro”, que é caracterizado por ser aquele em que o sujeito entra na relação pelo valor intrínseco da conexão em si, respeitando e valorizando cada pessoa envolvida. É baseado em relações democráticas e na busca pela igualdade e respeito às diferenças entre os membros do casal. O autor ressalta, também, que integrar os valores democráticos numa relação pode aprimorar a qualidade dos relacionamentos conjugais. Sendo assim, é possível afirmar que, através de relações mais igualitárias, o diálogo pode ser facilitado entre os membros do casal.

Outro aspecto observado foi que dois participantes do gênero masculino demonstraram reclamações das esposas referentes às divisões de tarefas, enquanto

duas participantes do gênero feminino queixaram-se do não cumprimento pelos companheiros das atividades domésticas. O participante H3 demonstrou que não há um acordo explícito sobre as tarefas domésticas, mas há cobranças da esposa para que ele as realize, causando conflito entre eles: “Negócio de lavar a louça, às vezes eu... ela vê que eu fico irritado de ela me cobrar...ela falou isso pra mim e eu virei e falei “não, já resolvi, já sei”, comprei quentinha e falei “pronto”, não quero essa dor de cabeça pra mim. E comprei, foi assim que eu resolvi.”

Já H1 relata que há alguns acordos explícitos entre eles, que geralmente são cumpridos por ele, mas que, mesmo assim, sua companheira queixa-se frequentemente da forma como ele cumpriu a tarefa:

Ah, a gente tem alguns acordos, mas nunca é igual. Por exemplo: agora mesmo, fizemos um acordo de que eu vou ter que jogar o lixo fora antes de deitar, mas não é sempre. A louça, a gente sempre teve um acordo que era: quem faz comida, não lava a louça. Se eu fizer comida, ela é quem lava a louça. Se ela fizer a comida, eu que lavo a louça. A gente segue. Mas, ela reclama da pia molhada. ‘Na boa, a pia vai ficar molhada, se você quiser secar, pode secar’. (H1)

M3 menciona que a divisão das tarefas de casa é o assunto que mais causa conflito entre eles:

Casa, limpeza da casa é um tema que causa conflito. É o mais chato assim, porque organização da casa, limpeza da casa e... uma parada que... assim, tá lá há três meses, quatro meses e se eu não falo 20 vezes pra fazer, não faz. Por exemplo: ele tem uma bota de inverno, na época que ele morou em outro país, aí um dia de chuva ele usou. Acho que esse dia de chuva já tem quase um ano, e aí a bota tá lá na minha área até hoje. (M3)

Ele diz que não tem problema com lavar a louça, que ele gosta de lavar. Às vezes ele até demora bastante, inclusive, para lavar. Passa um sábado de manhã, acorda cedo e faz isso [...] ele é bem “desleixadinho”... o meu refúgio é o quarto, porque ele trabalha na sala. Então, se a sala tá empoeirada ou algo assim, final de semana eu resolvo, eu só vou, entro no quarto para não ver, mas se eu vejo uma coisa que tá assim, demais e eu fico um pouco nervosa, aí eu olho assim e falo “amor, pelo amor de Deus arruma aquilo ali que tá me...”. Aí ele, “calma, pode deixar que eu vejo”, aí ele vai lá e faz. Ou então quando eu tô muito sem paciência, eu começo a fazer, ele olha assim levanta na hora e começa a me ajudar. (M4)

Essa fala corrobora o que apontam Jablonski (2010) e Mota-Santos, Azevedo e Lima-Souza (2021) sobre as transformações da família contemporânea referentes à divisão de tarefas e papéis de gênero, uma vez que, de acordo com os entrevistados, a decisão de quem realizará tais tarefas não está pautada na relação

de gênero e sim nas disponibilidades de cada um. Além disso, “as mulheres igualitárias”, segundo Singly (2011), reivindicam que as atividades que antes eram tidas como femininas, tais como as tarefas domésticas e decisões sobre situações cotidianas, sejam transferidas para a responsabilidade conjugal.

Entretanto, Kaufmann (2002) afirma que os homens costumam realizar as atividades domésticas que lhe dão mais prazer e demonstram dificuldade ou má vontade para realizar as tarefas que não lhe trazem satisfação, corroborando a ideia tradicional de que é da mulher a responsabilidade pelas tarefas domésticas e os homens apenas auxiliam. Mesmo que a divisão seja realizada, elas permanecem com a incumbência de coordenar as atividades.

