

5

O processo de mudança

A Teoria Geral dos Sistemas desenvolveu-se como modelo de abordagem geral aplicável a diversos fenômenos caracterizados como sistemas abertos (Bertalanffy, 1977). Seu propósito é tanto descrever os padrões gerais característicos universais de qualquer sistema aberto, quanto explorar e descrever as propriedades emergentes e específicas de cada sistema estudado.

Trata-se, portanto, de uma abordagem que, embora generalista, não é reducionista. De fato, aspectos descritos em certos sistemas têm sido aplicados ao estudo e à compreensão de propriedades de outros sistemas, como o caso do conceito de homeostase que, derivado dos estudos sobre fisiologia, pode ser aplicado a outros contextos e é considerado como um caso particular de *feedback* negativo.

O estudo da Teoria Geral dos Sistemas desde sua proposta inicial lançou mão de abordagens matemáticas para a descrição das propriedades emergentes de um sistema, descrevendo isomorfismos matemáticos entre diversos campos (Bertalanffy, 1977). Essas abordagens têm sido tanto metafóricas, como qualitativas e quantitativas conforme o campo de estudo, a complexidade do sistema, sua permeabilidade à observação, e possibilidade do uso de ferramentas de tratamento matemático. Isto ocorre inclusive com sistemas psicológicos, não sendo uma novidade. Nesse caso, não se trata de testar, com o uso estatístico padrão, correlações em um modelo, mas de usar a linguagem formal da matemática, como referência para metáforas e como instrumento de construção de modelos.

De fato, vários autores na Psicologia têm buscado a construção de teorias utilizando modelos matemáticos como Kurt Lewin (1978) e Lacan (1971) que utilizaram metáforas topológicas. No campo das teorias sistêmicas, autores como Watzlawick, Beavin, e Jackson (1981) descreveram uma teoria comunicacional como axiomas conjecturais, Watzlawick Weakland e Fisch (1973) abordaram o tema da mudança utilizando a teoria de grupos de Evarist Galois e Teoria dos

Tipos Lógicos de Russell e Whitehead para descrever, metaforicamente, mudanças de primeira ordem e de segunda ordem.

Assim, a Teoria Geral dos Sistemas tem sido utilizada para compreensão do funcionamento dos sistemas humanos em múltiplos níveis de análise e de foco descritivo (Bateson, 1972; Watzlawick Beavin e Jackson, 1981; Minuchin, 1992, Minuchin, Fishman, 1990; Bowen, 1978; Laderer e Jackson, 1968; Satir, 1964; Haley, 1967; Palazzoli, Boscolo Cecchin e Prata, 1987). Inicialmente era aplicada ao estudo dos padrões de estabilidade das interações, funcionais e disfuncionais, com ênfase nos laços de feedback negativo (Foley, 1995), análise da linguagem na interação (Watzlawick et al., 1981), estrutura familiar (Minuchin, Gueney, Elbert e Rosman, 1964, Minuchin, 1992), padrões de transmissão transgeracional (Bowen, 1978), o que introduziu uma mudança dos padrões explicativos psicológicos causais lineares para uma nova lógica: a da causalidade circular (Esteves de Vasconcelos, 1992, 1995).

A visão sistêmica leva à compreensão dos sistemas abertos como sistemas, que, ao mudarem, permanecem os mesmos em um processo de autoconstrução homeostática, ou destrói e reconstrói sua organização em um nível de organização superior em um processo de construção morfo genético.

Bertalanffy (1977) ao apontar as propriedades gerais de um sistema - globalidade; homeostase; equifinalidade - observou também os aspectos evolutivos e criativos dos sistemas vivos extrapolando-os para os sistemas humanos, notando que: “*a produção de condições locais de ordem superior (e improbabilidade mais alta) só é fisicamente possível se entrarem em cena forças organizacionais de alguma espécie*” (Bertalanffy, 1977, p. 207).

Este conceito tem decisivas implicações no que diz respeito à psicoterapia. Se o organismo é um sistema ativo, as terapêuticas ocupacionais e agregadas são de uma consequência evidente. O despertar de potencialidades criadoras será mais importante do que o ajustamento passivo. (Bertalanffy, 1977, p. 292).

Estas importantes observações levantaram questões fundamentais sobre os processos de mudança e estabilidade em diferentes tipos de sistemas, inclusive os sistemas psicossociais, como o conjugal.

5.1

Mudanças contínuas e descontínuas: estabilidade e ruptura

Os primeiros modelos sistêmicos investigaram as propriedades de estabilidade no processo de mudança contínuo. Os processos de *feedback* negativo tornaram-se foco de estudo, esclarecendo o funcionamento ao redor de um ponto de equilíbrio como uma propriedade de auto-referência do sistema, derivada de sua retroatividade. Inúmeros trabalhos foram realizados, na década de 1960 e 1970, inspirados no que mais tarde seria chamada de primeira cibernética (Esteves, 1992).

Apenas na década de 1970 um novo paradigma para o entendimento de sistemas complexos em evolução foi proposto como explicação para os padrões de mudança descontínua. Ele tem sido chamado de “paradigma da dinâmica não-linear”, “do caos determinístico” ou da “auto-organização” (Stewart, 1990; Atlan, 1979).

Embora, inicialmente, o objeto de análise das interações conjugais e familiares tenha sido o processo homeostático, a evolução da perspectiva sistêmica mudou de foco para os processos de auto-organização, no qual, em seu aspecto contínuo e descontínuo, os processos de mudança têm sido estudados, e têm contribuído para novas perspectivas na terapia sistêmica de casal e família (Elkain, 2000; Hoffman, 1995).

Em seu nível mais básico, a dinâmica é o estudo do modo como um sistema muda no tempo, explorando os diversos efeitos das várias forças em ação, e a forma pela qual atinge um estado de estabilidade ótima. De uma perspectiva matemática, a dinâmica pode ser linear ou não-linear. No primeiro caso, refere-se a sistemas que podem ser modelados por conjuntos de duas ou mais equações que podem ser combinadas com o fim de se obter uma outra solução.

A maior parte dos estudos científicos realizados até agora, incluindo a Psicologia, foi sobre sistemas lineares, uma vez que os mesmos oferecem “fácil” solução e “aditividade” (Gottman et al. 2004; Stewart, 1990). De fato, eles são a pedra fundamental da estatística, e são usados, por exemplo, em equações de regressão múltipla (Mcguigan, 1978). Modelos lineares, contudo, não podem sempre tratar o que acontece com o mundo natural pois são, na verdade, limitados

para descrever sistemas que mudam bruscamente, e que são auto-referentes. Para tratar de tais sistemas, é necessário lançar mão de equações não-lineares (Gottman et al. 2004; Stewart, 1990; Bertalanffy, 1977).

Equações não-lineares não são aditivas e são sempre de difícil, quando possível, solução. Embora um resultado único possa ser, às vezes, obtido, freqüentemente sua solução envolve um padrão de soluções obtido através de interações repetidas que tendem a descrever quatro tipos de evolução, representáveis em um espaço topológico como atratores, que podem (Barton, 1994):

- a) convergir para um dado ponto;
- b) descrever um padrão oscilatório cíclico;
- c) descrever um ciclo quase periódico;
- d) e apresentar um ciclo caótico.

Cada tipo de atrator parece adequado para descrever diferentes fenômenos. Os atratores caóticos são de especial interesse, pois, apesar de serem irregulares e imprevisíveis, são derivados de um sistema totalmente determinístico e possibilitam modelar sistemas complexos. Tal característica deve-se a sua sensibilidade às condições iniciais e aos processos perturbatórios, significando que, não obstante apresentar o mesmo atrator, dependendo das condições iniciais e dos padrões de evolução, o sistema será totalmente diferente (Barton, 1994).

