

Família com filhos adolescentes. A complexidade... e no fim, terapia de casal.

AUTORES:

PAULO SEABRA

Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica, Terapeuta Familiar.

Email: pauloseabra@ics.lisboa.ucp.pt

Local de trabalho: Universidade Católica Portuguesa, Instituto de Ciências da Saúde, Portugal

RUI NEGRÃO

Psicólogo clínico, Terapeuta Familiar

Local de trabalho: CRI do Oeste – Instituto da Droga e da Toxicodependência.

A complexidade da adolescência traz às famílias, a necessidade de uma adaptação permanente de forças, que advém de todos os seus membros.

A sustentabilidade do sistema assenta no subsistema casal que no nosso entender deve ser avaliado e estimulado, com o objectivo primordial de ser fortalecido, para dar sustentabilidade ao "todo" familiar. Sabemos que muitas vezes a deterioração da conjugalidade deteriora o exercício da parentalidade, o que na prática, se vai manifestar na deterioração de todas as relações dos diferentes sub sistemas. Apresentamos um caso de terapia familiar que, começando a abordagem pelos sintomas de uma vivência conturbada da adolescência, a intervenção vai-se focar, na terapia com o casal.

PALAVRAS-CHAVE: adolescência, família, relação pais-filhos, terapia de casal



INTRODUÇÃO

Ser pessoa e ser família são dois valores fundamentais. Viver a família implica o conhecimento, o reconhecimento e a vivência destes dois valores.

Pessoa, Família e Sociedade são círculos concêntricos. A Pessoa está no centro e apoia a sua construção na família. E a evolução desta será ou é o espelho da sociedade.

Um dos princípios que orientam a nossa prática é acreditar que a pessoa/família tem potencialidades para mudar o seu comportamento e por mais fragilizados que estejam, só eles dispõem de todo o potencial que os pode ajudar na mudança que terão que fazer face a uma crise ou problema.

A nossa função é ajudá-las a reconhecer e apoiarem-se no que têm de mais positivo para poderem alterar o que for necessário. Para tal, é necessário criar com elas as condições básicas para uma intervenção eficaz, que abra possibilidades de uma vivência com o mínimo sofrimento possível.

Este trabalho tem como objectivo demonstrar a complexidade das situações e desafios que nos colocam, as famílias com filhos adolescentes. Nesta, como em outras situações tivemos que adequar a intervenção ao subsistema casal. A intervenção terminou com um longo trabalho com este subsistema.

FAMÍLIAS COM FILHOS ADOLESCENTES

A nossa prática profissional está enquadrada por uma equipa multidisciplinar, que trabalha em parceria num Gabinete de atendimento a jovens e adolescentes.

O objectivo das intervenções não é fazer o diagnóstico mas sim, promover a mudança na família, e ela poder viver com, com a melhor adequação em termos de organização das suas actividades de vida diária, que cresçam em conjunto.

O objectivo deste trabalho é estabelecer uma ponte entre a teoria e a prática. A primeira enquanto base de compreensão profunda dos conceitos sistémicos; a segunda, pela sua

relevância prática, que permite que os instrumentos de acção implementem a intervenção.

Conhecer as características das famílias com filhos adolescentes, permite olhar com "outros olhos" para uma realidade tão complexa, que nos deixa quase sempre apreensivos com a decisão do caminho a seguir com cada sistema familiar.

A preocupação advém da clara percepção das consequências que a nossa intervenção poderá ter na vida do adolescente, das famílias no seu todo e em outros subsistemas dessa família. A nossa intervenção é guiada na tentativa primordial de promover o "empoderamento" desse mesmo subsistema parental.

No que se refere à estrutura familiar, esta poderá ter múltiplas composições. Como reflexão teórica Whitaker (1990) diz-nos que quando uma família saudável percorre o ciclo vital, ela está livre para mudar, adaptar-se e crescer sem medo e apreensão. Novas circunstâncias representam uma oportunidade e não uma ameaça. As famílias que vivem num mundo semi-fóbico de tentar evitar toda a patologia tornam-se vítima dela.

Em relação ao funcionamento familiar, este refere-se às formas de relação que são (ou não) estabelecidas entre os membros da família, por exemplo: modos como organizam o dia-a-dia, capacidade de ultrapassar as mudanças, formas de demonstrar afectos, como comunicam, etc.

Um dos componentes básicos para um bom funcionamento é uma clara separação de gerações. É claro que os pais e os filhos não são iguais em termos de autoridade e responsabilidade. Os pais são a espinha dorsal, com os filhos obtendo a sua sensação de liderança e solidariedade parentais. Uma saudável separação de gerações não deve ser confundida com uma estrutura hierárquica rígida. A separação e autonomia constituem tarefas básicas desta etapa, tanto para o adolescente quanto para os seus pais (Whitaker & Bumberry, 1990; Alarcão, 2002).