Questionamo-nos nesses casos se as queixas das mulheres se referiram à necessidade de reconhecimento por parte do parceiro, pois mesmo que eles realizassem tais tarefas acordadas, elas precisavam sempre estar gerenciando e tomando a iniciativa. As falas supracitadas corroboram a ideia de Eigner (2013) referente ao reconhecimento mútuo, em que é necessário perceber as necessidades do outro e reconhecê-las, assim como compreender que o outro é diferente de si. Ademais, esse aspecto vai ao encontro do que revela Jacobs (2004) ao referir-se a uma maior imposição atualmente da participação do homem no envolvimento com as tarefas domésticas comparado ao padrão tradicional de casamento. O autor ressalta, em contrapartida, que a busca pelo modelo igualitário também pode acarretar expectativas irrealizáveis e sentimentos mútuos de incompreensão.

O que se percebe, a partir dos relatos dos entrevistados, é que os casais tentam compartilhar as tarefas domésticas, não sendo evidenciada a existência de papéis e funções rígidas. Alguns participantes realizam acordos sobre determinados aspectos, enquanto outros se adaptam de acordo com a situação apresentada. Apesar de relatarem haver acordos explícitos e implícitos, observamos que dois participantes homens ressaltam as queixas das esposas relacionadas ao não cumprimento das tarefas por parte deles e duas participantes do gênero feminino queixaram-se quanto à ineficiência dos maridos na realização de tais atividades, o que se mostrou contraditório diante dos relatos de divisão igualitária de tarefas. Nesse sentido, entende-se que apesar de haver uma tentativa de divisão igualitária, as mulheres ainda permanecem responsáveis pela coordenação das atividades, o que gera frustração das expectativas e aumento de conflitos entre os membros do casal.

3.3. Considerações finais

Os resultados da pesquisa demonstraram a existência de diálogo sobre os projetos individuais e compartilhados, além da realização de acordos. No entanto, as participantes do gênero feminino queixaram-se de que os companheiros, no início do relacionamento, davam mais ênfase à individualidade em detrimento da conjugalidade, e após a iniciativa delas de diálogo, houve mudança de postura. Já os participantes do gênero masculino demonstraram haver conversas sobre os projetos compartilhados, porém alguns apresentaram dificuldade em discriminar o que era individual do que era conjugal, enquanto outros deixaram bem claro seus projetos individuais inicialmente, sem levar em consideração os projetos da parceira ou conjugais. Além disso, os projetos individuais apresentados pelos entrevistados foram, em sua maioria, relacionados ao crescimento profissional, o que demonstra a importância dada pelos participantes à carreira. Já os projetos compartilhados diziam respeito a ter filhos e à organização da moradia do casal.

Em relação aos acordos, foi percebida a predominância da referência dos entrevistados às tarefas domésticas, demonstrando que, algumas vezes, havia comunicação explícita e outras vezes acordos implícitos sobre o tema. Foi evidenciado que havia queixas das participantes do gênero feminino relacionadas à falta de compromisso dos companheiros quanto ao cumprimento das tarefas, enquanto os participantes do gênero masculino apontaram que, mesmo eles realizando as atividades, suas parceiras queixam-se de algum ponto. Diante disso, entende-se que, mesmo que os homens atualmente dividam as tarefas com as mulheres, ainda há a coordenação das atividades por parte das mulheres, acarretando frustração de expectativas e conflitos no relacionamento. Ademais, foi retratado que, geralmente, os homens realizam as atividades que lhe causam mais prazer, corroborando com a ideia trazida por Kaufmann (2002) sobre a realização das atividades pelos homens sem muita presteza.

Sendo assim, nesse contexto, apontamos para a importância da comunicação tanto acerca dos projetos individuais como dos compartilhados, além do estabelecimento de acordos na conjugalidade. Concluímos, portanto, com a compreensão da relevância em conciliar aspectos da individualidade com a conjugalidade, além do entendimento de que é possível, através das negociações, que haja a compreensão da visão do outro, reconhecimento da diferença, do que é

importante para cada um, evitando expectativas irreais que possam gerar conflitos de difícil resolução. Ademais, entendemos que, para que a divisão de tarefas não seja produtora de desavenças, é necessário que ela esteja pautada no que é justo para cada um. Constatamos, por fim, que quanto maiores os acordos, menores as possibilidades de desentendimentos no cotidiano.

