

Estratégias Interventivas para Casais com Histórico de Violência em suas Famílias de Origem¹

Gabriela Berwanger Makosky²

Maria Isabel Wendling³

Resumo

A violência é naturalizada em nossa sociedade como uma forma de resolução de conflitos e punição. É disseminada desde o início da vida, impactando nas futuras relações dos indivíduos, especialmente, a conjugal. O aprendizado de comportamentos violentos pode influenciar a conjugalidade, trazendo casais à psicoterapia para lidar com suas dinâmicas relacionais. Este estudo buscou compreender as repercussões do histórico de violência familiar para a relação conjugal, bem como quais intervenções terapêuticas podem ser utilizadas nesse contexto a partir do entendimento da Teoria do Apego em Casais, através de uma revisão narrativa de literatura, que se deu nas bases de dados Google Scholar, Scielo e Lilacs, incluindo artigos científicos, teses, capítulos de livros, materiais de anais e dissertações publicados entre 2017 e 2022. Os resultados mostraram que a violência é aprendida culturalmente, sendo naturalizada e validada. Possui um ciclo de difícil identificação, sendo necessário conscientização sobre suas diferentes modalidades, treino de habilidades sociais e manejo de emoções para desenvolver estratégias de resolução de conflitos mais saudáveis na conjugalidade.

Palavras-chave: casais, terapia de casal, violência, intervenções

Interventional Strategies for Couples with a History of Violence in their Families of Origin

Abstract

Violence is naturalized in our society as a form of conflict resolution and punishment. It is disseminated from the beginning of life, impacting the future relationships of individuals, especially the marital ones. The learning of violent behavior can influence conjugality, bringing couples to psychotherapy to deal with their relational dynamics. This study sought to understand the repercussions of the history of family violence on the marital

¹ Trabalho de Conclusão de Curso da Especialização em Terapia Sistêmica Individual, Conjugal e Familiar do Centro de Estudos da Família e do Indivíduo.

² Psicóloga, graduada pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS), Especialista em Terapia Sistêmica Individual Conjugal e Familiar (CEFI), Especializanda em Sexologia Clínica (CEFI), Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil.

³ Psicóloga, graduada pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS), Mestre em Psicologia Clínica (PUCRS), Especialista em Terapia de Casal e Família pelo Centro de Estudos da Família e do Indivíduo (CEFI), Professora do curso de Psicologia (PUCRS), Professora Colaboradora e Orientadora de Trabalho de Conclusão de Especialização (CEFI), Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil.

relationship, as well as which therapeutic interventions can be used in this context based on the understanding of the Attachment Theory in Couples through a narrative literature review, which was carried out in Google Scholar, Scielo, and Lilacs databases, including scientific articles, theses, book chapters, materials from annals and dissertations published between 2017 and 2022. The results showed that violence is culturally learned, being naturalized, and validated. It has a cycle that is difficult to identify, requiring awareness of its different modalities, training in social skills and managing emotions to develop healthier conflict resolution strategies in marital relationships.

Keywords: couples, couple therapy, violence, interventions

O relacionamento conjugal é atravessado por diversos desafios e complexidades, especialmente a forma de construir a relação e resolver conflitos. Lima (2010) aponta que a escolha do cônjuge tende a ocorrer a partir das influências de apego, projetando no outro o que surgiu como modelo de identificação quando criança. Associado a isso, Jonh Bowlby (2015) atribui a repetição do padrão relacional estabelecido nas primeiras relações de proximidade na infância com as figuras de apego (os cuidadores) aos relacionamentos futuros, por conta das representações mentais e expectativas sobre o ambiente e os cuidadores. A partir disso, surgem estruturas cognitivas e regras internalizadas nas interações desde muito cedo. Assim, o tipo de apego, a forma de construir vínculos e se relacionar, tende a se repetir nas demais relações ao longo da vida. Ambos os autores enfatizam a alta influência das relações primárias de nossa vida nas formas como se constroem as relações futuras, e Murray Bowen, através de sua teoria de desenvolvimento humano, contribui para tais ideias.

Para Bowen (1991), o ser humano é produto do contexto familiar, multigeracional, social, cultural e histórico, mas principalmente, dos processos emocionais desenvolvidos e adquiridos pelos grupos de que faz parte, em especial, a família. O autor traz o conceito de diferenciação de self, que é quando um indivíduo mantém seus laços de afeto com a família, mas não está mais enredado nessa conexão emocional extrema, conseguindo adquirir autonomia e autocontrole sobre sua vida sem se deixar levar pelos mandatos emocionais aprendidos, havendo um equilíbrio entre o pertencimento e a individuação. Contudo, não são todos que conseguem adquirir essa autonomia, mesmo experienciando outros aprendizados fora da família de origem. Acabam carregando consigo essa dificuldade em se desvencilhar do que é posto pelos familiares para outros relacionamentos, não conseguindo ver outras possibilidades de se relacionar e ver a si mesmo que não as trazidas desse grupo (Bowen, 1993). Junto disso, Bowen traz que é comum que indivíduos

desenvolvam relacionamentos com pessoas que tenham graus de diferenciação similares aos seus, o que contribui para dificuldades relacionais, especialmente na comunicação e resolução de conflitos. Nesse universo, pode se apresentar a violência intrafamiliar, que um ou ambos os cônjuges podem trazer de suas famílias de origem e vai influenciar a construção dessa relação.

