

Codependência e Transgeracionalidade: Estudo de Caso de Codependência sob a Perspectiva da Teoria Transgeracional Boweniana

Daniely Vitor de Albuquerque¹

Eliane Santos Alves²

Resumo

A codependência é definida como uma condição emocional, psicológica e comportamental, um padrão relacional onde a preocupação e o cuidado com o outro são maiores que o cuidado consigo mesmo. Sabe-se que a codependência existe para além dos lares de dependentes químicos. A partir da prática clínica com casais com padrão relacional de codependência buscou-se investigar se é possível identificar aspectos transgeracionais que propiciem o desenvolvimento deste transtorno. Com base nesta problemática, buscou-se, através de estudo de caso, investigar os enlaces possíveis entre a codependência e transgeracionalidade sob a perspectiva da teoria transgeracional de Bowen. Identificamos que a forma como o sujeito vivencia a triangulação emocional, processo de projeção familiar, processo emocional da família nuclear, processo de projeção multigeracional, posição de nascimento entre irmãos e rompimento emocional e a diferenciação de self dentro de sua família de origem promove a perpetuação da codependência como um padrão repetitivo de funcionamento mal adaptativo.

Palavras-chave: codependência; codependente; transgeracionalidade.

Codependency and Transgenerationality: Case Study of Codependency under Perspective of Bowen's Transgenerational Theory

Abstract

The codependency is defined as an emotional, psychological and behavioral condition, a relational pattern where the concern and care for each other is greater than the self-care. It is known that codependency extrapolates homes with drug addicts homes. From the clinical practice with couples with relational pattern of codependency we sought to investigate whether it is possible to identify transgenerational aspects that favor the development of this disorder. Based on

¹ Psicóloga, Terapeuta Sistêmica de Casal e Família, Terapeuta em EMDR.

² Psicóloga, Especialista em Comportamento Humano, Terapeuta de Casal e Família, Terapeuta em EMDR, Coordenadora, Supervisora e Orientadora de artigo do Curso de Especialização em Terapia Sistêmica de Casal e Família do CEDIPSI.

this issue, it sought, through case study, to investigate the possible links between codependency and transgenerationality from the perspective of Bowen's transgenerational theory. We found that the way the subject experiences the emotional triangulation, family projection process, emotional process of the nuclear family, multigenerational design process, birth place among brothers and emotional breakdown and differentiation of self within their family of origin fosters the perpetuation of the codependency as a repeating pattern of maladaptive functioning.

Keywords: codependency; codependent; transgenerationality.

Introdução

A codependência ainda é um tema controverso dentro da Psicologia, demandando uma atenção especial que subsidie o trabalho terapêutico para com aqueles que sofrem com este transtorno. Zampieri (2004b) descreve a codependência como “uma condição emocional, psicológica e comportamental, como um padrão relacional e como um transtorno de não-identificação do self” (p.68). Ser codependente diz respeito a estar envolvido diretamente com algum dependente químico e, por extensão, ter vivido em um ambiente estressante, parentalizado e permeado por responsabilidades não compatíveis para a idade. A mesma autora salienta ainda que, a existência de doenças crônicas, deficiências físicas ou mentais ou qualquer outra condição rígida que instaure um padrão de relacionamento disfuncional, pode levar ao surgimento da codependência nos membros da família.

Pautados no conceito de Zampieri (2004b) de que a própria construção de um padrão de codependência deva ocorrer transgeracionalmente, buscar-se-á discutir os enlaces possíveis entre a codependência e os aspectos transgeracionais encontrados na Teoria Sistêmica Transgeracional de Murray Bowen, explorando os conceitos de diferenciação de self, triangulação emocional, processo emocional da família nuclear, processo de projeção familiar, processo de transmissão multigeracional, posição de nascimento dos irmãos e rompimento emocional.

Entendemos transgeracionalidade como o que compreende, o que acontece em ou o que diz respeito a várias gerações; é a herança através das gerações (Souza & Carvalho, 2003). É através dessa transmissão transgeracional que as famílias passam aos seus membros valores, crenças, legados, mitos e padrões. Essa transmissão repetitiva de padrões mal adaptados é que perpetua a existência de transtornos dentro das famílias, repetindo a cada geração um sofrimento já experimentado por outros desta mesma família.

Este trabalho se propõe a investigar através da análise destes conceitos aplicados a um estudo de caso, a existência da codependência como um padrão

transgeracional repetitivo mal adaptativo, o que extrapola os lares onde a dependência química existe (Zampieri, 2004b).

Explorar e buscar compreender o fenômeno da codependência mostra-se importante para que este conceito seja bem compreendido e aplicado; para que auxilie no diagnóstico e na intervenção terapêutica, a fim de promover a identificação dos padrões transgeracionais repetitivos e disfuncionais do passado, integrá-los no presente e produzir mudanças que alcancem as gerações futuras.

Codependência

A dependência química é alvo de inúmeros trabalhos científicos, sendo considerada um grave e complexo problema de saúde pública (Prata & Santos, 2009). Considerando que o dependente é um ser em relacionamento com seu meio, é ele o porta voz de um sistema disfuncional. Desta forma recaímos sobre a família codependente, aqueles que são complementares ao dependente e que demandam tratamento e prevenção tanto quanto o dependente (Zampieri, 2004b).

A codependência, porém, não é restrita a familiares de dependentes, manifestando-se em outros contextos e configurações. Zampieri (2012) amplia o conceito de codependência para além da drogadição, englobando toda e qualquer situação disfuncional e persistente onde alguém é reforçado a manter e estimular comportamentos inadequados de outros.