4 Conclusão

O presente estudo teve como objetivo compreender como a comunicação dos membros do casal reverbera na qualidade da conjugalidade, nos anos iniciais do casamento. Os resultados dessa pesquisa apontaram para a dificuldade dos participantes em expressar sentimentos, sobretudo a raiva, muitas vezes recorrendo ao silêncio como forma de lidar com situações conflitantes, bem como para a repetição e tentativa de diferenciação dos padrões comunicacionais familiares. Além disso, foi evidenciado, que alguns acordos conjugais eram negociados enquanto outros eram realizados de maneira tácita. Apesar de a maioria dos participantes dessa pesquisa afirmarem manter uma divisão igualitária das tarefas domésticas, algumas participantes mulheres queixaram-se da falta de comprometimento dos seus parceiros, enquanto alguns participantes homens queixaram-se das cobranças das parceiras. No que concerne aos projetos na conjugalidade, os resultados apontaram para a existência de conversas sobre os projetos tanto individuais quanto compartilhados e as participantes mulheres demonstraram maior habilidade em conciliar ambos. Entretanto, as participantes mulheres relataram a percepção de que os seus parceiros, no início do relacionamento, estavam mais ligados a seus projetos individuais e que apenas após o diálogo entre eles, houve modificação do comportamento, apontando para a dificuldade dos participantes homens em conciliar projetos individuais e projetos conjugais.

Os dados levantados nesta pesquisa ensejam uma reflexão sobre a relevância da identificação das emoções para que possam ser expressas ao parceiro, como caminho para a promoção da saúde da relação. Além disso, a identificação dos padrões comunicacionais familiares torna-se relevante nesse contexto como forma de apropriar-se da herança e assim propiciar a diferenciação, criando uma maneira própria de se comunicar. Outro fator essencial é a importância do estabelecimento de acordos, em que a divisão de tarefas se configure por meio de critérios que sejam justos para ambos os parceiros. Ademais, a conciliação dos projetos individuais com os conjugais é fundamental para a qualidade da relação.

Concluimos que a qualidade da comunicação é de suma importância na relação conjugal. As vivências pregressas dos sujeitos e os padrões comunicacionais familiares se apresentaram como fatores predominantes para o

entendimento da maneira de se comunicar de cada um. Pode-se dizer, assim, que a conscientização sobre as próprias emoções é imprescindível no processo de diferenciação da família de origem e na construção de um padrão comunicacional próprio. Ademais, a conciliação dos projetos individuais e conjugais e o estabelecimento de acordos, em que predomine a divisão justa de tarefas, por meio do reconhecimento mútuo entre os membros do casal e a aceitação da diferença, se apresentaram como aspectos definidores da qualidade da relação. Assim, compreender a qualidade da comunicação conjugal é uma diretriz que contribui para o manejo na clínica, além de possibilitar alternativas de cuidado no que tange o atendimento aos casais.

No contexto do atendimento a casais na Vara de Família — área que também integra minha prática profissional —, é possível observar, em determinados casos, a ocorrência de incongruências sutis na conduta dos genitores que buscam a regulamentação da convivência ou da guarda dos filhos após a separação. Um exemplo recorrente desse fenômeno manifesta-se nos dias destinados à convivência do genitor não guardião. Nesses momentos, a mãe pode, em nível discursivo, expressar apoio e estimular a criança a participar do encontro. Contudo, aspectos inconscientes podem emergir e se manifestar por meio de sua comunicação não verbal, revelando uma dissonância entre os canais digital (verbal) e analógico (não verbal). Esse desalinhamento pode ser interpretado pela criança como uma mensagem implícita de que, apesar do incentivo verbal, a mãe não deseja efetivamente que a interação ocorra. Ademais, a identificação das dificuldades na comunicação entre os genitores pode contribuir para a construção de novos arranjos que promovam o melhor interesse da criança, destacando a necessidade de aprimoramento do diálogo, mesmo após a separação. É fundamental reconhecer que os padrões comunicacionais adotados pelos pais frequentemente refletem modelos herdados de suas famílias de origem, os quais são, por sua vez, transmitidos aos filhos. Por fim, a promoção do diálogo entre os ex-cônjuges possibilita uma compreensão mais equitativa das necessidades e dos direitos de cada parte, favorecendo o reconhecimento mútuo como indivíduos distintos, sem a imposição de uma relação hierárquica. Tanto o pai quanto a mãe possuem papéis fundamentais na vida da criança, sendo essencial que essa percepção seja internalizada para garantir um ambiente de coparentalidade saudável. No entanto, em muitos casos, a incapacidade de estabelecer uma comunicação eficaz leva os genitores a recorrerem