A estratégia de condescender nas regras pode ser perigosa, pois os adolescentes precisam de regras claras, precisas e coerentes; consequentemente necessitam de um sistema executivo forte ainda que flexível (Alarcão, 2002).

PROBLEMÁTICA FACE AO CICLO DE VIDA

Como reflexão importante, pensamos ser esta, a etapa mais longa e difícil do ciclo vital, na medida em que exige um permanente equilíbrio entre as exigências do sistema familiar e as aspirações de cada membro da família (Alarcão, 2002). A maior problemática, mas que tendencialmente decorre de forma natural, não deixando de ser stressante, advém do processo de autonomização dos adolescentes.

Para a intervenção, devemos ter em conta os recursos e competências das famílias antes de ter em conta as suas faltas. Isto modifica, evidentemente, a posição do técnico. De facto, se ele trabalha com uma família que é capaz de resolver os problemas que se lhe põem, já não faz sentido encarregar-se dela, de pôr nas suas costas o peso dos problemas da família, mas antes, activar um processo no qual a família poderá observar, experimentar, mudar (Ausloos, 2003).

O NOSSO TRABALHO COM A FAMÍLIA W.

Este casal está junto há 22 anos. Recordam a fase de namoro e início da vida de casal como uma fase de felicidade, e que cedo fica marcada pela mudança, por três ocasiões, de residência para cidades diferentes. Cedo se verificou uma separação geográfica do pai, por razões de trabalho, com a esposa e as filhas. A fixação da residência numa localidade junto a família da esposa foi sempre problemática.



O motivo da vinda da M ao serviço, foi a referência feita por um serviço de urgência hospitalar, quando da alta, após episódios de lipotímias. A situação foi "sensivelmente" referenciada pois teriam sido percebidos marcas de automutilação. A utente foi inicialmente seguida em contexto individual, sendo posteriormente pedida uma abordagem familiar.

M é a irmã mais velha de uma fratria de 3, todas do sexo feminino. Pai gestor de uma pequena empresa, mãe administrativa numa empresa comercial.

Iniciamos com o que denominamos intervenção alargada. Nas duas primeiras sessões foram apenas os pais e a M, e foram realizadas ainda duas sessões com as restantes irmãs.

👤 **1ª SESSÃO** - Apresentam-se de modo diferente. M muito ansiosa e com receio de se exprimir. Mãe mais expressiva. Pai muito reactivo às intervenções do terapeuta e demonstrando desde o primeiro momento prudência nas afirmações.

Todas as intervenções do pai demonstram a sua dificuldade em aceitar esta intervenção externa, face a algo que não verbaliza como um problema complexo do seu sistema familiar, afirma "*Vim cá, pois tudo o que pode ajudar a M a ultrapassar esta fase, eu estou disposto a vir...*".

"Valores" do pai parecem não ser aceites (e percebidos como úteis) por todos. Verbaliza continuamente que estes não são os seus valores e que a esposa e as filhas, quando ele não está, se organizam de um modo inaceitável para ele.

A mãe diz que não concorda com o pai pois ele está fora durante a semana e não tem a percepção do que é educar e interagir com 3 adolescentes e, para ela, a questão dos valores não tem esta importância. Pai reafirma que são diferenças culturais que vêm da diferença das suas famílias de origem, chegando a afirmar que ele é de uma família mais tradicional e tem menos capacidade de aceitar estes comportamentos. Mãe discorda, e o terapeuta apercebe-se até de uma certa indiferença face a estas palavras. Em nenhum momento alguém aborda a problemática da M estar a ser seguida neste serviço.

Foi claro ao longo desta sessão a influência dos factores transgeracionais.

M elige um conflito entre os pais como determinante para a relação familiar (estamos a aproximarmo-nos da definição do problema).

Encerramos a sessão fazendo o resumo desta, fazendo um reforço positivo das forças do sistema e afirmando que na próxima, iríamos falar do motivo da vinda da M ao serviço. Não visualizamos, nem ninguém apresenta nenhuma manifestação, como se o verdadeiro problema da filha fosse um segredo que “encaixa mal” neste sistema.

2ª SESSÃO - Iniciamos a sessão aprofundando que há um conflito entre o casal, que os está a impedir de funcionar como par parental.

Perguntamos a todos como se passaram as coisas desde a última sessão e se falaram da forma e do que tínhamos falado: Afirmam que não...