A violência intrafamiliar é uma temática ainda muito velada em nossa sociedade. Até pouco mais de uma década, muitos países tendiam a negligenciar sua existência. Hoje, existem leis em muitos deles que facilitam intervenções, mas a situação não deixa de ser complexa (Nothhaft & Lisboa, 2021). Segundo o art. 7º da Lei nº 11.340 (2006), “Lei Maria da Penha”, trata da violência contra a mulher e medidas de proteção, estabelecendo algumas formas gerais de violência, levando em consideração que outras condutas podem se enquadrar nesses contextos, sendo elas: a) a violência física; b) a violência psicológica; c) a violência sexual. d) a violência patrimonial; e) a violência moral (BRASIL, 2006). Os tipos de violências que mais acometem os casais, conforme Razera et al (2018), são: violência física, quando uma ação voluntária provoca danos ou lesões físicas; violência psicológica, quando há xingamentos, humilhações e desvalorizações; violência sexual, quando qualquer ato sexual é perpetrado sem o consentimento de pelo menos uma das partes. Marshall Rosenberg (2006) traz que a violência se torna uma saída para a resolução de conflitos aprendida ao longo da vida pela cultura e a educação dos grupos de que cada indivíduo faz parte. Dessa forma, os autores referem-se à violência como sendo originada desde muito cedo, através da aprendizagem de padrões relacionais que vão se reproduzindo para outras relações. Sendo assim, a relação conjugal tende a sofrer tais influências, o que ocasiona conflitos e dificuldade de resolvê-los, levando muitos casais à psicoterapia conjugal.

As abordagens de psicoterapia de casal têm resultados, através de seus métodos, de forma isomorfa à psicoterapia individual com indivíduos que possuem problemas de apego, comunicação e resolução de conflitos, possibilitando melhorias na qualidade da relação conjugal (Costa et al, 2017). Os autores, através de sua revisão sistemática, enfatizam que, para resolver conflitos, os terapeutas devem estar atentos à forma como é expressa a comunicação, a empatia, o perdão, o apoio mútuo e a confiança, bem como à maneira como são resolvidos os problemas pelos integrantes do casal no setting terapêutico. Ademais, Lima (2010) traz que a forma como um cônjuge se relaciona e resolve conflitos com o outro tende a ser altamente influenciada pelo tipo de apego que vivenciou em suas primeiras relações na infância. Costa et al (2017) aponta que a psicoterapia sistêmica é uma das estratégias de tratamento eficazes para questões conjugais. Por essa razão, este trabalho busca compreender as repercussões do histórico de violência

familiar para a relação conjugal, bem como quais intervenções terapêuticas podem ser utilizadas nesse contexto a partir do entendimento da Teoria do Apego em Casais.

A escolha do tema desta revisão bibliográfica se deve ao interesse e às experiências da pesquisadora em seu trabalho como psicóloga clínica ao atender indivíduos e casais com histórico de violência em suas famílias de origem. Além disso, trata-se de uma temática relevante, podendo produzir reflexões para psicoterapeutas e novas possibilidades de intervenções.

Método

Esta revisão narrativa da literatura foi realizada de fevereiro de 2022 a maio de 2022, sendo conduzida nas bases de dados Google Scholar, Scielo e Lilacs utilizando os descritores [casal OR conflito conjugal OR escolha conjugal OR violência] AND [psicoterapia OR terapia de casal OR intervenções terapêuticas] e os termos equivalentes em inglês: “couple”, “marital conflict”, “marital choice”, “violence”, “psychotherapy”, “couple therapy”, “therapeutic interventions” para averiguar se há diferenças de publicações dentre os idiomas. Foram incluídos artigos científicos, teses, capítulos de livros, materiais de anais e dissertações na revisão publicados entre 2017 e 2022.

Resultados e Discussão

Com o intuito de oportunizar um melhor entendimento da temática discutida e responder detalhadamente o objetivo pretendido e suas especificidades, serão abordados três tópicos que, interligados, norteiam como aplicar as estratégias na prática através do contexto focado. O primeiro tópico abordará a escolha conjugal e as influências da família de origem; o segundo, a violência entre parceiros íntimos; e o terceiro, as intervenções que podem ser utilizadas com casais que possuem histórico de violência em suas famílias de origem.