ao sistema judiciário como mediador dos conflitos, o que ressalta a importância de abordagens que incentivem o desenvolvimento de estratégias de diálogo mais construtivas e autônomas.

5 Referências bibliográficas

- Alberoni, F. *Enamoramento e amor*. [S.l.]: Rocco, 1988.
- Almeida, E.; Romagnoli, R. C. Assim como nossos pais? Conjugalidade: repetição, transformação e criatividade. *Psicologia Clínica*, [s.l.], v. 29, n. 2, p. 229–251, 2017.
- Almeida, M. E.; Magalhães, A. S.; Féres-Carneiro, T. Transmissão Geracional da Profissão na Família: Repetição e diferenciação. *Psico*, [s.l.], v. 45, n. 4, p. 454–462, 2014.
- Alves-Silva, J. D.; Scorsolini-Comin, F. Transmissão dos significados atribuídos ao casamento entre diferentes gerações familiares. *Contextos Clínicos*, [s.l.], v. 15, n. 3, p. 732-760, 2022. Disponível em: <http://10.4013/ctc.2022.153.03>. Acesso em: 1 mar. 2025.
- Arumugam, A.; Shanmugavelu, G.; Parasuraman, B.; Manickam, M. N.; Vadivelu, M.; Kanapathy, K. Effective Communication Skills Among Married Couples: An Overview. *International Journal of Research and Development*, [s.l.], v. 6, n. 8, p. 35-45, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.36713/epra8135>. Acesso em: 1 mar. 2025.
- Balint, E. Comunicações inconscientes entre marido e mulher. In: Jojje, W. G. *O que é psicanálise?*. [S.l.]: Imago, 1972. p. 81–101.
- Bardin, L. *Análise de conteúdo*. Edição revista e ampliada. São Paulo: Edições 70, 2016.
- Bartle, S. E.; Rosen, K. H. Individuação e violência no relacionamento. *American Journal of Family Therapy*, [s.l.], v. 22, p. 222-236, 1994.
- Bateson, G.; Jackson, D.; Haley, J.; Weakland, J. Hacia una teoria de la esquizofrenia. *Behavior Science*, [s.l.], v. 1, n. 40, p. 251-264, 1956.
- Bittencourt, L. M.; Saldaña, M. F.; Moreno, M.; Dias, M. V. Mapeando as influências da Família de origem na construção da conjugalidade: Questões para a terapia de casal. *Revista Brasileira de Terapia Familiar*, [s.l.], v. 6, n. 1, p. 146-159, 2016.
- Borges, C. C.; Magalhães, A. S.; Féres-Carneiro, T. Liberdade e desejo de constituir família: percepções de jovens adultos. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, [s.l.], v. 66, n. 3, p. 89-103, 2014.
- Bowen, M. *De la familia al individuo: la diferenciación del sí mismo en el sistema familiar*. [S.l.]: Paidós. 1979.
- Bowlby, J. *Uma Base segura: aplicações clínicas da teoria do apego*. [S.l.]: Artes Médicas, 1989.

Bueno, R. K.; Souza, S. A.; Monteiro, M. A.; Teixeira, R. H. M. Processo de Diferenciação dos Casais de suas Famílias de Origem. *Psico*, [s.l.], v. 44, n. 1, p. 16–25, 2013.

Carter, B.; McGoldrick, M. *As Mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia familiar*. 2. ed. [S.l.]: Artmed, 2001.

Costa, C. B.; Mosmann, C. P. Comunicação conjugal negativa e aberta: modelo interdependente de efeito ator/parceiro no ajustamento conjugal. *Ciências Psicológicas*, [s.l.], v. 14, n. 2, p. 1-16, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.22235/cp.v14i2.2283>. Acesso em: 1 mar. 2025.