Zampieri (2004b) conceitua a pessoa codependente como:

Pessoa que convive de forma direta com alguém que apresenta alguma dependência química e, em especial, ao álcool. E, por extensão, às pessoas que por qualquer outro motivo crônico viveram uma prolongada relação parentalizada na família de origem, assumindo precocemente responsabilidades inadequadas para a idade e o contexto cultural (p. 63).

Nossa programação geneticamente nos coloca sobre os cuidados de alguém ao nascer, visto que nossa sobrevivência depende destes cuidados. Essa mesma programação também imprime em nós sermos cuidadores de outros seres humanos em outros momentos da vida. Zampieri (2004b) enfatiza que o saudável é manter uma flexibilidade entre as tendências de cuidar e de ser cuidado e que a ênfase dada a uma ou outra tendência é que coloca o sujeito na dependência (ser cuidado na maioria dos papéis que desempenha) ou na codependência (sendo cuidador em seus papéis).

O conceito de codependência nos fala sobre uma tendência compulsiva em cuidar e controlar o outro. É dar foco ao outro em detrimento às suas próprias

necessidades, é uma constante busca por aprovação para sentir-se seguro e ter sua identidade. É a doença da perda da autoestima resultando em sofrimento e prejuízo para o sujeito.

A codependência mostra-se em relacionamentos, diz respeito ao modo de se relacionar. Manifesta-se, segundo Zampieri (2004, 2012), em duas esferas: individual – caracterizando o transtorno de personalidade proposto pela mesma autora, e no grupo sistêmico – onde o grupo todo mostra-se ligado a uma forma disfuncional e inadequada de funcionar.

Diante deste panorama, daremos foco na codependência existente sem que a dependência química esteja presente, considerando que um padrão de comportamento dependente, entendido aqui como tendência a demandar cuidados de outros (ser cuidado), configura-se como suficiente para que dependência e codependência se retroalimentem dentro de uma relação.

Dentro do contexto familiar, a codependência mostra-se como uma forma de lidar e sobreviver dentro do ambiente disfuncional e estressante, sem que se crie possibilidades de sentir-se seguro para fazer suas próprias escolhas (Humberg, 2004) ou a capacidade de separar-se dele, grupo familiar, de maneira saudável. Segundo Bowen, (1988, In Zampieri, 2012) isso refere-se ao conceito de diferenciação de self que abordaremos ao falar de transgeracionalidade.

Nota-se necessário, ao estudar a codependência, averiguar não somente a relação presente em que o sujeito se encontra, mas ampliar o olhar para toda sua história relacional. É preciso investigar os padrões relacionais aprendidos em sua família de origem, existência de dependentes químicos, de doenças crônicas, possível parentalização sofrida e o desenvolvimento em ambiente familiar estressante, reprimido ou não funcional por longos períodos. Não podemos deixar de inserir nesta análise as demais áreas da vida do sujeito, bem como seus relacionamentos nos diversos grupos sociais em que se insere.

Apesar das diferentes definições de codependência encontradas na literatura, este transtorno ainda não foi reconhecido oficialmente, não constando no CID-10 e DSM-V. A proposta de inserir a codependência como transtorno de personalidade é feita por Zampieri (2004a), afirmando ser preciso um aparato teórico consistente para dar base ao diagnóstico e as intervenções necessárias ao se trabalhar a codependência.

Humberg (2004) ressalta que, apesar desse conceito não ter validade diagnóstica, é preciso defini-lo para que o mesmo seja utilizado da melhor forma possível, a fim de oferecer ajuda aos que sofrem com a codependência e evitar que o conceito se torne genérico e seja utilizado de maneira errônea.

Ao explicar os diferentes conceitos de codependência e a história do mesmo, Zampieri (2004a) conclui que, apesar dessa problemática, diversos estu-

dos convergem ao apontar as características mais frequentes encontradas em pacientes codependentes. Geralmente definida como uma condição comportamental, emocional e psicológica, a codependência apresenta características centradas na própria pessoa, centradas no par e no sistema familiar. Para ser reconhecida e diagnosticada como um transtorno é preciso que estas características sejam recorrentes e permanentes, resultando em prejuízo para o funcionamento do sujeito em uma ou mais esferas de sua vida.

A fim de sistematizar o diagnóstico, Zampieri (2012) apresenta uma lista detalhada de sintomas (áreas da vida afetadas) que são divididas nas categorias de ajuda compulsiva (sua prioridade é a necessidade do outro, precisa estar constantemente ajudando para sentir-se útil, assume a maior parte das responsabilidades, controla e invade a vida do outro em nome da ajuda que presta), relacionamentos recorrentes (envolve-se em relacionamentos conflituosos com parceiros emocionalmente instáveis), limites claros (não consegue impor ou respeitar limites, sempre dá uma segunda chance), satisfação ou prazer (dificuldade no relacionamento sexual, prioriza o prazer do outro), sensibilidade e humor (baixa estima, dificuldade de dar e receber carinho, oscilações de humor, baixa tolerância a críticas), infância (sofreu parentalização ou tem familiar drogadito), padrão fixo (mesmo tentando não consegue sair deste padrão).

De modo geral, para se compreender o fenômeno da codependência, é preciso levar em conta a história do sujeito, seus costumes, sua cultura, seus relacionamentos e o sofrimento que advém desta condição. Ao falarmos de codependência nas famílias temos que nos atentar ao fato de que todo o sistema familiar é impactado por ela: fronteiras não são nítidas, os jogos interfamiliares seguem padrões fixos com tendência a repetição pelos descendentes, pais imaturos e emaranhados, filhos triangulados (Zampieri, 2004b).

Uma vez diagnosticada a codependência, entendido seu *modus operandi* e levantando as áreas afetadas pelo transtorno, é preciso agir. O trabalho terapêutico proposto Zampieri (2004b) é o de intervenção em rede, entendido como “intervenção que conte com mais de um subsistema complementar, na relação de codependência” (p.211).