Os atratores caóticos podem modelar sistemas considerados como auto-organizados, uma vez que seguem padrões não-lineares, porém cíclicos, apresentando mudanças bruscas e imprevisíveis em pontos de instabilidade (Stewart, 1990; Prigogine e Stengers, 1991). Neste caso, auto-organização denota um processo no qual uma estrutura ou padrão emerge em um sistema aberto sem especificações deterministas e provenientes diretamente do ambiente. Quando um sistema torna-se instável, tal instabilidade dá origem a complexos padrões dinâmicos, como nos chamados “sistemas dissipativos” (Prigogine e Stengers, 1991; Prigogine, 1996).

Muito ainda deve ser realizado para desenvolver metodologias não-lineares, uma vez que a noção de causalidade linear não mais se aplica, e o estabelecimento de correlações parece irrelevante para a construção de hipóteses em sistemas complexos como os psicossociais (Levine, Fitzgerald, 1992).

Este não parece ser um obstáculo incontornável, contudo. É necessário lembrar que, neste caso, o objetivo é o de modelar um padrão de mudança em um sistema auto-organizado. As hipóteses deverão ser construídas ao redor de tal padrão. A unidade de análise deve ser a dinâmica de um padrão observável, que pode seguir três abordagens:

- se for realizável, modelar sistemas a partir de equações não-lineares;
- reconstruir um atrator não-linear de uma série de observações;
- as propriedades de sistema auto-organizador podem ser sumarizadas em um modelo e os vários aspectos do modelo testados, usando estatística padrão.

É importante notar que cada um destes métodos oferece suas vantagens e dificuldades, sendo necessária a escolha criteriosa de acordo com o problema estudado. E que, embora esta nova abordagem seja nova e excitante, oferecendo novos *insights*, ela não oferece cura para as dificuldades de fidedignidade e confiança da pesquisa psicológica.

Seguindo a geração de novas idéias e modelos, eles devem então submeter sua especulação ao teste empírico. Quando os problemas, princípios genéricos e metodologias de pesquisa são todos escolhidos cuidadosamente, contudo, o conceito de caos, dinâmica não-linear e sistemas auto-organizados podem levar os investigadores a explorar uma variedade de áreas de novos e promissores ângulos, alguns que talvez jamais tivessem sido considerados antes.” (Barton, 1994, p. 13).

Tais conceitos e metodologias têm aberto possibilidade de novas abordagens de problemas ligados a propriedades emergentes de sistemas abertos como a auto-organização.

5.1.1

O conceito de auto-organização em psicologia clínica

Em Psicologia Clínica, o conceito de auto-organização tem sido aplicado a modelos de Terapia de Casal e Família, Psicoterapia, Psicologia do Desenvolvimento, Psicopatologia. Além disto, diversos autores têm aplicado esses conceitos para a compreensão de descobertas à Filosofia da Ciência e Teoria dos Sistemas. Estas contribuições têm auxiliado a compreensão de processos de mudança, evolução e desenvolvimento em uma ampla gama de sistemas

biológicos e psicológicos. Embora tais contribuições possam ser extremamente enriquecedoras, é necessário notar o seu alcance e pertinência.

No desenvolvimento de uma dada ciência, é comum, e útil, o uso metafórico de descobertas, modelos e conceitos de sucesso de outros campos científicos. Tal procedimento é comum mesmo em ciências bem estabelecidas, e pode auxiliar o estabelecimento de um paradigma (Khun, 1975). Freud (Freud, 1968a; Freud, 1968b, 1968c), por exemplo, usou com frequência metáforas mecanicistas na construção dos primeiros modelos em Psicanálise (Capra, 1985).

Barton (1994) nota que o uso de metáforas de modelos de auto-organização pode, porém, tornar-se limitador, caso o uso constante do modelo passe a distorcer o seu sentido original e leve à perda da qualidade empírica distintiva do conceito, isto é, seu valor experimental.

Em Psicologia Clínica, a aplicação destes conceitos tem sido, via de regra, metafórica e qualitativa. É possível atribuir tal tendência à complexidade do campo e à inerente dificuldade de mensuração e derivação de modelos quantitativos (Maturana e Varela, 1987). No passado, psicoterapeutas eminentes tentaram especular sobre o papel do caos e sistemas não-lineares em Psicologia (Minuchin e Fishman, 1990). Nos anos recentes, contudo, diversas tentativas têm sido feitas para aplicar aspectos da dinâmica não-linear, seja em: terapia Junguiana (Abraham, Abraham e Shaw, 1990); Psicanálise (Langs, 1992); stress pós-traumático (Glover, 1992); múltipla personalidade (Putnam, 1988, 1989); esquizofrenia (Schmid, 1991); desordens psiquiátricas em geral (Sabelli e Carson-Sabelli, 1990); Terapia de Família (Elkaim, 1990, 2000; Hoffman, 1995).

Estes autores utilizam-se de conceitos da teoria de sistemas de auto-organização para modelar processos de mudança e desenvolvimento em complexos sistemas psicológicos. Parece que este ímpeto deve-se ao trabalho derivado das idéias de Maturana e Varela (1987), e Prigogine e Stengers, (1991), e dos teóricos do paradigma da auto-organização (Atlan, 1979).

Embora existam muitas vantagens na aplicação da dinâmica não-linear e do paradigma da auto-organização em expandir a descrição e análise de sistemas psicológicos, esses conceitos têm numerosos problemas, tanto na teoria como na aplicação prática. Varela (1989) coloca uma importante advertência sobre a aplicação direta de conceitos da neurociência ao campo da terapia familiar:

Circulação de conceitos entre diversas abordagens é recíproca, mas nós não podemos simplesmente e diretamente exportar ou importar tais noções (...) padrões estáveis em sistemas naturais têm clara ressonância com o estabelecimento de instituições humanas, mas as diferenças são profundas. (Varela, 1989, p. 24).

Tal dificuldade, aparentemente, deve-se não só à especificidade da derivação de cada modelo, mas também, possivelmente, à diferença de complexidade entre domínios. Como afirma Barton (1994), “*o maior problema na literatura psicológica sobre caos, dinâmica não-linear, sistemas auto-organizados, é que tal distinção é sempre ignorada*”. (p.2).

Uma das formas que tal erro implica é o uso da terminologia rigorosa da teoria da auto-organização para se referir a variáveis psicológicas que são multidimensionais e de difícil quantificação. O uso metafórico pode perder, assim, o rigor dos conceitos desenvolvidos e a riqueza da fenomenologia psicológica. É necessário, assim, tanto estar aberto para a possibilidade do uso de ferramentas teóricas novas fornecidas por outras ciências como respeitar as especificidades do campo psicológico, realizando aquilo que Prigogine e Stengers (1991) qualificam como distintivo da ciência moderna: o “diálogo experimental”, sem destruir a especificidade do psicológico.

Não é o caso de extrapolar das moléculas aos homens, mas há elementos nas mudanças que são, apesar de tudo, comuns, não porque as moléculas sejam idênticas aos homens, mas porque há certos aspectos dessas mudanças que são finalmente descritos de forma qualitativa, por intermédio de mecanismos do mesmo tipo, mesmo que muito mais complexos como no caso do homem. (Prigogine, 2000, p. 217).

No entanto, o estudo de marcadores e preditores da dinâmica conjugal tem seguido tanto métodos quantitativos quanto qualitativos, proporcionando modelos dinâmicos não lineares, respeitando a metodologia de modelagem matemática (Gottman, 1998, Gottman e Notarius 2002; Gottman et al. 2004). Esses estudos descreveram atratores da dinâmica na interação conjugal, ao abordarem padrões de recorrência na interação conjugal.

Em sistemas complexos, ocorre um número incalculável de eventos que podem ser descritos como variáveis e interações, e é impossível uma abordagem analítica destes fatores, sem cair no chamado problema dos três corpos. Mas

mesmo o mais complexo sistema auto-referente exibe padrões recursivos em sua dinâmica que podem indicar diferentes atratores de sua evolução.

Assim, a combinação infinita de qualidades e circunstâncias que envolvem a experiência única de um casal exibe em sua recursividade uma dinâmica que permite prever a evolução da relação com um alto grau de precisão (Gottman 2004).