Delatorre, M. Z.; Hameister, B. R.; Wagner, A. Conflitos conjugais: possibilidades de resolução. In: A. Wagner; C. Mosmann; D. Falcke. *Viver a dois: oportunidades e desafios da conjugalidade*. [S.l.]: Sinodal, 2015.

Delatorre, M. Z.; Maesia, G. M.; Coelho, L. R. M.; Wagner, A. O ciclo de vida de casais brasileiros: Uma revisão integrativa. *Psicologia Clínica*, [s.l.], v. 34, n. 1, p. 57-78, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.33208/PC1980-5438v0034n01A03>. Acesso em: 1 mar. 2025.

Delatorre, M. Z.; Wagner, A. A relação conjugal na perspectiva de casais. *Ciências Psicológicas*, [s.l.], v. 15, n. 1, p. 1-19, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.22235/cp.v15i1.2355>. Acesso em: 1 mar. 2025.

Eiguer, A. Desentendimentos de casal e luta pelo reconhecimento. In: Gomes, I. C.; Levy, L. (org.). *Atendimento psicanalítico de casal*. [S.l.]: Zagodoni, 2013. p. 45-59.

Eiguer, A. La crise du couple: trois hypothèses théorico-cliniques alternative. *Cadernos críticos de terapia familiar e práticas de redes*, [s.l.], v. 42, p. 113-127, 2009. Disponível em: <https://shs.cairn.info/revue-cahiers-critiques-de-therapie-familiale-2009-1-page-113?lang=fr>. Acesso em: 1 mar. 2025.

Elkaim, M. *Como sobreviver à própria família*. [S.l.]: Integrare, 2008.

Falcke, D.; Wagner, A.; Mosmann, C. Estratégias de resolução de conflito e violência conjugal. In: Féres-Carneiro, T. (org.). *Casal e Família: Transmissão, conflito e violência*. São Paulo: Casa do psicólogo, 2013. p. 191-213.

Falcke, D.; Wagner, A.; Mosmann, C. Passando a história a limpo: O impacto das experiências da família de origem na conjugalidade. In: Wagner, A. *Como se perpetua a família? A transmissão dos modelos familiares*. Porto Alegre: Edipucrs, 2014. p. 67–79.

Féres-Carneiro, T. Casamento contemporâneo: o difícil convívio da individualidade com a conjugalidade. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, [s.l.], v. 11, n. 2, 1998. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-79721998000200014>. Acesso em: 1 mar. 2025.

Féres-Carneiro, T. Verbete Conjugalidade. *In*: Leviski, R. B.; Dias, M. L.; Levisky, D. L. (org.). *Dicionário de Psicanálise de Casal e Família*. [S.l.]: Blucher, 2021. p. 97-101.

Féres-Carneiro, T.; Diniz-Neto, O. Construção e dissolução da conjugalidade: padrões relacionais. *Paidéia*, [s.l.], v. 20, n. 46, p. 269-278, 2010.

Féres-Carneiro, T.; Magalhães, A. S.; Machado, R. N.; Santos, A. L. Repercussões da parentalização no relacionamento conjugal: individualidade e conjugalidade. *In*: Féres-Carneiro, T. (org.). *Casal e Família: clínica, conflitos e afetos*. [S.l.]: Prospectiva, 2021. p. 257-274.

Féres-Carneiro, T.; Ziviani, C. Conjugalidades contemporâneas: um estudo sobre os múltiplos arranjos amorosos da atualidade. *In*: Féres-Carneiro, T. (org.). *Casal e família: permanências e rupturas*. [S.l.]: Casa do psicólogo, 2010. p. 83-107.

Fernandes, A. R. *O poder nas relações conjugais: uma investigação fenomenológica sobre as relações de poder no casamento*. [S.l.]: Annablume, 2010.

Fincham, F. D.; Fowers, B. J.; Owenz, M. B. A Eudaimonic theory of marital quality. *Journal of Family Theory & Review*, [s.l.], v. 2, p. 334-352, 2010. Disponível em: <http://10.1111/j.1756-2589.2010.00065.x>. Acesso em: 1 mar. 2025.