Transgeracionalidade

Entender um sujeito implica em conhecermos sua história de vida, o contexto social no qual se insere e sua família. Não é somente a família nuclear que deve ser observada, conhecer as gerações ascendentes e descendentes (se

houver) nos fornece uma gama de informações que podem nos ajudar a construir um panorama mais amplo do sujeito.

A família é um locus complexo de relações onde os membros que a constituem são reconhecidos enquanto sujeitos e onde constroem seus primeiros vínculos que servirão de modelo para todos os outros vínculos construídos ao longo da vida (Rodrigues & Chalhub, 2009). A família é o nosso primeiro referencial de mundo.

O conceito de transgeracionalidade vem sendo estudado por diversos teóricos em diversas linhas dentro da Psicologia. *Trans*, na definição etimológica, é um prefixo que significa mudança; deslocamento; para além de; através de. Pode-se entender que transgeracionalidade é o que compreende, que acontece em, ou que diz respeito a várias gerações; é a herança psíquica que atravessa as gerações e que se mantém presente ao longo da história familiar (Souza & Carvalho, 2003).

A família transmite aos seus membros valores, crenças, legados, mitos e padrões. Isso acontece através da transmissão psíquica geracional. Essa transmissão psíquica transgeracional compreende tanto aspectos positivos quanto negativos. Os elementos positivos asseguram a sobrevivência transgeracional do grupo familiar, bem como facilita a sobrevivência humana. Já os elementos negativos são aqueles que vêm carregados de conteúdos disfuncionais e mal-adaptados. Esse conteúdo transmitido nem sempre é identificado, elaborado e integrado ao sujeito de forma consciente. E é esse conteúdo transmitido não metabolizado que leva o sujeito a reproduzir, em seus relacionamentos, padrões repetitivos disfuncionais que conduzem ao sofrimento psíquico (Souza & Carvalho, 2010).

Nichols e Schwartz (2007) discorrem sobre a escola transgeracional de Murray Bowen, sendo este, junto a Boszormenyi-Nagy, um dos principais representantes desta escola dentro da terapia familiar sistêmica.

Bowen acredita que temos menos autonomia na nossa vida emocional do que imaginamos, visto que somos fruto de um conjunto de influências recebidas de nossas famílias de origem ao longo do tempo. Ele postula que levamos uma reatividade emocional não resolvida com nossos pais, manifesta na forma de repetição dos padrões em cada novo relacionamento que entramos (1966, In Nichols & Schwartz, 2007).

A teoria de Bowen (1989, In Souza & Carvalho, 2010) define que a família é uma unidade emocional que se concentra em torno de duas forças vitais que se contrabalançam: uma que conduz o sujeito à união com sua família e outra que o impulsiona a se libertar da família rumo à individualização. O ideal é que exista um equilíbrio entre essas suas forças. Quando o desequilíbrio acontece em direção à união, ocorre a fusão, aglutinação e indiferenciação.

Os conceitos bowenianos sobre transgeracionalidade são: diferenciação de self, triângulos, processo emocional da família nuclear, processo de projeção familiar, processo de transmissão multigeracional, posição de nascimento entre irmãos, rompimento emocional e processo societário.

Diferenciação de self

Este conceito é a base da teoria de Bowen, refere-se a capacidade do indivíduo “de pensar e refletir, de não responder automaticamente a pressões emocionais, internas ou externas” (Kerr & Bowen, 1988, In Nichols & Schwartz, 2007, p.110).

Diferenciação diz respeito a separar os processos emocionais e intelectuais; pessoas indiferenciadas são tomadas pela emotividade, são movidas pelo clima emocional de sua família. Apresentam dificuldade em manter sua autonomia e, sob pressão, não conseguem manter em equilíbrio pensamentos e sentimentos.

Pessoas diferenciadas conseguem ser flexíveis, respondem as pressões sem que sejam embargados pelos impulsos emocionais, conseguem manter o equilíbrio entre o sentimento e o pensamento. Elas são capazes de se posicionarem e mantêm sua autonomia; participam do clima emocional de suas famílias de origem sem se deixarem aprisionar por ele (Zampieri, 2012).

Diferenciar-se também diz respeito ao grau de separação que o sujeito tem de sua família de origem (Zampieri, 2012). Nascermos fusionados, indiferenciados da nossa família de origem. Mas é esperado que o sujeito seja conduzido à independência e autonomia, separando-se emocionalmente de sua família e se afirmando enquanto sujeito ativo nesse sistema. Postura que dá ao sujeito a possibilidade de pensar e agir de acordo com suas próprias concepções, ainda que isso contrarie o que é postulado por sua família.

Segundo Zampieri (2012), a teoria Boweniana postula que a ansiedade crônica é resultante do estado de indiferenciação do sujeito em relação a sua família de origem, desta forma, a diferenciação do self seria a solução para a ansiedade crônica.

Triângulos emocionais

O conceito de triangulação diz respeito ao sistema relacional entre três pessoas, formado por uma díade e por um terceiro convidado a participar desta relação no intuito de diminuir ansiedade e aliviar a pressão.

O triângulo acontece quando duas pessoas têm um problema e, por não darem conta de resolverem e por não conseguirem administrar a ansiedade que surge em função do problema, um deles, ou ambos, recorrem a alguém de fora

relação diádica para resolver o problema e aliviar a tensão e ansiedade (Nichols & Schwartz, 2007).

Quando o envolvimento dessa terceira pessoa é temporário ou impulsiona os dois a resolverem seus conflitos, o triângulo não se torna fixo. Mas, se o envolvimento deste terceiro é constante, o triângulo se torna parte do relacionamento. O que determina a triangulação é a posição congelada da díade em relação ao terceiro convidado para a relação. A díade torna-se reativa ao comportamento do terceiro.