A Escolha Conjugal e as Influências da Família de Origem

A construção de um relacionamento conjugal é permeada por complexidades, dentre elas, os aprendizados trazidos por cada cônjuge de sua família de origem. Trata-se da transgeracionalidade, que abrange os legados, mitos, crenças e demais heranças psicológicas transmitidas de uma geração para outra na família, influenciando as expectativas sobre o casamento (Schulz & Colossi, 2020). Schulz e Colossi (2020) trazem que o indivíduo consegue moldar seus legados conforme sua própria singularidade na medida

em que se desenvolve. Isso só se torna possível a partir das experiências que os indivíduos vivenciam fora do contexto familiar e, conforme suas flexibilidades, quando se permitem descobrir as suas formas de viver os mandatos familiares e os relacionamentos. Consoli et al. (2018) trazem que existem “filtros” adquiridos nas primeiras relações que moldam expectativas e influenciam as escolhas pessoais de ações e relacionamentos em diversos contextos. Os indivíduos também adquirem outros “filtros” fora do sistema familiar, o mais comum para vivenciar as primeiras relações, o que contribui para as diferenças entre as pessoas.

Andolfi (2018) carrega diversas questões que são trazidas das famílias de origem e passadas para as gerações futuras na constituição de um casamento. Uma dessas questões trata dos mitos, que são crenças, com elementos reais e imaginários, que influenciam como uma realidade é interpretada. Por essa razão, conhecer as vivências dos casais e suas perspectivas sobre o que é um relacionamento saudável é fundamental para adentrar o contexto singular de cada relacionamento, que também sofre influências da realidade social e financeira. A escolha do cônjuge perpassa todas essas questões, sendo que a similaridade de personalidade entre os cônjuges está ligada ao sucesso e satisfação do relacionamento e as características complementares contribuem para um conjunto diversificado de estratégias para lidar com as tarefas a serem cumpridas pelo casal (Delatorre & Wagner, 2021).

Schulz e Colossi (2020) abordam que a vida conjugal está relacionada à união dos legados de cada cônjuge para a organização de um padrão relacional próprio no âmbito conjugal e da família que se está constituindo, alinhando ideais, singularidades, crenças e heranças que querem manter de suas origens, o que pode ser um grande desafio devido ao peso das últimas. Por isso, os profissionais podem compreender melhor a dinâmica conjugal de cada casal, trabalhando não somente os conflitos e as formas de se relacionar dos parceiros, como também os aspectos transgeracionais presentes na conjugalidade.

Bowlby (2015) definiu o apego como indispensável para a sobrevivência, pois nos aproxima de figuras protetoras em situações estressoras, com a intenção de obter segurança, proteção e construção de vínculos. Dessa forma, o amor na vida adulta e a escolha de um parceiro ou parceira tendem a ser uma revivência das primeiras experiências de apego da infância. Crianças que tiveram pais responsivos às suas necessidades conseguem construir mais segurança e confiança nos parceiros, já crianças que tiveram práticas parentais inconsistentes ou até abusivas têm mais desconfiança e insegurança em seus vínculos. Sendo assim, o apego é transmitido entre as gerações familiares e tem impacto nas demais relações ao longo da vida e no que esperar delas (Murta et al., 2019).

Tosta e Cassepp-Borges (2021) acrescentam que o comportamento de apego não é totalmente herdado dos cuidadores, pois pode ser desenvolvido a partir de outras vivências de apego fora do ambiente originário. Pessoas com apego evitativo, que sentiam que não podiam contar com seus pais durante a infância, tendem a se afastar de pessoas controladoras, sendo menos propensas a permanecerem em relações violentas. Já pessoas com apego ansioso tendem a sentir medo de perderem seus parceiros ou parceiras, controlando mais os impulsos de sair dessa relação. Agressores tendem a apresentar, mais significativamente, padrões de apego desorganizado devido a vivências traumáticas ou intensas, dificultando o senso de segurança e a tolerância à frustração.