Garcia, B. C.; Marcondes, G. dos S. As desigualdades da reprodução: homens e mulheres no trabalho doméstico não remunerado. *Revista Brasileira De Estudos De População*, [s.l.], v. 39, p. 1-23, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.20947/S0102-3098a0204>. Acesso em: 1 mar. 2025.

Giddens, A. *A transformação da intimidade, sexualidade, amor e erotismo nas sociedades modernas*. São Paulo: Editora da Universidade Estadual Paulista, 1992.

Heckler, V. I.; Mosmann, C. P. A qualidade conjugal nos anos iniciais do casamento em casais de dupla carreira. *Psicologia Clínica*, [s.l.], v. 28, n. 1, p. 161-182, 2016.

IBGE. *Sistema de Estatísticas Vitais*. IBGE, 2021. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/9110-estatisticas-do-registro-civil.html>. Acesso em: 1 mar. 2025.

Jablonski, B. A divisão de tarefas domésticas entre homens e mulheres no cotidiano do casamento. *Psicologia, Ciência e Profissão*, [s.l.], v. 30, n. 2, p. 262-275, 2010.

Jacobs, J. Myths that can kill your marriage. *Psychology Today*, [s.l.], v. 32, n. 2, p. 34-38, 2004.

Kaufmann, J. C. *O labirinto conjugal: o casal e seu guarda-roupa*. [S.l.]: Notícias, 2002.

- Kaufmann, J. C. *Sociologie du couple*. 4. ed. [S.l.]: Presses Universitaires de France, 2007.
- Knudson-Martin, C. A voz feminina: Aplicações à teoria dos sistemas familiares de Bowen. *Journal of Marital and Family Therapy*, [s.l.], v. 20, n. 1, p. 35–46, 1994.
- Loriedo, C.; Strom, P. Os processos de transmissão transgeracional casais e o tratamento das problemáticas ligadas às famílias de origem. In: M. Andolfi (org.). *A crise do casal: Uma perspectiva sistêmico-relacional*. [S.l.]: Artmed, 2002. p. 123–138.
- Luz, S. K.; Mosmann, C. P. Funcionalidade e comunicação conjugal em diferentes etapas do ciclo de vida. *Revista da SPAGESP*, [s.l.], v. 19, n. 1, p. 21–34, 2018.
- Magalhães, A. S. *O Eu transformado pelo “nós”*: influências da conjugalidade sobre a subjetividade dos parceiros. 2000. Tese (Doutorado em Psicologia) – PUC-Rio, Rio de Janeiro, 2000.
- Magalhães, A. S. Transmutando a subjetividade na conjugalidade. In: Féres-Carneiro, T. (org.), *Família e Casal: Arranjos e Demandas Contemporâneas*. 1. ed. Rio de Janeiro: Edições Loyola, 2003. p. 225–245.
- Martins, E. M. A.; Rabinovich, E. P.; Silva, C. N. Família e o processo de diferenciação na perspectiva de Murray Bowen: um estudo de caso. *Psicologia USP*, [s.l.], v. 19, n. 2, p. 181–197, 2008.
- Minerbo, M. *Diálogos sobre a clínica psicanalítica*. [S.l.]: Blucher, 2016.
- Mota-Santos, C.; Azevedo, A. P.; Lima-Souza, E. A Mulher em Tripla Jornada: Discussão Sobre a Divisão das Tarefas em Relação ao Companheiro. *Revista Gestão & Conexões*, [s.l.], v. 10, n. 2, p. 103–121, 2021. Disponível em: <http://10.47456/regec.23175087.2021.10.2.34558.103-121>. Acesso em: 1 mar. 2025.
- Neumann, A. P.; Mosmann, C.; Falcke, D.; & Wagner, A. Conflitos conjugais: o que motiva e o que intensifica as discussões? In: Féres-Carneiro, T. (org.). *Casal e família: clínica, conflitos e afetos*. [S.l.]: Prospectiva, 2021. p. 237–256.
- Olson, D. Circumplex model of marital and family systems. *Journal of Family Therapy*, [s.l.], v. 22, p. 144–167, 2000.
- Penso, M. A.; Costa, L. F.; Ribeiro, M. A. Aspectos teóricos da transmissão transgeracional e do genograma. In: Penso, M. A.; Costa, L. F. L. (org.). *Transmissão geracional em diferentes contextos*. [S.l.]: Summus, 2021.
- Puget, J. C.; Berenstein, L. *Psicanálise do casal*. [S.l.]: Artes Médicas, 1993.