É notável, contudo, a extrema estabilidade que sistemas conjugais mostram ao seguir padrões de evolução previsível em períodos de anos, mas já detectável no início da relação. Sem dúvida, considerando-se as diversas experiências e circunstâncias que um casal atravessará ao longo de anos de interação, não só entre os cônjuges, mas com o sistema social mais amplo, processos de estabilidade devem estar presentes e atuantes conduzindo, na maioria de casos, a um padrão previsível de interação.

Outro ponto a considerar é que os padrões de interação, ainda que analisados através de uma sofisticada técnica matemática que, na verdade, nada mais faz senão permitir ao observador captar tendências opacas à observação ingênua, fundamentam-se em trocas e experiências emocionais entre os cônjuges. Isto não significa que os outros aspectos, cognitivo, comportamental e sociocultural, não sejam importantes na interação, mas que é no campo emocional que se revela a recursividade peculiar da interação.

Os estudos sobre preditores revelam, além disto, que o fluxo de desenvolvimento de um casal, mesmo com suas mudanças bruscas e até mesmo rompimento da relação, nada mais são do que mudanças de primeira ordem. Nelas o casal segue um padrão previsível. Assim, o divórcio não pode, para os casais que exibem os padrões preditores específicos, ser considerado mais do ponto de vista sistêmico como uma mudança inesperada, mas apenas como uma mudança dentro do mesmo atrator.

Outra descoberta significativa é que a construção da experiência emocionada realiza-se também na construção de narrativas sobre o casal, emprestando contexto e significado à experiência subjetiva (Gottman e Leveson, 1992). A conjugalidade revela-se, assim, um processo emergente interdependente dos aspectos biológicos e biográficos dos cônjuges, bem como contextualizada na cultura e sociedade, respondendo a forças políticas econômicas, mas com um

certo grau de autonomia. Tal resultado não é inesperado, pois reflete a noção fundamental de um sistema, que não pode nem ser reduzido aos sistemas de sua constituição nem determinado por suas relações com sistemas hierarquicamente superiores.

Nestas circunstâncias, aquilo que se traduz na especificidade da Psicologia – a subjetividade e a questão da liberdade do sujeito – parece constituir o desafio à compreensão do processo terapêutico do casal, que pode ser posto em uma pergunta: como construir uma teoria da mudança terapêutica do casal que implique uma visão científica, com sua conseqüente busca de previsibilidade e de racionalidade, e, ao mesmo tempo, preserve a visão do sujeito autônomo e livre?

A noção de sujeito é paradoxal e controvertida. Se, por um lado, em todas as línguas, existe uma primeira pessoa do singular, “eu”, para a ciência tal objeto coloca-se como um paradoxo. As raízes deste paradoxo estão no fato de que, se eu me percebo e atuo no cotidiano com um grau de certeza, o determinismo, ao colocar seu foco sobre o meu eu, o faz desaparecer. Como coloca Morin:

Vivemos esta disjunção em função de um paradigma profundamente enraizado em nossa cultura. Paradigma que formulou bem Descartes, que por outro lado não o inventou, mas só o expressou à sua maneira. Descartes viu que havia dois mundos: um que era relevante ao conhecimento objetivo, científico - o mundo dos objetos; e outro, um mundo que compete à outra forma de conhecimento, um mundo intuitivo e reflexivo – o mundo dos sujeitos (Morin, 1996 p. 45, 46).

Na ciência clássica, o subjetivo reino do sujeito aparece como fonte de erros, sendo necessário eliminá-lo. A influência da visão da ciência clássica no domínio ou estabelecimento das Ciências Humanas e Sociais expulsou a experiência da subjetividade do campo de estudos em sua busca por uma explicação simples e objetiva.

O comportamento, a unidade S–R, substitui o sujeito. Para Morin:

Pode-se dizer inclusive que em determinado momento, e cada um à sua maneira, Levi Strauss, Althusser e Lacan liquidaram de vez com a noção de homem e a noção de sujeito, adotando o inverso da famosa máxima de Freud. Freud dizia: “Aí onde esta o isto (Das es) deve devir o eu”. (Morin, 1996a, p. 46).

Uma pergunta se faz necessária; quem, o que é o sujeito? Epifenômeno ou ilusão tem sido a resposta usual da ciência clássica. Tradicionalmente, o único campo possível para a existência de “eu” tem sido a metafísica. Entretanto, os desenvolvimentos e descobertas da ciência moderna, – em especial a aplicação da perspectiva sistêmica à biologia, – têm levado à possibilidade de se pensar, de modo renovado, estas questões, a ponto de levar Morin (1996a, 1979) e outros representantes do paradigma da auto-organização, como Atlan (1979), a acreditar na possibilidade de fundamentar a realidade do sujeito na nova lógica dos seres vivos. Alguns aspectos parecem ser relevantes para esta discussão, como a emergência da autonomia e da individualidade do sujeito.

A noção de sujeito só pode ser pensada à medida que se tornou possível discutir a noção de autonomia, ultrapassando o antigo sentido de liberdade. Von Forster assinalou o paradoxo da auto-organização:

Auto-organização significa obviamente autonomia, mas um sistema auto-organizador é um sistema que deve trabalhar para construir e reconstruir sua autonomia e que portanto dilapida energia. (Von Forster, 1960, p. 75).

Sistemas abertos para manterem-se em atividade dependem, em virtude da segunda lei da termodinâmica, da extração de energia, matéria e informação do meio ambiente, tomando e refletindo a organização do mundo exterior. É tal condição que leva Morin (1984, 1996) a falar não de auto-organização, mas de “eco-auto-organização”.

Outro conceito desenvolvido, que nos permite pensar a questão do sujeito, é a noção de “indivíduo”. A relação percebida na biologia entre o conceito de “espécie” e “indivíduo” nos introduz em uma espécie de complementaridade, pois, embora tais conceitos se excluam, referem-se uns aos outros, de modo recursivo. O indivíduo, obviamente produto de um processo e mantenedor e perpetuador deste mesmo processo de estar vivo, dá origem à sociedade que emerge da interação entre os indivíduos, gerando a linguagem e a cultura (Vigostsky, 1984, 1996). Isto significa que os indivíduos produzem ordens sociais que, por sua vez, produzem os indivíduos. Esta relação esclarece a posição paradoxal do indivíduo como objeto, pois, se, de um lado, ele existe como

produtor e sem ele nada existe, de outro, torna-se produto e, da condição de causa, torna-se efeito, desvanecendo-se.

Podemos, assim, compreender a autonomia do indivíduo de maneira relativa e complexa. A noção de sujeito implica, portanto, simultaneamente em autonomia e dependência, embora não se reduza a isto. Algo mais se interpõe na lógica do ser vivo.

Os biólogos localizaram nos genes, DNA, RNA, e nos processos da organização do ser vivo, algo equivalente à informação, ao cognitivo (Atlan, 1979; Maturana e Varela, 1987). É este algo cognitivo que ocupa lugar permanente em todos os processos de organização do ser vivo. E, se esse algo foi interpretado com o viés de uma primeira cibernética, metafórica de processos computacionais, na qual o programa (genes) parecia responder ao enigma do “estar vivo” (Monod, 1975), foi apenas como uma primeira aproximação que revelou uma realidade mais complexa (Atlan, 1979).

E se, como coloca Morin (1996a, 1996b), o ser vivo lida com informações através das quais organiza o seu mundo interno, este conceito não tem o sentido clássico, revelando um paradoxo, que, em um primeiro momento, nos remete ao nível dos computadores digitais e analógicos artificiais. No entanto, a analogia possível com computadores artificiais é limitada. Não só por não se tratar de um processo binário, mas por se produzir um processo complexo que ainda não foi esclarecido suficientemente. (Morin, 1996a).