As estratégias de resolução de conflitos aprendidas nas famílias de origem influenciam como os cônjuges irão vivenciar outros conflitos nos relacionamentos conjugais. As experiências advindas desse sistema que tendem a afetar de forma mais intensa relacionamentos futuros são violência física perpetrada por cuidadores, pais com oscilações emocionais constantes, negligência física, estilos parentais disfuncionais e desacordo parental, como na criação dos filhos e violência entre os cônjuges (Razera et al, 2021). A inexistência de apoio, comum em homens que cometem violência, pode indicar a presença de negligência afetiva por parte das pessoas que deveriam exercer o papel de cuidadores. Estes não demonstram ter a disposição necessária ao cuidado, utilizando espancamentos como disciplina, o que reflete a raiva e a falta de habilidade para educar e cuidar (Brasco & Antoni, 2020). Razera et al. (2021) abordam que homens e mulheres que são vitimizados ou perpetram violência em suas relações conjugais permanecem nesse padrão comportamental por conta dos eventos violentos que experienciaram ou testemunham em suas famílias de origem, apesar de os homens sofrerem mais de efeitos negativos da negligência parental do que as mulheres. Por essa razão, a violência entre parceiros íntimos, que pode ocorrer entre namorados, não só com cônjuges, é urgente de ser observada e trabalhada.

Violência entre Parceiros Íntimos

A violência por parceiro íntimo, também chamada de violência conjugal, considera todo o tipo de agressão ocorrida em relacionamentos íntimos, podendo acarretar danos à saúde física e mental dos envolvidos, ultrapassando esse subsistema e atingindo também outros membros da família que, em muitos momentos, a testemunham, como os filhos (Razera et al, 2018). Através da interação com as pessoas e com situações, as crenças se formam e a própria família acaba disseminando-as. As práticas violentas nos relacionamentos podem ocorrer desde muito cedo nas relações amorosas, como nos namoros em que há

o *stalking*, quando alguém persegue o/a parceiro/a em locais públicos ou telefona incessantemente, causando medo e preocupação pela própria segurança. A violência no namoro representa um fator preditivo para a continuidade da violência nos relacionamentos íntimos na adultez (Arnoud et al., 2021).

A violência como forma de resolução de conflitos acaba sendo difundida de forma naturalizada pela sociedade, cultura e relações de poder.. As mulheres, as maiores vítimas dessa violência difundida, acabam apresentando baixa autoestima, o que dificulta a saída dos relacionamentos violentos. Já em homens, há mais predisposição a utilizar a violência como recurso de resolução de problemas e tanto a baixa autoestima quanto a autoestima excessivamente elevada contribuem para atos violentos em prol de autodefesa e demonstrações de afeto, como ciúmes, cuidado etc. (Paiva et al., 2017). Dessa forma, Paiva et al. (2017) trazem que um trabalho focado na autoestima dos cônjuges costuma prevenir ou cessar o possível uso de estratégias violentas nos relacionamentos conjugais.

Razera et al (2022) trazem que as experiências disfuncionais nas famílias de origem podem influenciar as práticas parentais dos cônjuges. Além disso, a violência sofrida ou cometida por cada genitor pode trazer impactos diversos para a conjugalidade futura dos filhos e sintomas nos mesmos. Porém, cada cônjuge tem a sua singularidade, sendo atravessado por questões sociodemográficas, bem como pelos papéis de gênero, ainda significativos nas relações sociais e conjugais.

Pereira et al (2018), em acréscimo, enaltecem que as práticas de violência representam conflitos de autoridade e lutas por poder, posse e controle, podendo estar relacionadas às desigualdades de gênero e contribuindo não só para problemas de saúde física, mas também de saúde mental. As autoras explicam que os aqueles que cometem violência utilizam os abusos como algo normal para solucionar problemas, tendo consciência desse comportamento e sendo respaldados pela aceitação social desses atos como formas naturais de casais ou homens e mulheres se relacionarem.

Quanto mais elevadas forem as funções executivas, menor a probabilidade de ocorrerem respostas impulsivas frente ao estresse. Por conta disso, os autores trazem a educação como medida preventiva no combate à violência, contribuindo para o desenvolvimento de habilidades executivas. Para tal medida ser colocada em prática, é necessária a ação conjunta de diversos setores da sociedade para desconstruir as desigualdades e preconceitos que ainda normalizam as diferentes formas de agressões. Além da educação sobre a violência em si, o ensino educacional, de forma geral, minimiza riscos de sua ocorrência (Reis et al, 2021).

Falcke et al (2017) ainda fortalecem que a duração do relacionamento, a idade dos parceiros, a existência de filhos, a renda, a escolaridade, o fato de não trabalhar fora, o abuso de álcool e outras drogas, ter sido vítima ou testemunha de violência na infância, não ser casado oficialmente, com cerimônia e registro, e não praticar uma religião estão associados com a ocorrência de violência em casais. Por haver inúmeras formas de expressão, muitos cônjuges não sabem reconhecer interações violentas, especialmente as agressões psicológicas, o que dificulta a prática de estratégias para resolução desse fenômeno.