A maior influência sobre a manifestação dos triângulos é a ansiedade. Quanto maior for a ansiedade, maior será a atividade do triângulo. Para Ker e Bowen (1988, In Martins, Rabinovich & Silva, 2008) os triângulos são para sempre. Eles permanecem latentes ou ativos conforme as tensões e ansiedades que aparecem na díade.

Processo emocional da família nuclear

Empregado originalmente na teoria de Bowen como *massa de ego familiar indiferenciada*, refere-se às forças emocionais na família que agem ao longo dos anos e através das gerações e que exige do sujeito uma máxima renúncia de sua autonomia para que possa pertencer a família. Quando falamos deste conceito nos remetemos à aglutinação e à fusão na família. As pressões psicossociais sofridas por essa massa de ego indiferenciada propiciam a aglutinação de seus membros.

Nichols e Schwartz (2007) expõe que a falta de diferenciação de self em relação a família de origem leva o casal a um rompimento emocional em relação aos pais, o que conduz a uma fusão dentro do casamento. Com essa nova fusão o casal desenvolve algum recurso para controlar a intensidade dessa fusão. Os recursos encontrados e desenvolvidos são: distância emocional entre o casal, disfunção física ou emocional em um dos conjugues, conflito conjugal e transmissão da tensão para um ou mais filhos que apresentará algum sintoma.

Desta forma, a intensidade deste problema está ligada ao grau de diferenciação de self, à extensão do rompimento emocional da família de origem e ao estresse presente no sistema (Nichols & Schwartz, 2007).

Processo de projeção familiar

É o processo no qual os pais transmitem aos filhos sua imaturidade e indiferenciação. Neste processo, segundo Nichols e Schwartz (2007), o filho em que essa projeção é depositada atinge baixos níveis de diferenciação de self. O

pai ou mãe lança sobre este indivíduo eleito uma preocupação excessiva, emaranhada. Transfere para ele a carga de suas próprias frustrações, não deixando espaço para a diferenciação.

O sujeito depositário desta carga vai ficando cada vez mais infantilizado, prejudicado emocionalmente, o que reforça a preocupação excessiva e perpetua o padrão disfuncional. Em geral, o filho que recebe essa projeção será o terceiro levado a triangular com o casal.

Processo de transmissão multigeracional

O processo de transmissão multigeracional descreve a forma como as famílias transmitem a ansiedade de geração para geração. Martins, Rabinovich e Silva (2008) referem o modo como a ansiedade, transmitida a cada geração através do tempo, conduz o sujeito mais fusionado à família a um nível cada vez menor de diferenciação, enquanto o filho menos envolvido avança para um nível maior de diferenciação. Logo o indivíduo mais fusionado carrega, como seu legado transmitido, a ansiedade.

Esse processo interfere de maneira direta na escolha do parceiro amoroso. Ao se casar, a pessoa menos diferenciada buscará um parceiro que seja correspondente ao seu nível de diferenciação, ou seja, seu parceiro também será pouco diferenciado. Ao formar um par conjugal estes transmitirão aos seus descendentes esse clima de ansiedade. Nichols e Swchartz (2007) expõem que os filhos podem ter diversos níveis de diferenciação de self, porém este não será muito distante do nível alcançado por seus pais. Assim, a ansiedade crônica e a indiferenciação de self, transmitidas como legado transgeracional, tendem a ir aumentando através das gerações.

Posição de nascimento entre irmãos

Bowen, em sua teoria, considera importante observar o lugar que cada pessoa ocupa em sua família de origem, apontando que é possível prever algumas características de personalidade de acordo com a posição fraterna que ocupamos. Segundo Sulloway (1996, In Nichols & Swchartz, 2007) o indivíduo desenvolve em sua personalidade um arsenal de estratégias para, na competição com seus irmãos, garantir um lugar na família.

Além disso, a posição fraterna pode nos falar sobre as possíveis dificuldades que os casais encontraram em seu casamento. Aqueles que se casam com pessoas que ocupam o mesmo lugar fraterno que eles estão mais propensos a

ter mais dificuldade em adaptar-se ao casamento do que aqueles que se casam com pessoas que ocupam uma posição complementar a sua, por exemplo, marido é o primogênito e a esposa a caçula (Martins, Rabinovich & Silva, 2008).

Rompimento emocional

Este conceito refere-se à maneira como os sujeitos lidam com a indiferenciação e a ansiedade associada a ela, através das gerações. Quanto maior é o grau de indiferenciação, maior é a chance de haver um rompimento emocional, pois o sujeito não encontra outra possibilidade para ver-se separado emocionalmente de sua família de origem.

Desta forma, o objetivo do trabalho terapêutico baseado escola sistêmica transgeracional boweniana seria o de promover a diferenciação de self e a des-triangulação de cada pessoa envolvida de sistema triangular mal adaptativo (Zampieri, 2012). É identificar e analisar os padrões repetitivos disfuncionais e possibilitar que o sujeito os integre ao seu self, produzindo mudanças de padrões.

Apresentação do caso e condução clínica

Maria tem 35 anos, é jornalista, José tem 34 anos, é representante comercial. São casados há 7 anos. Maria, procura ajuda psicológica na clínica social do Centro de Diagnóstico e Intervenção Psicológica (Cedipsi) no ano de 2014. A família foi atendida como prática clínica do curso de formação em Terapia Sistêmica de Família e Casal.

Maria está em seu terceiro casamento. Do primeiro relacionamento refere ter sido *loucamente apaixonada*, que o ex-marido era compulsivo sexual e muito mulherengo. Desta relação ela tem um filho, Luis de 14 anos, que, depois de morar com o pai em outro país por 6 anos, agora reside com o casal. Maria relata ainda que casou-se pela segunda vez na tentativa de esquecer o primeiro marido, tendo como fruto deste relacionamento Pedro de 12 anos. O garoto reside com a mãe de Maria em outra cidade.