Enquanto padrão de análise, a informação é o novo foco da ciência (Rossi, 1995), porém, não reificada ou hipostasiada, pois informação só pode ser compreendida como parte de um padrão de recorrência de um sistema complexo. A informação só existe como processo recursivo de um sistema e só faz sentido nele. Portanto, leituras que tendem a reificar a informação ou padrões de informação como unidades constitutivas básicas, sofrem do mal epistemológico do redutivismo.

Assim uma nova pergunta se coloca; quais as relações possíveis entre os processos de auto-organização e a mudança no contexto terapêutico de casais?

5.1.2

A mudança terapêutica como processo de auto-organização

Diversos teóricos da terapia de casal e familiar já utilizaram modelos derivados da teoria da auto-organização a fim de compreender processos de estabilidade e mudança em sistemas familiares (Minuchin, Fishman, 1990; Elkaim, 1990; Hoffman, 1995). Estas tentativas são importantes, embora limitadas, como nos lembra Prigogine:

Quanto à construção de modelos matemáticos é, sem dúvida, interessante para compreender bem as ações dos homens, essas ações que conduzem às retroações, devem ser prudentemente descritas e são com frequência menos facilmente matematizáveis. (Prigogine, 2000, p. 217).

Mas constituem importantes avanços, pois:

Trata-se sim de beneficiar-se do alargamento conceptual das ciências deste século para ver, com vocabulário novo problemas com frequência antigos em outros domínios. (Prigogine, 2000, p. 217).

Abordar, do ponto de vista conceitual e teórico, processos complexos em sistemas humanos, utilizando-se abordagens qualitativas, parece ser não apenas possível, mas também necessário e complementar às abordagens quantitativas.

Bateson, ao descrever padrões de mudança descontínua, em contraste com o conceito de epigênese, nota que:

Em contraste com a epigênese e a tautologia, que constituem mundos da replicação, existe todo o domínio da criatividade, arte, aprendizagem e evolução, em que os processos contínuos de mudança se alimentam do acaso. A essência da epigênese é a repetição previsível; a essência da aprendizagem e da evolução é a exploração e a mudança. (Bateson, 1972, p. 67).

Uma das características dos sistemas complexos é que eles em certas situações de tensão e stress, interrompem aparentemente suas propriedades de auto-organização, tornando-se maquinais (Bertalanffy, 1977; Hoffman, 1995).

Dell e Goolishian (1979) chamaram a atenção para a tendência dos teóricos da terapia de família em descrever o sistema familiar e conjugal cometendo o que

consideram um “erro epistemológico”, qual seja, descrever, em uma teoria sistêmica, padrões de mudança, usando imagens derivadas de sistemas cibernéticos controlados unicamente por *feedback* negativo, inadequados para descrever sistemas complexos, cometendo o que Bateson (1972) denominava “cortar a ecologia”.

Em qualquer ponto do tempo o sistema funciona de uma maneira particular, com flutuações em torno daquele ponto. Essa maneira particular de funcionar tem um raio de estabilidade dentro do qual as flutuações ficam reduzidas e o sistema permanece mais ou menos imutável. Se uma flutuação é ampliada, entretanto, ela pode exceder o raio existente de estabilidade e levar todo o sistema a um novo raio dinâmico de funcionamento. Para criar instabilidade, é necessário um passo ou impulso autocatalítico para o feedback positivo. (Dell e Goolishian, 1979, p. 10).

Hoffman (1995) chama a atenção, contudo, para o fato de que sistemas disfuncionais, como famílias ou casais que não conseguem evoluir, parecem perder a capacidade de dar saltos criativos imprevisíveis e irreversíveis, sendo compreensível, portanto, a tendência de terapeutas de família e casal em insistir em descrevê-los como sistemas homeostáticos, nos quais o sintoma estabiliza o sistema.

Atlan (1979), ao considerar a função do ruído nos sistemas auto-organizadores, nota que, em sistemas complexos dotados de memória, o ruído parece ser o produtor do novo, ao introduzir flutuações que são recuperadas retroativamente, em um nível mais alto, ao alcançando um nível crítico de desestabilização.

O acúmulo de dissonância, eventualmente, leva o sistema a uma situação crítica, a um estado de crise, enquanto a tendência homeostática intensifica os movimentos corretivos que fogem ao controle. O ponto extremo daquilo que os engenheiros cibernéticos chamam de fuga ou é um colapso do sistema que cria uma nova maneira de controlar a mesma homeostase, ou seu pulo espontâneo para uma nova integração que lidará melhor com o campo modificado. (Hoffman, 1995, p. 86).

O sistema familiar ou conjugal parece ser mais bem descrito como um fluxo que muda em padrões descontínuos, como cachoeiras, cascatas ou chamuscas que permanecem com a mesma estrutura global à medida que subestruturas, os indivíduos, passam por ela. O estudo dos ciclos de vida das famílias e casais

colocou em relevo a presença de crises previsíveis nos pontos de passagem da vida familiar, à medida que os indivíduos seguem os padrões de seus relógios biológicos, evoluem e morrem, e a família absorve e perde membros (Carter e McGoldrick, 1995). Os estudos sobre estas crises previsíveis e os processos de mudança têm revelado a existência de períodos de transição nos quais encontramos presentes padrões concomitantes e paradoxais.

Um dos problemas sobre o qual tais estudos lançaram luz foi a diferença dos padrões de mudança criativos, nos quais o paradoxo encontra-se presente, e as situações patológicas, em que o padrão paradoxal da comunicação faz-se presente, como no duplo vínculo (Bateson et al., 1956, Watzlawick et al., 1981). O que parece diferir, nas situações de duplo vínculo, é que, neste caso, apesar de estar presente um forte impulso para mudança, através da injunção paradoxal, encontra-se também presente uma injunção paradoxal que impede o reconhecimento da mudança, e assim a desqualifica (Hoffman, 1995).

Rabkin (1976), ao reavaliar o conceito de dupla mensagem, nota que, talvez, a linguagem paradoxal seja o melhor que a linguagem humana possa fazer para descrever a necessidade de mudança de um sistema. Hoffman (1995) considera que a esta luz, talvez a comunicação paradoxal seja a linguagem mais provável para criar pressão para mudança, quer seja no enquadre psicanalítico com seus paradoxos, quer seja nas situações impossíveis estabelecidas por um mestre Zen ao seu discípulo (Watzlawick et al., 1981), quer seja nos padrões de dupla comunicação na hipnose (Haley, 1967) ou ainda no uso de paradoxos terapêuticos em terapia de família (Watzlawick et al., 1981; Palazzoli, Boscolo, Chechin, Prata, 1987).

Bateson, em 1972, descreve uma situação experimental na qual golfinhos foram colocados em um esquema de reforçamento, no qual, após receberem peixe como reforço, durante três vezes, após realizarem um dado comportamento aprendido, não eram mais reforçados, até que manifestassem um novo comportamento. O golfinho, submetido a este esquema de contingência, começou a exibir comportamentos que em um ser humano seria chamado de “psicótico”.

Pouco antes da décima quinta sessão, contudo, o golfinho demonstrou-se excitado e realizou uma série elaborada de 8 comportamentos, sendo que 3 nunca haviam sido vistos em sua espécie. Bateson (1972) argumentou que o rompimento

dos padrões habituais de estímulo e resposta pode ser extremamente perturbador para uma criatura, se este rompimento constantemente lhe é injusto no contexto de um relacionamento importante. Outro fato significativo é que tal rompimento leva também ao aparecimento do novo que pode ser reconhecido. Aliás, Halley (1984, 1967) já enfatizava a importância de não só “induzir mudanças espontâneas”, mas também de notá-las.

Como nos lembra Maturana, a mudança dentro de um sistema tem um sentido amplo e “*um sistema social não pode variar sem que ocorra a mudança individual dos sistemas vivos que o compõem*”. (Maturana, 2000, p.148). Isto implica que cada mudança terapêutica em um sistema familiar ou conjugal, necessariamente, passa pela mudança da subjetividade dos sujeitos que a compõem. Desenvolver uma teoria sistêmica, dentro do construcionismo social, que nos fale de marcadores e preditores de mudança, significa aprender a reconhecer mudanças e seus padrões dentro de uma visão de homem, talvez mais consistente com a experiência de nossa complexidade. A linguagem da abordagem sistêmica parece responder a questão de tanto manter a visão da subjetividade e autonomia dos sujeitos como responder ao projeto científico de tratar sistemas complexos.