Ciclo da Violência no Relacionamento Conjugal

A forma como a socialização ocorre permite e estimula que a violência ainda seja utilizada como forma de resolução de conflitos. Dessa forma, a violência familiar tende a ocorrer com frequência, sendo caracterizada como aquela que ocorre entre pessoas que se consideram ou são efetivamente aparentadas, sem a necessidade de vínculo sanguíneo (Curia & Zamora, 2021). Conforme Curia e Zamora (2021), existe a característica cíclica que dá forma à dinâmica da violência nos relacionamentos abusivos. Em 1979, Lenore Walker propôs o termo *Ciclo da Violência* para explicar o que ocorria nas relações violentas e que apresenta três fases: tensão no relacionamento, episódio agudo de violência e lua de mel (Walker, 1979).

A primeira fase do ciclo é quando o estresse e tensões emocionais se acumulam no casal a partir de discordâncias, por exemplo. Ocorrem violências mais sutis, como cobranças, chantagens emocionais e manipulações, características da violência psicológica. Já a fase aguda, também chamada de agressão, é quando o parceiro é violento de forma que tenha a intenção de agredir a parceira. Pode ser que haja xingamentos, tapas, ameaça verbal, socos, destruição de coisas pela casa ou pertences da mulher, gritos e acusações. Qualquer um dos cinco tipos de violência (psicológica, moral, patrimonial, sexual e física) pode estar presente nesta fase e é muito comum que mais de um ocorra. Já a fase da lua de mel traz um suposto arrependimento do agressor e o casal reata. O agressor pede desculpas, chora, tenta se justificar e a vítima pode ficar confusa, até se culpar. O sentimento dele pode ser genuíno, mas não consegue colocar as promessas de não agressão em prática e o ciclo se reinicia (Walker 1979).

É muito difícil para alguém se dar por conta que está em um relacionamento violento devido ao ciclo descrito anteriormente. Quem pratica a violência manipula a vítima, em sua maioria mulheres, fazendo-a pensar que é a culpada. A vítima tenta agradá-lo em demasia, pois acredita que as coisas vão melhorar por conta do companheiro ser mais afetivo por um tempo (Pereira et al., 2018). As autoras acrescentam que a mulher fica em constante estado de vigilância e insegurança, como medo, não conseguindo se comunicar

e presa na relação sem conseguir sair, necessitando de uma rede de apoio forte e escuta qualificada, que auxilie nas possibilidades de como sair dessa situação. Além disso, as vítimas começam a duvidar de si mesmas, o que gera grande sofrimento e diversos outros sintomas, como insônia, ansiedade, depressão, Transtorno de Estresse Pós Traumático (TEPT), tentativas de suicídio etc.

Murta et al. (2019) reconhecem as dimensões culturais, os grupos de afinidade, as relações familiares e a singularidade de cada indivíduo, especialmente suas formas de resolver conflitos e lidar com as emoções, como fatores de risco para a violência nos relacionamentos amorosos. Apesar de poucos estudos, alguns fatores protetivos estão associados ao apego, à educação, à alta inteligência verbal, à empatia e à qualidade da relação com cuidadores na infância. Sendo assim, algumas iniciativas de prevenção à violência em relações seriam benéficas desde a juventude, como o ensino de habilidades de regulação das emoções e de manejo de conflitos, bem como a validação das necessidades de oferta de apoio e empatia pelo outro. Também, conforme Delatorre et al. (2017), pessoas com pós-graduação utilizaram mais resoluções positivas nos relacionamentos, manejando emoções e utilizando mais habilidades cognitivas para negociações do que aquelas com menor grau de instrução educacional. As autoras acrescentam que a prática de uma religião e ter passado por um processo psicoterápico também auxiliam a expressão de emoções e a resolução de conflitos. Arnoud et al. (2021) fortalecem a ideia de que o ensino de habilidades sociais e de vida são protetivos à ocorrência de situações violentas nos relacionamentos românticos por promoverem comportamentos que favorecem a saúde, contribuem para manejos mais saudáveis das demandas do dia a dia e ampliam as redes de apoio nos grupos sociais.

Ainda existe uma carência de espaços para discussão e educação sobre o fenômeno da violência em relacionamentos, o que gera desafios para a convivência e resolução de conflitos entre os cônjuges. Muitos deles acabam em psicoterapia conjugal, sendo necessárias estratégias específicas para o manejo de tais demandas.