José também já havia sido casado anteriormente, tendo um filho deste primeiro relacionamento, Carlos, 10 anos, que reside com sua ex-esposa. Sobre este relacionamento, ele relata que viveram bem e que o relacionamento acabou por não terem nada em comum. Não refere grandes problemas ou o motivo específico que conduziu a separação.

Quem procura ajuda é Maria, queixando-se de dificuldade de se adaptarem à convivência com o filho dela, Luis, que há oito meses mora com o casal. Desde

que se uniram, esta é a primeira vez que um dos filhos do casal reside com eles. Além desta queixa, Maria diz que o casal também encontra-se com problemas e solicita ajuda para ambas as queixas.

Com o objetivo de estabelecimento claro de fronteiras entre os subsistemas familiares optou-se por separar os atendimentos de terapia de família, terapia de casal, além de, ao longo do processo, Luis ter sido atendido em terapia individual. Neste trabalho daremos foco à terapia realizada com o casal.

O atendimento ao casal inicia-se com a queixa de que eles estavam com dificuldades em adaptar-se à vida com Luis, a chegada do filho adolescente de Maria trouxe conflitos para a vida do casal. Gomes e Levy (2010) enfatizam ser comum que a queixa trazida ao terapeuta pelo casal diga respeito a questões referentes à parentalidade, onde a indicação mais comum é a realização da terapia familiar. Essa queixa fora trabalhada na terapia de família, alcançando as mudanças almejadas por eles.

Observa-se, em alguns casos, que conflitos ligados a parentalidade apresentam-se como meio para ocultar dificuldades em relação à conjugalidade, temática que é o centro do trabalho com casais e que deveriam ser trabalhadas como prioridade. Nesta situação, segundo Gomes e Levy (2010) os cônjuges não conseguem manter os lugares de homem e mulher, não conseguem perceber-se como marido e esposa, mas perdem-se nos lugares de pai e mãe, neste caso de mãe e padrasto. A queixa de problemas com a parentalidade ocultava que o casal sempre teve problemas no relacionamento, que o único período em que viveram *relativa tranquilidade* foi durante os primeiros oito meses, tempo que namoraram antes de coabitarem maritalmente.

Maria relata que era muito ciumenta, que as brigas entre eles levavam a agressões não só verbais, mas também físicas dela para com ele. José diz que Maria tinha ciúmes de todos, inclusive de seus familiares, pais e filho, e de sua ex-esposa. O casal expõe que as coisas melhoraram (brigas, ciúmes e agressões físicas), depois que ambos passaram a ter uma vida de religiosidade, onde formalizaram sua união no civil e religioso.

José nos fala que Maria, em meio às brigas, ameaçava expor os problemas do casal para os pais dele, fazer escândalo na empresa em que ele trabalhava na época e que isso o impedia de ir contra ela. Ele relata que, por medo dela cumprir as ameaças e no intuito de proteger seus pais, ele cedia a Maria em todas as discussões, atendendo aos pedidos dela. Diversos foram os relatos de tentativas de separação entre o casal, sendo que José desistia, em grande parte das vezes, por preocupar-se em como seria a vida de Maria se ele saísse de casa.

Maria se queixa ao longo das sessões da vida sexual do casal, relatando que o marido não a procurava e que a frequência sexual do casal se restringia

em uma a duas vezes por mês. Maria se diz insatisfeita sexualmente com o marido, e que não o procura mais pois já foi rejeitada por ele. José confirma a narrativa da esposa, e diz que não se sente disposto ao sexo com o ambiente de conflitos em que vivem. Ele relata que não sente desejo por sua esposa, que não tem a necessidade de ter relação sexual e que, quando o faz, é para “cumprir seu papel de marido” [sic].

Quando questionados sobre a convivência com os filhos dos relacionamentos anteriores de ambos, surge um grande conflito: Maria não aceita o relacionamento de José com seu filho biológico, Carlos. José relata que vê o filho muito pouco, que para vê-lo precisa ir até a casa dos seus pais, onde o garoto passa os finais de semana. Carlos não frequenta a casa do casal, pois Maria não o aceita. Quando indagados sobre essa problemática José se diz triste por não poder conviver com o filho e não poder *cuidar* dele como ele foi cuidado pelo pai, como ele cuida do filho de Maria, Luis, mas que o mantém longe para evitar os conflitos. Já Maria é categórica em dizer que jamais aceitará a relação dele com o filho Carlos, que para ela a única solução possível seria a morte do garoto, sendo este o sinal de que eles permaneceriam juntos enquanto casal. Relativo aos filhos de Maria, José os aceita e tem responsabilidades de pai para com Luis, porém não se sente com autoridade para com o garoto, uma vez que este o enfrenta e é protegido pela mãe.

Ao longo do processo Maria sai da sessão decidida a separar-se para que José possa se dedicar ao seu filho e sua ex-esposa. Maria busca consolo em seu filho, Luis, confidenciando com ele os conflitos vividos com o marido, caracterizando, assim, a triangulação da relação. A partir deste ponto Luis se alia a mãe contra o padrasto, declarando, inclusive, que deseja ser o *homem* da mãe dele, fato que é apoiado por Maria através de sorrisos e afagos ao filho. Mãe e filho relatam ainda que Luis, desde seu regresso ao lar, dorme com a mãe em seu quarto, e, às vezes, esta precisa deitar-se com ele até que ele durma em sua própria cama.

Nosso diagnóstico, feito através de entrevistas, coleta de dados e teste, nos apontou estar diante de um casal cujo padrão relacional é o de dependência e codependência. Sendo Maria a dependente e José o codependente.