5.2

Marcadores e preditores no processo psicoterapêutico

Sistemas sociais complexos parecem possuir propriedades isomorfas comuns com outros sistemas abertos. Padrões, como o ciclo de vida familiar, formação e dissolução da conjugalidade, podem ser abordados como padrões de estabilidade e mudança nestes sistemas. A teoria da auto-organização permite tratar tanto os aspectos de mudança contínua como os de mudança descontínua, não através de modelos determinísticos, mas de padrões de fluxo de mudança. Tais padrões podem ser compreendidos como marcadores de pontos de funcionamento estável ou instável, como atratores, ou indicativos de estados de instabilidade longe do equilíbrio, produtores de destruição da organização do sistema e produtor de aumento de complexidade.

Esses padrões podem ser descritos como atratores caóticos, quer em modelos quantitativos ou qualitativos, e compreendidos como marcadores indicadores de fases do processo terapêutico, ou preditores, ao indicar um novo padrão evolutivo estável no tempo. Em ambos os casos, são úteis à compreensão do processo terapêutico ao assinalarem a mudança e convidarem à mudança da direção da psicoterapia. Uma vez que o processo terapêutico, do ponto de vista sistêmico, é uma relação recorrente, estes marcadores e previsores nos convidam pensar o próprio sistema psicoterapêutico em seu fluxo como um processo de construção social.

5.2.1

Psicoterapia de casal: mudança terapêutica

Do ponto de vista sistêmico, o processo psicoterapêutico tem por objetivo não um aumento da estabilidade da família, do casal ou do indivíduo, que poderia ser, em si mesma, disfuncional como um funcionamento descrito em um atrator, mas um aumento da complexidade e flexibilidade do sistema, introduzindo, através de processos de *feedback* do sistema terapêutico, um aumento de sinergia.

Isto não implica em uma defesa do casamento a qualquer custo, valor derivado do conceito de propriedade patriarcal, mas do desenvolvimento, centrado em uma ética ecossistêmica, tanto das individualidades quanto das famílias (McGoldrick, 1995; Féres-Carneiro, 2003).

Estudos dos marcadores e preditores da formação e dissolução do laço conjugal possibilitam uma maior eficácia do manejo da direção do tratamento, e não, implicitamente, de um resultado terapêutico pré-determinado, uma vez que o próprio sistema, em sua complexidade, realizaria seus saltos evolutivos ao alcançar os pontos de bifurcação (Hoffman, 1995).

Dois grupos de indicadores têm sido utilizados para a avaliação do desenvolvimento do processo terapêutico:

- a) marcadores, sinais interpretados como indicativos da entrada em uma certa fase do desenvolvimento do processo terapêutico, ou do desenvolvimento e;

- b) preditores, sinais que podem ser interpretados como sinalizadores de um aumento de possibilidade de um certo caminho de evolução do processo psicológico.

Estudos têm sido realizados, utilizando ambos os conceitos para a compreensão de psicopatologias, de padrões evolutivos do processo psicoterapêutico em geral (Longo, Lent e Brown, 1992; Prochaska, DiClemente e Norcross, 1992, Gottman et al 2004). E sua utilidade tem sido apontada tanto na avaliação de situações de risco, indicativas da necessidade de intervenções, como na avaliação dos resultados alcançados e prognóstico. Do ponto de vista da abordagem psicoterapêutica, é de capital importância a compreensão dos sinais de evolução do laço conjugal para avaliar a direção das intervenções terapêuticas, os resultados alcançados e a partir daí realizar um prognóstico.

A questão, do ponto de vista terapêutico, não é de que maneira estabilizar relações matrimoniais para se evitar o divórcio, mas de que maneira possibilitar o processo de auto-organização em sistemas conjugais e familiares, facilitando suas mudanças na direção de um aumento de complexidade e sinergia, o que pode implicar, mesmo, em uma ruptura da relação conjugal, com um mínimo de estresse para os cônjuges e a família.

A compreensão dos complexos processos de estabilidade e mudança em sistemas humanos possibilita a descrição de padrões de funcionamento e evolução das relações, tanto como marcadores de funcionalidade/disfuncionalidade, quanto como preditores de padrões de evolução das interações, tornando possível a adoção de um procedimento terapêutico mais adequado para cada situação ou fase de mudança.

5.2.2

Marcadores e preditores da mudança terapêutica

O processo psicoterapêutico é de considerável complexidade. As teorias que orientam as intervenções psicoterapêuticas, no entanto, prevêm fases do processo psicoterapêutico bem como do processo de mudança. Estas poderiam ser reconhecidas por marcadores do processo terapêutico, que poderiam orientar,

inclusive, a direção do tratamento, bem como as intervenções possíveis e adequadas para uma dada fase do processo de mudança.

Freud (1968a), no início do século XX, já lançava hipóteses sobre as diferentes direções do tratamento, sugeridas pelos padrões da transferência apresentada pelo cliente e dos resultados terapêuticos possíveis. Ele notava, ainda, na descrição do processo terapêutico, diferentes momentos e fases, sugerindo conseqüentemente diferentes atitudes e técnicas, conforme o momento.

Diversos fatores têm sido estudados como marcadores e preditores do resultado terapêutico, fatores como relação terapêutica (Rogers e Keihwood, 1978; Hovarth e Symonds, 1991), características do cliente (Longo, Lent e Brown, 1992; Cordioli, 2002), características do terapeuta (Cordioli, 2002) e do par terapeuta-cliente (Cordioli, 2002). Pesquisas também têm abordado o estudo de fatores ligados às características da intervenção terapêutica e sua adequação às características da situação clínica e do cliente (DeShazer, 1986; Dowd e Seibel, 1990).

Prochaska, J. O, Di Clemente C.C., Norcross J.C. (1992), ao analisarem processos de mudança, descreveram seis fases que correspondem a diferentes estágios no processo de mudança:

- pré-ponderação: ocorre uma ausência de compromisso com o problema e uma total filtragem de informações a seu respeito;
- ponderação: o sujeito passa a considerar que o problema existe e é seu, mas o grau de compromisso com ele é pequeno. Contudo, já se expõe a informações sobre o problema;
- preparação: nesta fase, o sujeito começa a buscar ativamente informações sobre o problema, sobre como mudá-lo e os custos da mudança;
- ação: ocorre o engajamento ativo com o compromisso com a mudança;
- manutenção: a construção de uma nova realidade após a mudança, com alterações e impactos em diversos níveis, sobre o sujeito e o ambiente.

- recaída: é um processo de retorno ao padrão anterior que pode ser percebido como falha na mudança, mas que pode se revelar sendo apenas uma flutuação na nova estabilidade.

Embora objetivassem inicialmente descrever mudanças apenas em indivíduos isolados e com adesões, este modelo parece estar de acordo com a descrição de Papp (1992) do processo de mudança e das fases sucessivas que atravessam a família ou o cliente em uma terapia sistêmica.

Descrever os padrões efetivos da mudança, relacionando-os com as interações funcionais em uma relação conjugal é útil à orientação da atividade terapêutica como um todo, possibilitando uma melhor orientação quanto ao uso de intervenções práticas, visando a uma melhor eficácia terapêutica.

Estudos sobre a mudança na relação conjugal, durante processos terapêuticos, têm sido feitos, mas descrevendo a percepção do terapeuta do processo de mudança. Alguns poucos estudos tem abordado qualitativamente a percepção dos casais sobre a mudança, trazendo importantes contribuições.