Intervenções Psicoterápicas com Casais

Neumann et al (2019) trazem que é grande equívoco dos casais é acreditarem que o funcionamento da relação será o mesmo para sempre, pois os cônjuges sofrem inúmeras influências e transformações ao longo as fases do ciclo vital, o que tange diferentes desafios que precisam e exigem adaptações para serem enfrentados ao longo do desenvolvimento e amadurecimento. Muitos parceiros acreditam que já conhecem tudo um do outro, fazendo inúmeras suposições, o que ocasiona conflitos e a evitação de um diálogo mais

aberto e saudável, reduzindo a conexão emocional entre eles. Consequentemente, não conseguem compreender o que o outro espera ou quer (Neumann et al, 2019). Quando há histórico de violência na história de vida dos cônjuges, esse desafio passa a ser mais complexo em virtude das aprendizagens de resolução de conflitos trazidas para o ambiente conjugal. Diversas estratégias foram encontradas para trabalhar com casais que possuem histórico de violência em suas famílias de origem e que possuem comportamentos violentos ao resolver conflitos. Algumas proporcionam ressignificações e aprimoramento de habilidades. O uso do desenho no espaço psicoterápico para casais oferece um discurso mais original em relação ao discurso pronto e saturado trazido como o único possível pelo casal. É uma linguagem que traz um novo significado e é menos agressiva e restritiva, ampliando a visão sobre os eventos e o funcionamento da relação conjugal (Biagi-Borges & Rasera, 2017). Os autores trazem que o desenho permite discursos mais construtivos, viabilizando um desarme das armadilhas na relação conjugal, e o entendimento do ponto de vista do outro, favorecendo a empatia e as estratégias para resolução de conflitos. Além disso, quando se pede que cada cônjuge faça um desenho expondo sua visão do relacionamento, eles se tornam mais participativos e integrantes de seu próprio processo.

Cardoso e Neufeld (2018) abordam que, na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) com casais, o terapeuta deve utilizar o empirismo terapêutico e estimular que os cônjuges participem ativamente de seu processo, ajudando a construí-lo e conduzi-lo com o passar do tempo. Os autores trazem que é fundamental a utilização da conceitualização cognitiva como estratégia para entender a dinâmica do relacionamento conjugal, as crenças e processamentos cognitivos de cada um e formas de resolver conflitos, bem como recuperar ou manter relações conjugais saudáveis. Dessa forma, menciona a Construção de um Diagrama de Conceitualização Cognitiva para Casais. Torna-se de suma importância a utilização de estratégias que auxiliem a proximidade do casal para chegar em um acordo sobre os problemas, levando sempre em consideração a análise de possíveis distorções cognitivas que podem ser barreiras na hora de lidar com conflitos, que são inevitáveis na conjugalidade devido às personalidades e histórias de vida de cada cônjuge.

Além da conceitualização cognitiva, outras ferramentas da TCC costumam ser benéficas para o tratamento de casais no espaço psicoterápico, dando suporte para atuação para a prevenção e redução de violência física e psicológica entre parceiros íntimos, apresentando melhorias no funcionamento do relacionamento e na comunicação em curto prazo. Porém, não se descarta o auxílio conjunto de autoridades públicas, visto que a forma de se relacionar violenta não deixa de ser um problema de saúde pública (Costa

& Souza, 2022). Junto da TCC, a Terapia Sistêmica apresenta-se como uma abordagem empiricamente validada para o manejo de vínculos violentos entre casais (Razera et al, 2018).

As intervenções em Terapia Sistêmica englobam, tanto no âmbito individual como conjugal, uma nova visão dos fatores que influenciam as dinâmicas violentas, auxiliando na redução das mesmas. Porém, é necessário avaliar com cautela e rigor quando a terapia de casal é ou não apropriada, e a melhor forma de encaminhamento (Razera et al, 2018). O trabalho terapêutico com casais que enfrentam violência exige extrema atenção aos fatores estruturais e emocionais.

A violência entre parceiros é reforçada por uma dinâmica de poder desequilibrada, na qual a dependência emocional e financeira é um dos pilares. Além disso, construções sociais de papéis rígidos e desiguais para homens e mulheres, homens como provedores e mulheres como cuidadoras, promovem uma hierarquia que legitima relações desiguais, reforçando estereótipos de gênero. Para minimizar esses efeitos em psicoterapia conjugal, é necessário que o terapeuta adote uma postura ética e crítica, analisando as estruturas de poder dentro da relação e questionando ativamente as normas patriarcais que frequentemente influenciam as atitudes violentas do agressor. É fundamental criar um espaço onde a vítima se sinta segura para reconhecer e articular as suas experiências de abuso, interrompendo o ciclo abusivo e transformando desigualdades que possam existir nas interações entre os parceiros, trazendo o saudável à tona (Gomes & Coelho, 2023).