Um olhar sobre a codependência

Percebemos em José as características mais frequentemente apontadas em um codependente. Utilizando os dados colhidos durante as sessões apontaremos essas características da seguinte forma:

- Tendência forte em cuidar do outro, em detrimento as suas próprias necessidades – permanece no relacionamento com Maria por preocupar-se em como será a vida dela sem ele; abandona seu papel paterno para atender a necessidade de ser cuidador de Maria, dedicando-se exclusivamente a ela;
- Baixa autoestima – sente-se menosprezado, diminuído o tempo todo por Maria;
- Senso de vítima e herói – é atacado constantemente por Maria, mas ainda assim permanece tentando salvar esse casamento;
- Tolerância elástica – sempre desiste dos seus planos de separação, acreditando que Maria irá mudar;
- Dificuldade com limites – não consegue delimitar seu espaço enquanto pai, marido e padrasto
- Oscilação entre desvalia e supervalorização – ao mesmo tempo em que se sente diminuído, sente-se orgulhoso por ser o membro mais requisitado pela família;
- Sentimento de auto piedade, rancor por falta de reconhecimento – como sua autoestima depende do que Maria valida nele, está constantemente com pena de si mesmo;
- Dificuldade em expressar, dar e receber carinho – afastamento emocional e físico de Maria, evitando dar e receber contato físico com ela.
- Grande sensibilidade a críticas – as falas de Maria geram grande impacto nele, mexendo com sua autoestima;
- Relacionamento com pessoas instáveis emocionalmente com dificuldade de sair de tais relacionamentos – o relacionamento com Maria que apresenta comportamento dependente;
- Dificuldades no relacionamento sexual – falta de desejo sexual e o sofrimento implicado em precisar ter relações sexuais com sua esposa.

Conforme a conceituação de Zampieri (2004b, 2012), a codependência é a necessidade compulsiva de cuidar do outro, considerando-o mais que as suas próprias necessidades: esta é a postura de frente a Maria. A codependência de José revela-se também em outras relações familiares, motivo que coloca Maria em sofrimento pois ela deseja que todos os cuidados de José sejam direcionados apenas para ela.

Como exposto por Rodrigues e Chalhub (2009), a família é um locus onde os sujeitos constroem os primeiros vínculos que servirão de modelo para todos os outros vínculos construídos ao longo da vida. Desta forma é preciso conhecer

a história transgeracional de cada um para compreendermos o modo de relacionar-se do casal. A partir deste ponto começamos a investigar a história da família de origem de ambos, dando mais foco a história de José.

Na história da família de origem de Maria podemos ver a presença de um alcoolista, pai de Maria. É possível inferir, a partir deste dado, a existência do padrão transgeracional da dependência em sua família. Sabe-se que ter algum familiar drogadito não é fator determinante para que o sujeito desenvolva a dependência. Porém, consideramos que este dado, aliado a outros aspectos do relacionamento familiar, contribui para que o sujeito repita o padrão de dependência, perpetuando isso transgeracionalmente. Visto que nosso foco é a codependência, não nos aprofundaremos no estudo transgeracional da dependência na família de Maria.

José é o filho do meio entre três irmãos, sendo o mais ligado a família. Refere os pais como bastante presentes e participativos na vida dos filhos. Em especial, relata que seu pai é um homem bastante preocupado, que sempre dedicou muita atenção aos filhos, assim como seu avô se dedicou ao seu pai. Descreve a si mesmo como uma pessoa tranquila, que gosta muito de ajudar, sendo sempre a pessoa requisitada por todos em sua família de origem para prestar favores e solucionar problemas. Os pais recorrem sempre a ele para o que precisam, bem como ele se reporta ao pai sempre que precisa tomar alguma decisão que julga ser importante. Diz que por muitas vezes desistiu de projetos pela não aprovação de seu pai, ainda que ele desejasse e considerasse o projeto viável. Diz que os seus irmãos conseguiram se afastar dos pais e tomarem seus próprios caminhos com muito mais facilidade que ele, que ainda hoje se vê muito ligado aos seus progenitores. Não há nenhuma referência à drogadicção em nenhuma das linhas geracionais estudadas na família de José.

As falas de José sobre sua família nos permite pensar o aspecto transgeracional por onde a codependência se constituiu como padrão familiar repetido por ele em suas relações. O aspecto que dá origem ao padrão codependente na família continua obscuro, porém, o que permanece vivo na família é a própria codependência.

O primeiro aspecto que analisamos é que esse modo de cuidar aprendido por ele é um padrão familiar masculino: o avô cuidava dos filhos desta forma, o pai dele cuidou dos filhos repetindo o modelo. Para ele esse modo de cuidar é o que demonstra seu afeto pelas pessoas, bem como é através do fato de ser útil aos outros que ele se sente importante, digno de ser amado. Zampieri (2004b) fala que é a repetição de padrões que autorregula o sistema, gerando o sentimento de pertencimento ao grupo familiar.

Aqui o padrão aprendido no ambiente familiar mostra-se na forma conjugal. Nessa configuração não há espaço emocional para os filhos, como postula Zampieri (2012). Diante deste quadro os filhos têm três opções: ficar entre os pais (triangulação), se assumir como pais de seus pais (parentalização) ou ficam fora do jogo. Carlos, nessa configuração, fica fora do jogo, sendo negligenciado pelo pai, assim como Pedro, filho de Maria criado pela avó materna. É possível afirmar que Carlos, ainda que não resida com o casal, triangula a relação.