Estes estudos surgiram a partir da avaliação sobre a eficácia da Terapia de Casal e do subsequente interesse em pesquisar o processo terapêutico na abordagem chamada por Greenberg e Pincus (1986) de “Nova Perspectiva do Processo.” Nesta, os eventos em cada sessão são conectados com resultados de longo e curto prazo, buscando pesquisar a relação entre os processos e os resultados, elucidando o ocorrido em cada sessão.

Embora muito esforço tenha sido feito, nos estudos sobre o processo psicoterapêutico de casais, para compreender o processo de mudança, muitas lacunas permanecem em áreas importantes como as percepções dos clientes do processo e entre eles (Hill, 1990), na interação entre os clientes durante o processo terapêutico (Pincus, 1995), e na perspectiva dos clientes. Uma das explicações para estas lacunas está na forte ênfase dada a pesquisas quantitativas em detrimento de pesquisas qualitativas, que são ideais para explorar a experiência de mudança dos clientes em terapia. Contudo, poucos estudos têm sido realizados.

Greenberg, James e Conry (1988) investigaram, utilizando a Técnica de Incidente Crítico (Flanagan, 1954), o processo de mudança em casais que se tratam com Terapia de Casal Focada na Emoção. A pesquisa foi realizada com 21 casais para quem se perguntou quais os incidentes que, em terapia, foram úteis ou

prejudiciais à mudança e como esta ocorreu. Eles descreveram cinco padrões de mudança: expressão de sentimentos que levam a mudança de na percepção interpessoal; expressão de sentimentos e necessidades; aquisição de compreensão; assumir responsabilidade pelas experiências e recepção de validação pelo terapeuta. No entanto, as entrevistas foram realizadas 4 meses após o término da Terapia, uma clara limitação da pesquisa.

Wark (1994), em outro estudo, procurou investigar o processo de mudança durante a sessão de Terapia, diferentemente de Greenberg et al. (1988) que investigou as impressões sobre mudança no processo terapêutico como um todo. Em seu intento utilizou também a Técnica de Incidente Crítico de Flanagan (1954) para acessar a experiência de mudança de 5 casais que estavam em terapia com 5 diferentes terapeutas. As entrevistas foram realizadas logo após a sessão, que era assistida ao vivo pela entrevistadora. Os clientes eram solicitados para descrever os eventos positivos e negativos da sessão de terapia, e a responder de que forma eles se relacionavam com mudança ou a sua ausência, em relação à preocupação que os trouxeram à terapia. Em geral Wark (1994) encontrou uma ausência de coerência entre as percepções dos clientes e do terapeuta.

Em outra pesquisa, Christensen, Russel, Miller e Peterson (1998) estudaram o processo de mudança dos clientes em Terapia de Casal. Consideraram que, implicitamente, Greenberg et al. (1988) e Wark (1994) tomaram a idéia de que a mudança ocorreria repentinamente na terapia. Seu foco foi, portanto, investigar se mudanças ocorrem gradualmente. Entrevistaram 24 adultos, 13 casais e dois sujeitos cujos parceiros não quiseram participar no estudo, utilizando entrevistas de final aberto, conduzidas 2 semanas após o final da terapia. Nove diferentes terapeutas atenderam estes clientes. Os participantes foram perguntados sobre o que o terapeuta fez para facilitar a mudança e o que estava acontecendo na época e o que eles pensavam que foi conseguido. Também foram indagados sobre pontos de mudança pivotal em terapia que os deixaram pensando ou sentindo diferente sobre sua situação, eles mesmos ou seu relacionamento, e importantes fatores que os auxiliaram a lidar com o que os trouxe a terapia. Utilizaram o método de comparação constante e metodologia de teoria fundamentada (Glasser e Strauss, 1967).

Codificadores que não necessariamente conduziram a entrevista analisaram as transcrições. Da mesma forma que no estudo de Greemberg et al. (1988) as sessões não foram assistidas ao vivo pelos pesquisadores. Três padrões de mudança foram notados, que co-ocorriam com a satisfação conjugal: mudança nos afetos, mudança nas cognições e mudança na comunicação. É importante notar que cada mudança iniciada em um padrão eventualmente ocorria nos três padrões.

Helmeke e Sprenkle (2000) investigaram os momentos pivotais de mudança na Terapia de Casal, mais do que outros tipos de mudança mais gerais. Os pesquisadores realizaram todos os estágios da pesquisa, da coleta de dados à sua análise, assistindo aos vídeo-tapes das sessões, conduzindo as entrevistas para codificar e analisar os dados. O estudo foi realizado com um único terapeuta uma vez que pesquisas indicam que terapeutas diferentes podem ter resultados muito díspares com o mesmo modelo (Chrits-Christopher et al., 1991). Os dados foram coletados após cada sessão e cada momento gravado foi analisando nos pontos considerados relevantes pelos clientes. Este estudo incluiu também uma segunda entrevista com o casal, com o propósito de confirmar as descobertas iniciais e receber informação adicional.

Os dados foram analisados usando-se métodos da teoria fundamentada (Strauss e Corbin, 1990). Este método leva a uma teoria que é definida como indutivamente derivada do estudo do fenômeno que ela representa. Isto é, ela é descoberta desenvolvida e confirmada provisoriamente através da coleta e análises de dados pertinentes ao fenômeno estudado. A Teoria Fundamentada provê o pesquisador com métodos qualitativos com um enquadre para gerar uma teoria pela imersão nos dados através de um processo indutivo.

Neste estudo, a Metodologia de Teoria Fundamentada foi utilizada para identificar os temas principais e padrões dos momentos de mudança pivotais, baseados nas percepções dos clientes, e guiar a postulação de hipóteses. Foram estudados 3 casais que se submeteram à terapia de casal. A terapeuta encarregada era estudante de doutorado em terapia de família e casal, com formação em modelos comportamental integrativo, comunicacional, transgeracional focado na emoção, focado na solução, e modelos narrativos, e trabalhou de modo sistêmico eclético.

Os resultados são importantes, pois indicam características do processo de mudança que podem ter importantes implicações para uma teoria da mudança bem como para o uso de intervenções.

Primeiramente, ficou claro que os momentos pivotais podem ser identificados pelos clientes. Este é um resultado importante, pois os estudos anteriores não abordavam esta possibilidade. A frequência dos momentos pivotais, para os membros dos 3 casais foi de 24 momentos pivotais em 23 sessões, sendo que as esposas tendem a identificar mais momentos que os maridos.

Nove dos momentos pivotais ocorreram nos primeiros estágios da terapia, dois na primeira e nove na segunda sessão. Os primeiros eventos emprestaram o tom da terapia e redefinindo o problema e os objetivos terapêuticos. Curiosamente, os clientes em entrevista posteriores tiveram dificuldade de se lembrar porque listaram certos eventos como pivotais. Aparentemente os momentos pivotais não mantiveram seus significados no correr da terapia. Seis momentos pivotais ocorreram na quarta e sexta sessão, e os sete restantes nas últimas quatro sessões.

Notou-se uma ausência de coerência entre os cônjuges sobre que momentos foram percebidos como individualizados. Apenas 3 dos 24 momentos pivotais foram percebidos por ambos os cônjuges. Isto sugere que em certa medida a Terapia de Casal é uma experiência individualizada. Porém, dois dos três eventos pivotais descritos simultaneamente pelos cônjuges ocorreram no estágio final da terapia, nas últimas 4 sessões, indicando talvez um aumento de coerência na experiência compartilhada pelos cônjuges, que estaria ausente no início da terapia.

Curiosamente ocorreu também uma ausência de coerência entre terapeuta e clientes na percepção de eventos pivotais na Terapia de Casal. A terapeuta identificou 10 dos 24 momentos julgados como pivotais pelos cônjuges, incluindo 2 dos três momentos compartilhados. Notável também é que a coerência entre a percepção dos terapeutas e dos clientes variou entre casais. Cabe ressaltar que esta ausência de coerência não impede a satisfação com a terapia e com o terapeuta. Todos os casais reportaram sentir que a terapeuta estava em sintonia com eles.