Psicólogos devem ser extremamente cuidadosos em suas avaliações e, em âmbito individual, especialmente com as vítimas, proporcionar um ambiente seguro, para resgatar a confiança e autoestima através de uma escuta atenta e especializada, já que a denúncia e o pedido de ajuda costumam ocorrer quando a exaustão se instala (Pereira et al, 2018). Já quanto à modalidade de atendimento, seja online ou presencial, é, mais uma vez necessário considerar o tipo e a severidade dos sintomas, a natureza do tratamento a ser oferecido, a adequação da infraestrutura que o casal ou indivíduo possui para realizar as sessões, como a privacidade, bem como a habilidade deles em utilizar os aparelhos eletrônicos, como foi defendido através de Resolução 04/2020 do Conselho de Federal de Psicologia para atendimentos em casos de risco (Schmidt et al, 2020). As autoras enfatizam a importância de cada terapeuta realizar supervisão com outro profissional mais experiente e manter constante atualização sobre as temáticas trabalhadas e cuidar de seu próprio self, conhecendo suas ressonâncias e crenças em cada caso.

Sotero (2019) traz que a Terapia Focada nas Emoções, mais conhecida como EFT, é uma abordagem válida empiricamente para casais em psicoterapia, podendo ser aplicada em violências leves,

que inicia através de críticas e xingamentos em conflitos. Isso ocorre devido a possuir etapas e passos específicos, gerando mais orientação para os psicoterapeutas, e ter seu foco na forma como o casal constrói sua relação, expressa suas emoções, resolve conflitos e se comunica. O seu principal objetivo é a criação de um vínculo seguro entre os cônjuges pela reconstrução de sua experiência conjugal através do entendimento de que o comportamento de um é uma reação ao comportamento do outro. Assim sendo, serão abordadas questões do que faz cada cônjuge se sentir seguro na relação e conectado emocionalmente, propiciando maior responsabilização de cada um pelo que faz.

Ainda sobre a EFT, ao longo das etapas desse método, os casais se tornam menos aprisionados ao seu ciclo de interação negativa, descontinuando-o. Posteriormente, o parceiro que evita se conectar emocionalmente, muito comum nos casais, identifica e expressa as suas necessidades de vinculação e torna-se mais envolvido emocionalmente, com seu parceiro na terapia. Por último, o parceiro perseguidor, em associação ao evitador, assume o risco de expressar o seu próprio anseio por segurança e cuidado no relacionamento. A EFT proporciona mudanças significativas no perdão, na satisfação sexual e na vinculação do casal, especialmente naqueles que possuem históricos ou traumas de violência em suas histórias de vida, tornando o relacionamento mais satisfatório, com aspectos positivos e negativos, com os cônjuges coexistindo de forma saudável (Sotero, 2019).

Outras estratégias possuem significância ao avaliar como casais resolvem conflitos e, consequentemente, naqueles em que apresentam histórico violento, especialmente escalas e formulários. Uma delas é a versão brasileira do *Conflict Resolution Styles Inventory* (CRSI), um inventário com 16 questões que mede cada um dos itens descritos para melhor entender como são resolvidos os conflitos do casal, se utilizam resoluções positivas, de envolvimento no conflito, de afastamento ou submissão. É baseado na ideia de que a manutenção e a estabilidade do relacionamento são afetadas pelo estilo individual de cada parceiro na resolução de conflitos interpessoais, propiciando desenvolvimento de estratégias para resolver desentendimentos (Delatorre et al., 2017). Outra é a escala *Conflict Tactics Scale* (CTS2), também validada no Brasil, sendo também utilizada para avaliar violência conjugal (Razera et al, 2018).

Além das escalas mencionadas acima, foi encontrado um outro instrumento que proporciona uma representação gráfica dos modelos relacionais de cônjuges, podendo ser mapeados possíveis históricos de violência: o genograma. Um estudo, realizado por Brum et al. (2021), buscou compreender as experiências familiares e conjugais de mulheres em situação de violência conjugal através de 3 mulheres como

participantes, utilizando genograma familiar e a entrevista sobre relações familiares como instrumentos. Através deles, foi possível observar que essas mulheres tinham vivenciado padrões de violência em suas famílias de origem, seja por presenciar agressões entre os pais, ou por serem vítimas de violência parental durante a infância e/ou adolescência, impactando na permanência das participantes em relações violentas na adultez. Torna-se fundamental exercer um olhar ampliado para as situações de violência conjugal, promovendo ações preventivas de práticas educativas não abusivas nas famílias, promovendo um ambiente saudável. Porém, são necessárias algumas soluções "extrapsicoterapia", que podem ser poderosas quando associadas ao processo do casal, como redes sociais e grupos sociais.

Indo para outro setor, com disseminação das redes sociais, diversas páginas e perfis passaram a difundir informações de conscientização sobre violência e cuidados com a saúde, sendo de grande utilidade para a psicoeducação dos casais e manejos a longo prazo para resolução de conflitos e desenvolvimento de autonomia, podendo ser utilizadas como recursos no cenário da psicoterapia (Sousa, 2017). Um cuidado necessário é fazer o exercício constante de empatia e compreensão da complexidade do fenômeno da violência que é experienciado pelas vítimas, seja por quem a sofre diretamente ou por quem a testemunha, e não um julgamento. A supervisão clínica nesse sentido torna-se uma importante ferramenta para trabalhar as possíveis frustrações dos profissionais da saúde quando um casal em ciclo de violência reinicia (Curia & Zamora, 2021).