M diz *“Tenho os pés a sangrar para chegar até aqui...”* Como afirmando o esforço que tem feito para aguentar a pressão que sente e o sofrimento interior face à sua relação com os pais. Apercebemo-nos das regras paradoxais que ambos continuam a emanar.

Percebemos as características das irmãs como forma de alargar o sistema.

Falamos da não-aceitação do pai, dos amigos da M. Para ele, estes não são apropriados, pelo modo de vestir, de se comportarem, por se esforçarem pouco na escola. Diz que alguns são “de classes sociais” não compatíveis com a da sua filha. Fala do namorado que, pela profissão que tem, nunca se vai adaptar ao “nível” da filha...

Colocamos em discussão que em situação de frustração recorrente, a provocação perde a sua dimensão experimental e passa a ter um valor de ataque e agressão (Alarcão, 2002). Conseguem concordar com esta abordagem.

Abordou-se ainda a sensibilidade que os pais devem ter para perceber porque os adolescentes se aproximam mais e sentem-se melhor percebidos pelos pais.

Conseguimos realizar uma aproximação à definição do problema em conjunto com a família: falta de diálogo, conflitos, organização, vidas separadas, afectos.

Sentimos nesta fase que era necessário desbloquear o impasse em que nos encontramos: *“Estamos num ponto dialéctico entre o que a família nos traz e o que perguntamos, pois o que nos trazem como sendo a sua visão, não a deixa resolver o problema. Se deixarmos a família continuar com este tipo de discurso, entramos num beco sem saída. É necessário introduzir a crise”* (Ausloos, 2003).

Nesta família, claramente uma família de transições rígidas, o tempo como que está parado. Temos que mobilizar o tempo para suscitar a crise (Ausloos, 2003).

Tentamos aprofundar. Parece-nos que falam bem, tudo o que é funcional, menos de afectos, de sofrimentos e dificuldades interiores. Não falam nada do casal, sem ser em relação com as filhas.

3ª SESSÃO - Apresentam-se mais descontentados e mais disponíveis para ir directo às questões. Manifesta-se uma negociação subjacente à aceitação de comportamentos.

Mãe quebra a passividade e o impasse e reafirma: Falta de flexibilidade do marido...

M: *Tive sempre pouco a vontade de falar com o pai...*

Mãe: *Falar do “monstro” ajuda...*

M: *Mas não tem diminuído o “mostro”... (Claramente a sentir-se fortalecida e com necessidade de falar do concreto...)*

Sentimos neste momento que finalmente algo estava a mudar e a provar o que nos diz Ausloos: *“O tempo como factor determinante para as famílias se reorganizarem”*.

O sistema está em tensão e conseguem claramente falar das suas dificuldades de uma forma que não tínhamos conseguido até aqui...

M verbaliza o que sofre quando em casa há discussões pelo comportamento dela e das irmãs, e da sua dificuldade em perceber a rigidez do pai. Pai afirma que tem que ser mais flexível.

Nesta fase o pensamento foi de deixar o caos / crise prosseguir para poder gerar informação, pode trazer respostas que a lógica não dá (Ausloos, 2003). Claramente a nossa estratégia foi ter em atenção a competência das famílias em lidar com o problema. Não quisemos expor, “tocar” rapidamente no problema pois o sistema podia não aguentar.

Ponto da situação: Tínhamos informação que, desde há três meses, não voltaram a ocorrer episódios de auto mutilações; lipotímias e agressões verbais também cessaram. A família tem um funcionamento menos problemático, com maior satisfação para todos.

A nossa intenção virou-se então para o subsistema que sustenta todas estas relações e que claramente precisava de ser apoiado na vivência dos seus conflitos. Foi proposta terapia de casal para se continuar a intervenção e foi aceite pelo casal.

Ao percebermos o problema central “relação do casal”, pensamos em aplicar o modelo de Gameiro para perceber se o sistema tem estrutura para depois se apoiarem.

- 1 **Dar espaço** a expressão individual livre dos sentimentos provocados pelo conflito conjugal.
- 2 **Reavaliar** a disponibilidade individual para investir na relação conjugal.
- 3 **Assegurar** ao terapeuta da não existência de relações amorosas concomitantes.

1ª SESSÃO - Uma das problemáticas identificadas na primeira sessão foi a relação com as famílias de origem. O pai quase não se relaciona com a família da esposa pois afirma “são de outro nível” e não temos nada para conversar. Isto tem como consequência, uma redução da rede de apoio social individual da esposa.

Abordamos, ainda antes de nos centrarmos na problemática do casal, a necessidade dos pais assumirem-se como figuras de vinculação na reserva, o que não lhes retira importância mas modifica a qualidade da relação.