Sabatelli, R. M.; Bartle-Haring, S. Family of origin experiences and adjustment in married couples. *Journal of Marriage and Family*, [s.l.], v. 65, p. 159–169a, 2003.

Sant'Anna, T. C.; Penso, M. A. Transmissão geracional da violência na relação conjugal. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, [s.l.], v. 33, n. 1, p. 1–11, 2016.
Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0102.3772e33427>. Acesso em: 1 mar. 2025.

Satir, V. A mudança no casal. In: Andolfi, M.; Angelo, C.; Saccu, C. *O casal em crise*. [S.l.]: Summus, 1993. p. 29–37.

Schulz, C.; Colossi, P. M. A transmissão transgeracional dos modelos conjugais. *Pensando Famílias*, [s.l.], v. 24, n. 1, 2020.

Singly, F. *Libres ensemble: l'individualisme dans la vie commune*. [S.l.]: Nathan, 2000.

Singly, F. *Sociologia da vida contemporânea*. [S.l.]: texto & grafia, 2011.

Vidal, E. S. A palavra não sabe o que diz - (Viviane Mosé). *Conipsi*, 2016.
Disponível em: <https://www.conipsi.com/a-palavra-nao-sabe-o-que-diz-viviane-mose/>. Acesso em: 1 jan. 2025.

Wagner, A.; Neumann, A. P.; Rodycz, C. B.; Mosmann, C. P.; Levandowsky, D. C.; Falcke, D.; Rocha, F. A.; Maesima, G. M.; Boeckel, M. G.; Delatorre, M. Z.; Scheeren, P. *Viver a dois: compartilhando este desafio*. Programa psicoeducativo para casais. Edição revisada e ampliada. [S.l.]: Editora Dialética, 2022.

Watzlawick, P.; Beavin, J. H.; Jackson, D. D. *Pragmática da comunicação humana*. [S.l.]: Cultrix, 1967.

Anexo A – Roteiro de entrevistas semiestruturada

Pergunta disparadora: O que é comunicação para você?

EIXO 1- Comunicação dos sentimentos

Como é a comunicação com seu(a) parceiro(a)?

Como você comunica seus sentimentos?

Como você comunica seus descontentamentos?

Em geral, você se sente compreendido(a)/ acolhido pelo seu cônjuge? (Como? Se não, o que fazia não se sentir compreendido?) Acha que você também o compreende?

Vocês conversam sobre a relação de vocês? Como é essa conversa?

Como você expressa suas necessidades para o parceiro(a)?

EIXO 2-Projetos e acordos

Como vocês estabelecem acordos?

Como vocês conversam sobre os seus projetos de vida?

EIXO 3- Conflitos

Como é a comunicação entre vocês em momentos de conflito?

Como seus familiares lidavam com os conflitos?

Anexo B – Ficha biográfica dos participantes

Nome completo:

Idade:

Profissão:

Tempo de casamento:

Anexo C – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO RIO DE JANEIRO



Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

Instituição: Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro

Tema da pesquisa: A dimensão da comunicação na construção da conjugalidade

Pesquisador: Alessandra Lima da Fonseca Louzada

Email: ale.lflouzada@gmail.com

Telefone: (21)987378900

Orientadora: Andrea Seixas Magalhães

Email: andreasm@puc-rio.br

Telefone: (21) 996930442

Câmara de Ética em Pesquisa: Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (CEPq-PUC-Rio), Rua Marquês de São Vicente, 225, Rio de Janeiro - RJ, telefone: (021) 3527- 1618.

Prezado Participante,

Você está sendo convidado a participar desta pesquisa, que tem como objetivo geral investigar a dimensão da comunicação na construção da conjugalidade nos primeiros dois anos de casamento. Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2021), desde 2015 há um aumento no número de divórcios no Brasil. A comunicação é apontada por muitos casais como sendo um dos aspectos que mais promove conflitos conjugais. A dinâmica comunicacional entre os membros do casal é um dos fatores que pode contribuir tanto para um encaminhamento satisfatório dos conflitos quanto insatisfatório, podendo culminar em divórcio. Assim, compreender os aspectos que envolvem a comunicação na conjugalidade possibilita uma contribuição para o manejo na clínica.