Diante das pressões de Maria vemos José respondendo de forma emocional, fato que o coloca sempre atendendo às demandas de Maria e cedendo às chantagens emocionais dela. Esse modo de funcionar reativo nos remete ao conceito de diferenciação de self. Bowen refere que a não diferenciação de self leva o sujeito a responder de maneira emocional diante das pressões, tendo sua vida movida pela reatividade (Nichols & Schwartz, 2007). José possui um nível baixo de diferenciação de self em relação a sua família de origem, estando ainda fusionado com sua família de origem. Também é possível ver em Maria um self pouco diferenciado, exemplificado em suas respostas tomadas de emotividade, não conseguindo manter um equilíbrio em razão e emoção; assim como José, Maria também está fusionada a sua família de origem. Segundo Zampieri (2004b, 2012) a codependência é o transtorno da não diferenciação de self. Quanto mais desenvolvido e diferenciado for o seu self, menor será a probabilidade de repetir nas relações os padrões aprendidos.

Sobre a triangulação emocional destacamos que é José, em sua família de origem, o membro chamado para solucionar os conflitos e reduzir a tensão resultante deles. Triângulos, segundo Ker e Bowen (1988, In Martins, Rabinovich & Silva, 2008), são para sempre, variando entre ativo e latente de acordo com as demandas das relações. Esta posição triangular é ocupada por ele até hoje em sua família de origem. Já em sua família atual o terceiro convidado a participar da díade conjugal é seu enteado Luis, que atende aos apelos emocionais da mãe unindo-se a ela. Além de Carlos, que mesmo distante, é puxado para dentro dos conflitos conjugais.

Neste ponto podemos levantar a possibilidade desta família já estar transmitindo às novas gerações o padrão de codependência e dependência, pois Luis, ao atender ao chamado da mãe, é despertado à necessidade de cuidar dela, papel que não é seu. Salientamos que essa triangulação gera instabilidade no sistema, podendo levar a uma parentalização de Luis. A parentalização vivida por períodos prolongados dentro da família de origem pode se constituir terreno para a codependência (Zampieri, 2004b).

Quanto ao processo emocional da família nuclear, vemos José indiferenciado de sua família (massa de ego familiar indiferenciada). Por não conseguir essa diferenciação e por pressão de Maria, ele faz um rompimento emocional em relação a seus pais. O rompimento emocional é a forma como o indivíduo lida com sua indiferenciação e com a ansiedade proveniente dela. Quanto maior a fusão maior a chance de rompimento emocional, sem que exista a chance de amadurecimento do sujeito através do seu caminho rumo à diferenciação.

Esse rompimento emocional forçado o coloca em fusão com Maria, reforçando o padrão de codependência entre eles. Porém, como essa nova fusão é instável, o casal produz as situações descritas por Nichols e Schwartz (2007) como respostas ao rompimento: disfunção física ou emocional apresentada por José através da depressão e o conflito conjugal em si que os coloca em terapia.

Conforme descrito por Nichols e Schwartz (2007), os pais transmitem aos seus filhos a sua própria indiferenciação e o filho depositário dessa carga atinge menor nível de diferenciação de self, fica prejudicado emocionalmente e, normalmente, é o terceiro convidado a triangular com o casal. Como já explicitado anteriormente, no processo de projeção familiar, é José, em sua família de origem, o filho que recebe essa transmissão, sendo ele o que atinge menor nível de diferenciação entre os irmãos e o mais vulnerável a problemas.

Martins, Rabinovich e Silva (2008) refere que o processo de projeção familiar, conduz o sujeito mais fusionado a família a um nível cada vez menor de diferenciação, enquanto o filho menos envolvido avança para um nível maior de diferenciação. Vemos esse processo nas falas de José que salienta o avanço dos irmãos para a independência em relação aos pais enquanto ele mesmo ainda se vê preso emocionalmente a eles.

Do mesmo modo, a ansiedade também é transmitida de geração em geração. Esse processo, descrito por Bowen (1988, In Nichols & Schwartz, 2007) como processo de transmissão multigeracional, relaciona-se diretamente com a escolha amorosa do sujeito. Desta forma vemos que José une-se a Maria, que também possui um nível baixo de diferenciação de self. Essa união já é carregada de maior ansiedade do que as uniões das gerações anteriores. Seguindo o processo, a terceira geração virá carregada de uma ansiedade maior, níveis mais baixos de diferenciação de self, perpetuando nessa família esse padrão ao longo das gerações.

A posição fraterna de cada conjugue também é um aspecto que se destaca dentro desta análise. Segundo Martins, Rabinovich e Silva (2008), a posição fraterna pode nos falar sobre as possíveis dificuldades que os casais encontraram em seu casamento. Sob esta ótica José e Maria são complementares. José, apesar de não ser o filho mais velho, é quem desempenha este papel em sua

família. É sobre ele que recai maior responsabilidade dentro do sistema fraterno, despertando uma maior tendência a cuidar dos outros. Já Maria é a única mulher entre oito irmãos, sendo ela a sexta na ordem de nascimento. Sobre Maria recaíram todos os cuidados familiares por ser a única mulher, estando ela sempre a ser cuidada pelos outros.

Aqui vemos o que Zampieri (2012) nos fala a respeito das tendências inatas a ser cuidado e a cuidar. Esses papéis cristalizados em ambos, apesar de complementares, não são saudáveis. Dependente e codependente se retroalimentam de modo a manter o padrão disfuncional ativo na família. Padrão este que, caso não seja rompido, continuará a ser transmitido às futuras gerações.

A queixa inicial, parentalidade, foi trabalhada de maneira exitosa. Luis teve a oportunidade de conhecer toda a carga que estava sendo transferida para ele e se posicionar quanto a isso, saindo do triângulo para o qual ele estava sendo puxado. Uma vez destriangulados, o padrasto foi reintegrado ao convívio pacífico com Luis, fortalecendo os laços e instituindo-o como figura de autoridade ao lado de Maria. O objetivo da terapia sistêmica transgeracional junto ao trabalho com esta família foi alcançado, pois o caminho para a diferenciação de self de Luis foi aberto e a destriangulação ocorreu. A partir deste ponto, onde apenas o trabalho de casal permanece, José e Maria são forçados a lidar com suas questões conjugais.