Os eventos relacionados como pivotais foram relacionados com mudanças no cônjuge que as percebia em 67% dos casos, sendo que em 29% dos momentos pivotais foram percebidos no relacionamento. E apenas 4% a mudança foi

relacionada com o outro cônjuge. Assim, ao notar a mudança na terapia, os clientes tendem a focar primariamente no que muda em si-mesmo, e em menor grau no que muda no relacionamento, mais do que muda no outro cônjuge. Isto indica que a experiência de mudança em terapia tende a ser altamente individualizada. Outro indicador da individualização da experiência da mudança é a tendência de um certo uso da linguagem estar associado como o fator em momentos pivotais. Algumas vezes uma frase ou expressão parece ter disparado a mudança.

Relação entre o momento pivotal e o problema apresentado é um dos resultados mais significativos. Em 79% dos momentos pivotais o conteúdo da discussão estava relacionado com o problema apresentado. A mudança podia estar relacionada com o conteúdo ou com o processo em discussão.

A mudança ocorreu em relação aos tópicos que estiveram repetidamente em discussão nas sessões anteriores a mesma. Dos 23 momentos pivotais, retirando o momento pivotal ocorrido na primeira sessão, que não poderia ter naturalmente discussão anterior, apenas 4 ocorreram quando o tópico esta sendo abordado pela primeira vez.

A associação com eventos específicos na terapia foi notada em 19 dos 24 momentos pivotais, sendo discussões sobre pontos específicos ou eventos, ou discurso sobre um tópico específico. Eventos não relacionados com o tema da mudança, mas citados por todos os cônjuges, foram às características da terapeuta e o uso de sugestões práticas.

Características não-específicas diferentes também foram citadas por cada casal sugerindo que em cada caso fatores diferentes contribuíram para a mudança. Isto pode indicar a natureza idiossincrática do processo de mudança terapêutica. A mesma situação se revela também em relação a quais características do terapeuta foram consideradas relevantes. Cada casal citou diferentes aspectos da atuação terapêutica como uso de *feedback* positivo, apoio, encorajamento, estar conectada com o casal entre muitos outros aspectos.

O uso terapêutico de sugestões práticas parece ter sido, em alguns casos, pivotal por si-mesmo. Porém, a capacidade do terapeuta sugerir algo relevante e aplicável na vida conjugal em casa e relacionado com as dificuldades enfrentadas pelo casal parece ter sido um dos fatores que criaram a possibilidade de mudança.

Mas novamente o que cada casal listou como sugestões relevantes variava de caso para caso, incluindo o uso de histórias, metáforas, exercícios formais de comunicação, tarefas de casa, e dicas sobre a relação.

Fatores únicos de cada casal também foram apontados como importantes na contribuição da mudança pivotal, tais como conversas no caminho da terapia, o fato de uma das esposas manter um diário, o sentimento de compromisso ao participar de uma terapia de casal, a comparação com outros casais na sala de espera na clínica.

Implicações clínicas são importantes, pois indicam que os momentos pivotais ocorrem e podem ser notados, mas são altamente individualizados, tem uma clara relação com o problema central apresentado. E, finalmente, muitos fatores não pivotais que variavam de casal para casal mostraram-se como pré-requisitos necessários para as mudanças pivotais.

Mais do que eventos altamente emocionados, compartilhados, ou pelo menos evidente para os participantes da terapia, eles tendem a ser percebidos como experiências altamente individualizadas, pessoais e privadas.

Os terapeutas não podem assumir que serão capazes de identificar o que é significativo para seus clientes, ou afirmar que o que é significativo para um dos cônjuges será para o outro. Eles devem então estar atentos para os significados individuais e sistemas de crenças de cada cliente, bem como a importância de certas frases ou expressões para cada cônjuge.

Estes estudos sugerem a importância de o terapeuta estar atento à teoria de mudança de cada cliente (Duncan, Hubble e Miller, 1997), e de perguntar diretamente sobre as percepções, sobre a mudança em terapia pode ser o modo mais fácil e direto de abordar a questão.

Outro ponto importante é o papel central que o problema tem no surgimento dos momentos pivotais da relação. Além disto, momentos pivotais que ocorrem no início da terapia servem para redefinir e re-enquadrar o problema. Ambas as descobertas apontam para a importância de se observar a percepção dos clientes de seus problemas, e de se manter o foco sobre o problema, enquanto a terapia avança. De fato, repassar sucessivas vezes o tópico parece facilitar novas percepções e soluções para o problema e para a emergência dos momentos pivotais na terapia.

Estes estudos apontam a importância da experiência do si-mesmo em relação ao outro no processo terapêutico. Pois ainda que as experiências de mudança possam ocorrer ou serem descritas como individualizadas elas ocorrem em um contexto de uma relação, modificando os padrões da interação e o significado dos atos compartilhados. Estas considerações nos convidam a examinar a questão da emergência do si-mesmo e a questão da mudança.

5.3

A epistemologia do si-mesmo: novas possibilidades terapêuticas

O que comumente se chama de crise da pós-modernidade é, na verdade, um processo de superação da visão de homem e de mundo característica do período moderno, com o aparecimento de novas propostas epistemológicas e estéticas. A proposta iluminista leva-nos a construir uma certa visão de mundo, caracterizada pelas grandes meta-narrativas. Discursos totalizadores que trazem em seu bojo pressupostos tanto de uma posição metafísica da essencialidade como de uma posição epistemológica da possibilidade de um conhecimento verdadeiro e livre de toda subjetividade, pretendendo, assim, uma posição de ordenador do pensamento e de outros discursos.

Na tentativa de construir uma psicologia científica moderna, a questão "o que é o "si-mesmo"? sempre foi central. Seu núcleo é, ao mesmo tempo, uma pergunta metafísica e epistemológica. No sentido epistemológico, o "si-mesmo" pode ser conhecido não só pelo próprio como pelos demais. Em consequência, pode ser observado, medido, avaliado, quantificado. De qualquer modo que se entenda a pergunta, ela pressupõe a existência de uma entidade pré-existente à nossa necessidade de descrevê-la. No sentido metafísico, perguntar o que é o "si-mesmo" significa perguntar sobre a essência daquilo que se interroga, implicando em algo central, inerente à condição humana e irreduzível.

Todas as abordagens tradicionais na psicologia, subjetivistas e essencialistas, concebem que o si-mesmo é delimitado. Há o "si-mesmo" e o "não si-mesmo". Cada pessoa seria um acontecimento único, no universo delimitado e integrado, e o centro de suas ações.

Esta posição convida a certas perguntas como: de que somos conscientes quando somos conscientes de nós mesmos? como saber se nossa consciência reflete o estado real de nossa mente? que é este "si-mesmo" e como podemos verdadeiramente conhecê-lo?

Perguntas como estas criaram muitos dilemas, aos quais Descartes, por exemplo, respondeu definindo uma divisão metafísica da realidade; do sujeito e do objeto, em termos de uma *res extensa* e *res cogitans*.

A Psicologia Cognitiva tem evitado a cisão cartesiana e as questões daí decorrentes, afirmando a emergência, quer do "si-mesmo", quer da consciência, como explicável pelas ações do sistema nervoso central. A metáfora é computacional. Segundo este modelo computadorizado e cognitivo do sistema psicológico, as operações mentais e do "si-mesmo" só processam informações e resultados em relação a um critério ou sintaxe intrínsecos, construídos dentro do sistema.

Sob esta acepção encontra-se muito da chamada revolução cognitiva. Estes pontos de vista apóiam-se na idéia cartesiana e lokeana de que a mente é um espaço fechado e auto-suficiente. O perigo desta crença epistemológica moderna consiste em supor que é possível reduzir todos os fenômenos psíquicos a alguma base ou modelo último, a alguma origem fundamental, e é por isso que todas têm uma explicação de base causal essencialista, remetendo a algum tipo de fundamento imanente.