Rubrica do Participante _____

Rubrica do Pesquisador _____



A pesquisa é realizada a partir de uma entrevista gravada e, posteriormente, transcrita, permanecendo sob a responsabilidade do pesquisador todo e qualquer dado de identificação. Todas as informações têm caráter confidencial, mantendo-se em sigilo a sua identidade. Seu nome e de todos os indivíduos mencionados na entrevista serão substituídos por outros, fictícios. Após o término desta investigação, as gravações das entrevistas serão apagadas. O material transcrito ficará armazenado em local seguro e sigiloso, por um período de 5 anos. A entrevista tem previsão de duração de, no mínimo, 20 e, no máximo, 40 minutos.

Sua participação é voluntária, estando você livre para fazer as perguntas que julgar necessárias; interromper a entrevista quando assim desejar; recusar-se a responder perguntas ou falar de assuntos que lhe possam causar qualquer tipo de constrangimento. Caso você se recuse a participar ou decida interromper a sua participação, você não sofrerá qualquer penalização ou constrangimento pela decisão tomada e isto não trará nenhum prejuízo em sua relação com o pesquisador ou com a instituição.

Quanto aos riscos mínimos ao participante dessa pesquisa, destacam-se que constrangimentos ou desconforto emocional poderão surgir durante a entrevista. Entretanto, caso haja algum desconforto psicológico, como sentir-se mobilizado(a) ou constrangido(a) durante a entrevista, o pesquisador estará preparado para o manejo da situação e, se for o caso, para interromper o procedimento. E caso sinta necessidade, poderá sugerir o encaminhamento para um atendimento psicológico.

Aparentemente você não terá nenhum benefício direto, não terá nenhum tipo de despesa por participar desta pesquisa, e nada será pago por sua participação, entretanto esperamos converter os resultados desse trabalho em ações benéficas para a sociedade.

Rubrica do Participante _____

Rubrica do Pesquisador _____



Além disso, ao responder às perguntas, você terá a oportunidade de refletir sobre questões pessoais, relativas a si mesmo, assim como receber um retorno com os resultados da pesquisa, se assim desejar. O acesso aos resultados será realizado através do envio por e-mail da dissertação para os participantes da pesquisa.

Ao participar desta investigação, você contribuirá para um aprofundamento nos estudos sobre a comunicação na conjugalidade. Em caso de dúvidas, você poderá entrar em contato com o pesquisador responsável, com a orientadora ou com o Câmara de Ética em Pesquisa da PUC: Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (CEPq-PUC-Rio), Rua Marquês de São Vicente, 225, Rio de Janeiro - RJ, telefone: (021) 3527- 1618. A Câmara de ética é responsável por assegurar o direito dos sujeitos envolvidos na pesquisa, bem como garantir a proteção dos participantes.

Após estes esclarecimentos, solicitamos o seu consentimento de forma livre para participar desta pesquisa. O Termo de Consentimento é assinado em duas vias, sendo uma entregue ao participante e, a outra, ao pesquisador. Ao assinar este documento, você não renunciará a nenhum direito legal, assim como poderá sair do estudo a qualquer momento sem prejuízo nenhum. Será também necessário que você e o pesquisador rubriquem todas as páginas deste termo, assegurando que todas as páginas foram lidas, o que garante ainda mais a sua proteção.

A assinatura deste termo não permite a utilização das informações prestadas em ensino e publicação (exclusivamente na pesquisa). O que poderá ser publicado são os resultados da análise de tais informações, sendo preservada sua identidade e a dos membros da sua família.

Rubrica do Participante _____

Rubrica do Pesquisador _____



Fui informado (a) sobre o estudo acima referido e compreendi seus objetivos, riscos e benefícios de minha participação. Tive a oportunidade de fazer perguntas e todas as minhas dúvidas foram esclarecidas. Estou assinando voluntariamente este termo, o que indica que concordo com minha participação nesta pesquisa.

Autorizo a gravação da entrevista por áudio e vídeo () Sim () Não

Assinatura do(a)entrevistado(a)

Alessandra Lima da Fonseca Louzada
(pesquisadora)

Local / Data