Considerações finais

A codependência é um transtorno muito mais frequente do que podemos imaginar. Ela acomete homens e mulheres, aparece nos mais diversos contextos de interação humana e gera sofrimentos ao sujeito codependente.

Nem sempre a dependência química é o único meio no qual a codependência aparece, ainda que esse seja um dos meios mais propícios para que ela surja, precisamos nos atentar aos outros contextos que levam a existência da codependência. Percebemos que a codependência pode se configurar como um padrão de relacionar-se aprendido dentro das famílias e por elas transmitido aos seus membros.

Entendemos que a codependência é um padrão mal-adaptativo transmitido nas famílias através das gerações, como uma herança transgeracional. A existência desse padrão coloca o sujeito em sofrimento psíquico, sofrimento este que, na maioria das vezes, não é diagnosticado de maneira correta. A falta de diagnóstico tira do sujeito a possibilidade de lidar com a codependência de modo a resignificá-la e construir um modo de relacionar-se mais saudável.

Maria e José formam um casal cujo padrão de relacionamento é o de codependência. Não é encontrado na família de José a presença de dependentes químicos, o que nos coloca diante da possibilidade de perceber a codependência como um padrão transgeracional nascido em gerações anteriores e repetido por José.

Com o casal o trabalho teve por objetivo identificar e analisar os padrões repetitivos disfuncionais que cada um trouxe de sua família de origem, de modo a possibilitar que cada um integrasse ao seu self esse conteúdo para produzir mudanças de padrões e possibilitar o alcance de níveis mais altos de diferenciação de self. Porém, buscando manter sua homeostase, o casal desiste na terapia quando são colocados frente ao padrão de dependência – codependência com o qual se relacionam. Não atingindo os objetivos desejados na terapia de casal.

É possível perceber a maneira como os aspectos transgeracionais descritos por Bowen em sua teoria influenciam e criam um ambiente familiar emocional propiciador para o surgimento da codependência.

É imprescindível que o sujeito tenha a possibilidade de desligar-se de maneira saudável da sua família de origem, equilibrando as forças opostas de pertencer ao grupo e se constituir como sujeito diferenciado. Se a codependência é o transtorno da indiferenciação de self, promover um ambiente familiar que conduza o sujeito a diferenciar-se é de suma importância.

Entendemos a codependência como um modo de funcionamento mal-adaptativo transmitido pela família entre as gerações e afirmamos ser a psicoterapia uma ferramenta imprescindível na identificação, diagnóstico e tratamento deste transtorno que causa sofrimento a tantos.

Referências

- Gomes, I. C., & Levy, L. (2010). Indicações para uma terapia de casal. *Vínculo* 7(1). Retirado em 25/06/2015, do SciELO (Scientific Electronic Library On-line) http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-24902010000100003&lng=pt&nrm=iso
- Humberg, L. V. (2004) *Dependência do vínculo: Uma releitura do conceito de codependência*. Dissertação de mestrado. Mestrado em Fisiopatologia Experimental. Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, São Paulo. Retirado em 01/06/2015, da Biblioteca Digital de Teses e Dissertações da USP. <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5160/tde-18102005-105706/>
- Martins, E. M. A., Rabinovich, E. P., & Silva, C. N. (2008). Família e o processo de diferenciação na perspectiva de Murray Bowen: Um estudo de

- caso. *Psicol. USP* 19(2), 181-197. Retirado em 25/05/2015, do SciELO (Scientific Eletronic Library On-line) http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-65642008000200005&script=sci_arttext.
- Nichols, M. P., & Schwartz, R. C. (2007). *Terapia familiar: Conceitos e métodos* (7° ed.). Porto Alegre: Artmed.
- Rodrigues, S., & Chalhub, A. (2009). *Amor como dependência: Um olhar sobre a teoria do apego*. Artigo de Graduação não publicado. Graduação em Psicologia. Centro Universitário Jorge Amado, Salvador. Retirado em 11/06/2015, do Psicologia <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0155.pdf>
- Sei, M. B., & Gomes, I. C. (2011). Demandas por atendimento psicológico e a transmissão psíquica transgeracional. *Omnia Saúde* 8(1), 26-35. Retirado em 27/05/2015, do Faculdades Adamantinenses Integradas <http://www.fai.com.br/>
- Souza, C. L. L., & Carvalho, M. A. (2010). *Padrões transgeracionais repetitivos que incidem nas relações familiares*. 2010. Artigo de Especialização não publicado. Especialização em Terapia Sistêmica de Casal e Família. Centro de Estudos de Família e Casal, Salvador. Retirado em 02/06/2015, do Cefac (Centro de Estudos da Família e do Casal) <http://www.cefacbahia.org.br/>
- Zampieri, M. A. J. (2004a) Transtorno de personalidade co-dependente: Discussão sobre a classificação diagnóstica e manifestações sistêmica. *Revista Brasileira de Psicoterapia*; 6(2), 123-134.
- Zampieri, M. A. J. (2004b). *Codependência: O transtorno e a intervenção em rede*. São Paulo: Ágora.
- Zampieri, M. A. J. (2012). *Se amo demais – não amo! Tratando a dissociação e codependência com EMDR, psicodrama e terapia familiar: Um livro pra você completar*. São José do Rio Preto: Raízes do Brasil.

Endereço para correspondência

danielydealbuquerque@hotmail.com
eliane.salves@hotmail.com

Enviado em 14/12/2015

1ª. Revisão em 09/01/2016

Aceito em 27/03/2016