Abordamos também a questão do poder que têm enquanto casal e não individualmente, na imposição de limites para o exercício de poder parental e na necessidade de serem flexíveis sem abdicarem do poder e estarem em consonância.

2ª SESSÃO - Continuamos a sentir como este casal tem dificuldade em abordar a necessidade de reaprender a criar novos interesses, novos compromissos, novas simetrias e complementaridades, que deixam de ter a função parental como um dos elementos da triangulação (Alarcão, 2002). Demonstraram sempre muita dificuldade em perceber a retro alimentação necessária entre a individualidade e a conjugalidade e a sua inequívoca interdependência.

Aos momentos de tensão, responderam sempre com um afastamento cada vez maior entre eles.

De acordo com o que nos sugere Gameiro (2007), sentimos necessidade de avaliar individualmente a vivência do casamento, sentimentos e a existência de relações amorosas externas, neste momento. Verificou-se a existência destas, no passado mas não actualmente. As relações externas foram vividas, uma como resposta a existência da outra. Ambos tiveram conhecimento e hoje, são vividas ainda no âmbito da relação de poder, pois quem foi confrontado primeiro, mantém como que uma “moralidade” de resposta. Sentimos mais no marido que na esposa a vontade de continuar a investir na relação.

Colocam, ainda que subtilmente, sobre responsabilidade externa, a decisão de separação. Surgem algumas dúvidas acerca dos sentimentos dominantes. Claramente ele continua a investir numa relação com sentimento, ela demonstra sempre alguma indiferença como que a procura de sentido que a ajude a decidir...

Ao contrário de Relvas e Craveiro (2009) que referiram desconforto e dificuldades quando vivenciaram uma não indicação de continuar com a terapia seguindo o modelo de Gameiro, nós, com este casal, após reflexão intensa, decidimos que a indicação se mantinha com um objectivo de co-construção. Saltamos para a 4ª e última sessão, que decorreu com a realização deste trabalho. Verificamos a ausência de sintomas manifestos de M. Abordamos até numa perspectiva preventiva, a fase seguinte das duas filhas menores. Concordaram mutuamente.

Fizemos outra viagem ao passado, a momentos significativos. Encontramos aí e desde aí, a vivência problemática das questões que se prendem com o PODER.

É este poder que marca o conflito, as vontades e a autonomização de cada um enquanto casal. O impasse é colocado em cima da mesa, destapado e entregue. Têm que tomar decisões...

Conclusão¹

Como conclusão do processo esta consideração de Relvas e Craveiro (2009): "Ao longo do processo foram-se desafiando os paradoxos que, de acordo com a hipótese dos terapeutas, pareciam estar a bloquear a vida do casal. Verificaram-se mudanças positivas em termos de metacomunicação sobre os problemas, resoluções alternativas para conflitos e equilíbrio entre as esferas da individualidade da conjugalidade".

Como conclusão deste trabalho consideramos que esta família era claramente uma família emaranhada, caracterizando-se por uma fronteira muito rígida em relação ao exterior, o que compromete o referido movimento de abertura e a socialização dos seus membros (Alarcão, 2002, p.178).

A ideia principal deste trabalho é simples. Num contexto onde tudo nos parece complicado: o técnico tem que ter referenciais teóricos claros e tem de metacomunicar sobre as suas ideias, os seus valores, os seus comportamentos e os seus sentimentos, o que claramente é de uma grande complexidade e dificuldade.

REFERÊNCIAS

- Alarcão, M. (2000). *(Des)Equilíbrios Familiares*. Uma visão sistémica. Coimbra: Quarteto.
- Auloos, Guy. (2003). *A competência das famílias, tempo, caos, processo*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Benoit, J. et. al. (1988). *Dictionnaire clinique des thérapies familiales systémiques*. Paris: ESF.
- Gameiro, J. (2007). *Entre marido e mulher, terapia de casal*. Lisboa: Trilhos Editora.
- Neves, Z. (2007). *A (nossa) intervenção com Famílias Multiproblemáticas*. Lisboa: Apresentado na Sociedade Portuguesa de Terapia Familiar. Não publicado.
- Relvas, A., & Craveiro, N (2009). *Terapia de casal e mudanças na conjugalidade, Mosaico, 41*, Valência: Ed. FEATEF.
- Relvas, A. (2003). *Por detrás do Espelho*. Coimbra: Quarteto.
- Sousa, L. (2005). *Famílias Multiproblemáticas*. Coimbra: Quarteto.
- Whitaker, C., & Bumberry, W (1990). *Dançando com a família, Uma abordagem simbólico-experiencial*. Porto Alegre: Artes Médicas.