A posição pós-moderna não rejeita o discurso e as teorias modernas sobre o "si-mesmo" por assumir outro fundamento, mas por relativizar todos os discursos. Ela aponta para a impossibilidade de uma fundamentação imanente, e assume a relatividade dos discursos como paradigmática. Isto abre outros caminhos que, por exemplo, nos permitem evitar a posição da existência transcendental de um "si-mesmo", tornando desnecessária uma concepção epistemológica e metafísica do si-mesmo. Nesta perspectiva nos situamos no campo pós-moderno e nas atividades da hermenêutica e interpretação.

No processo de valorização da exploração da multiplicidade dos discursos o "eu", o "ego", o "si-mesmo", os papéis sociais e as identificações deixam de ser expressões da neurofisiologia e não podem ser explicáveis por um discurso fundacional.

Muitos cientistas sociais, há mais de vinte anos, começam a explorar as conseqüências de definir o “si-mesmo” como um narrador e como um processo humano produtor de significados por meio da ação da linguagem. O “si-mesmo” pode ser, em uma perspectiva pós-moderna, considerado como uma expressão desta capacidade para o uso da linguagem e da narrativa, que são atos sociais. Na melhor das hipóteses, não somos mais do que co-autores de uma narrativa em permanente mudança, que se transforma em nosso si-mesmo. Histórias narradas, imersas no nosso passado, narradas em função de um futuro contado em múltiplos contextos.

Esta perspectiva não é nova. Freud (1968) na sua obra “Construções na análise”, de 1936, já apontava que quando a análise das defesas do “eu” e o processo de associação livre não recuperavam as necessárias lembranças edípicas da infância, é possível para o analista criar uma história próxima àquela que o paciente poderia ter recordado. Assim, Freud rechaçava a abordagem narrativa ao compará-la com a idéia delirante do psicótico, alertando-nos sobre os riscos desta possível “intervenção” por parte do analista.

Spence (1984) estendeu o conceito de criação na análise para uma abordagem narrativa e construtivista. Segundo ele, já que nunca podemos chegar à verdade real das vivências infantis, temos que nos contentar com um relato construído, que seja adequado ao cliente e às circunstâncias. Segundo esse ponto de vista, a tarefa da terapia parece consistir na construção de uma história de vida que seja consistente com as circunstâncias atuais do paciente, sem levar em conta a verdade “arqueológica” e “objetiva” desta construção.

Schafer (1978) adota uma perspectiva mais próxima de Wittgenstein e do construtivismo social. Para ele o “si-mesmo” é uma manifestação da ação humana, da ação de falar sobre o si mesmo. No entanto, diferentemente de Spence (1984) que estava interessado no conteúdo da narrativa, Shafer (1978) interessa-se pelo modo da construção e pelo discurso narrativo. Ele sustenta que estamos nos contando, aparentemente, a nós mesmos e aos outros, quem somos, incorporando estas histórias umas às outras. Desta perspectiva, o si-mesmo converte-se nas maneiras mais ou menos estáveis e emocionais de contar-nos, a nós mesmos e aos outros, sobre nossa continuidade no processo de viver, em nosso enlaçamento e os significados de nossas interações.

Para Shafer (1978), assim como para outros terapeutas pós-modernos, também o outro se manifesta narrativamente. O desafio terapêutico, nesta perspectiva, consiste em auxiliar os clientes a recontar as histórias de suas vidas de maneira que lhes permita uma compreensão de sua origem, de seu significado e de suas atuais dificuldades, de tal forma que a mudança torne-se narrativamente concebível, alcançável e crível.

Como assinala Rorty (1979), os seres humanos são geradores perpétuos de novas descrições e narrações, mais do que seres que se possam descrever de maneira precisa, objetiva e fixa. Isto faz com que a natureza do si-mesmo e a de nossas subjetividades convertam-se em fenômenos intersubjetivos. Tais fenômenos são o produto de narrarmos histórias uns aos outros e a nós mesmos, acerca de nós e dos outros, e das histórias que outros narram para nós, sobre nós e sobre eles.

A cambiante rede de narrativas é produto de intercâmbio e práticas sociais, do diálogo e da conversação. Para esta visão pós-moderna não somos mais que co-autores das identidades que construímos narrativamente. Somos sempre tanto si mesmos potenciais quanto aqueles que estão contidos nas conversações dos narradores. (Goolishian e Anderson, 1996, p. 195).

Do ponto de vista da psicoterapia de casal essas colocações afastam-nos de uma visão da terapia de família que vê os sistemas como uma arquitetura social relativamente fixa, e convida-nos a vê-los como um sistema intersubjetivo, fluido de construção de significados.

Para a abordagem narrativa, a psicoterapia é um processo conversacional. Na psicoterapia, o objetivo passa a ser a narrativa de uma nova história, de um novo presente que seja mais tolerável, coerente e contínuo, do que aqueles que as narrativas anteriores permitiam.

A mudança passa a centrar-se mais no nosso ser e devir que num passado histórico cambiante. Em psicoterapia, este é o resultado de mudar as autonarrativas do “si-mesmo”, e cuja conseqüência é uma transformação do agente e da interação, ou seja, do “si-mesmo” e do contexto. Portanto, uma questão emerge: que narrativas construir?

Uma psicoterapia, imbuída de uma tradição hermenêutica, implica na abertura a novos significados, no abandono de uma meta-narrativa paradigmática

supra-ordenadora de sentidos. Saber de antemão, seja a partir de uma teoria, seja a partir de um diagnóstico, é reduzir a compreensão a um nível tão abstrato, que passa por cima da índole intersubjetiva, única e singular da interpretação naquela interação e contexto.

Toda ação social pode ser concebida como o resultado de uma interação em um sistema de indivíduos que atuam, ajustando e conectando seu comportamento, em relação a si mesmos e aos demais, mediante um processo hermenêutico de interpretação de si mesmos, ou seja, através da construção da narrativa humana. O mesmo vale para a conjugalidade, que pode ser vista como a construção de uma relação psicossocial, na qual as interações constroem e mantêm o contexto intersubjetivo em que as subjetividades se interpolam.

A formação do contexto sócio-cultural da conjugalidade parte do potencial da dimensão biológica, mas a ultrapassa, criando um espaço de construção de significados narrados em histórias. Vivemos, uns com os outros, vidas narradas. Hoje a pressão social – o estigma do divórcio, o fato de a mulher depender economicamente do marido, etc. – que antes mantinha os casais unidos, não é mais o “alicerce” do casamento. Novas narrativas serão necessárias para a construção das novas formas de conjugalidade. E espaços de construção são demandados em especial na clínica de casais. Não cabe no contexto, dentro de uma perspectiva construcionista social, prescrever quais significados podem ou devem estar presentes em uma relação conjugal. Mas por outro lado, somos convidados a participar da co-construção, intervindo em pautas de interação, que muitas vezes se traduzem em relações disfuncionais ou inconsistentes. A ação terapêutica deve orientar-se, consistentemente com o processo de “escrita” da história do casal. Como co-participar deste contexto, como se posicionar nele, é uma questão fundamental. A compreensão da mudança da relação conjugal como um processo de construção terapêutica de significados mais ricos e consistentes com a experiência subjetiva de cada um, convida-nos a avaliar a construção e desconstrução da conjugalidade como foco.

Intervenções terapêuticas devem ser consistentes com o processo de mudança na relação conjugal, assim possibilitando espaços para novas formas de subjetividade. Temos aí, então, um bom motivo para acreditar, como Goleman (1998) que serão as forças dos sentimentos que determinarão a sobrevivência do

laço conjugal. Como psicoterapeutas de casal, esta crença deve permear nossa prática diária, não podendo deixar de estar presente na nossa intenção e na nossa compreensão. Contudo, como compreender o processo de mudança na conjugalidade e que intervenções realizar? Estas questões nos convidam a examinar os marcadores e preditores da construção e desconstrução da conjugalidade em relação, tanto com o processo de mudança como com formas de construção de subjetividades e significados.