O que pode desencadear atitudes violentas são os processos adaptativos que os indivíduos desenvolvem para conviver nos sistemas em que fazem parte. Dessa forma, intervir nestes parece ser uma forma efetiva de promover a qualidade conjugal, já que são habilidades modificáveis, que podem ser treinadas e ensinadas para lidar com conflitos e estresses dentro do espaço de psicoterapia conjugal (Delatorre & Wagner, 2021). Outra estratégia interessante para desenvolver novas habilidades e melhorar a relação conjugal é o treino de atenção plena, que se trata de estar atento e consciente aos estímulos internos (pensamentos, emoções ou sensações) e externos (situações, acontecimentos) de forma receptiva, aberta, com aceitação e sem julgamento. Cônjuges que praticam atenção plena reconhecem mais facilmente seus desconfortos e possuem menor reatividade e impulsividade frente às situações, o que proporciona mais flexibilidade e empatia para receber ou dar apoio ao parceiro ou parceira. A partir dessa lógica, estratégias disfuncionais, como ataques ou fuga, tendem a ser minimizadas na resolução de conflitos (Bonh & Mosmann, 2020).

Em suma, estratégias interventivas, tais como grupos psicoeducativos e protocolos de intervenção para casais, devem ser pensadas com a finalidade de favorecer que os casais, especialmente os mais jovens, desenvolvam um contrato de relacionamento claro e coerente, que contemple estratégias construtivas de resolução de conflitos, envolvendo a escuta ativa, a busca pela compreensão e disponibilidade para chegar a um acordo através do diálogo (Falcke et al., 2017). A terapia de casal, no viés da terapia sistêmica, por exemplo, aprimora a comunicação da empatia, da capacidade de perdoar, apoiar e confiar no cônjuge, bem como para o desenvolvimento de estratégias de resolução dos conflitos conjugais. Porém, deve-se atentar para as características dos casais que buscam psicoterapia conjugal, das abordagens e técnicas mais utilizadas pelos profissionais, bem como dos resultados alcançados com as intervenções. A adesão ao tratamento, os processos psicoterapêuticos e os resultados obtidos podem variar em função da formação dos terapeutas e das características culturais (Costa et al, 2017).

Considerações Finais

O estudo buscou compreender que estratégias interventivas podem ser utilizadas no contexto de casais com histórico de violência em suas famílias de origem. Não foi encontrado praticamente nenhum artigo sobre psicoterapia com casais homossexuais. Apenas dois foram encontrados, mas não puderam ser utilizados nessa revisão por não cumprirem o critério de tempo de publicação. Em compensação, o número de artigos envolvendo casais heterossexuais foi significativo, denotando uma extrema necessidade de mais estudos na área abrangendo diferentes configurações conjugais.

Os dados mostraram que indivíduos aprendem formas de se relacionar desde a infância com seus cuidadores, suas figuras de apego. Esses padrões relacionais não se desenvolvem só por vivências de prazer, mas também de sofrimento, como testemunhar ou sofrer violências. As experiências de violência relacional possuem um ciclo, que são difíceis de serem identificados e cessados por seu início sutil, especialmente, por iniciarem com falas negativas, comuns em conflitos. A questão está na quantidade e na evolução com o passar do tempo, que pode se agravar, trazendo inúmeros riscos e prejuízos para a vida dos envolvidos.

Por ser uma temática complexa e uma forma de se relacionar aprendida e ainda muito difundida em nossa sociedade, a violência dentro das relações necessita de uma intervenção mais especializada para cada caso, além de poder proporcionar mais ferramentas aos psicoterapeutas em seu trabalho para auxiliar

casais na resolução de seus conflitos. Os dados mostraram que se deve avaliar a frequência, intensidade, estratégias utilizadas, tempo de relacionamento e a existência ou não de filhos para se pensar em quais intervenções utilizar em casos de violência. Porém, pode-se destacar a terapia sistêmica para casais, o uso de conceitualização cognitiva, a terapia focada nas emoções, algumas escalas validadas e, especialmente, a psicoeducação sobre emoções e treino de habilidades sociais como as estratégias que podem ser válidas para minimizar e até prevenir formas violentas de resolver conflitos entre casais. Ainda assim, são necessárias ações de diversos campos, visto que a conscientização, educação e aplicação de leis, a longo prazo, se mostram intervenções eficazes e parceiras da psicoterapia conjugal no manejo da temática de violência, que ainda gera grandes desafios e discussões para governos e sociedades.

Referências

- Andolfi, M. (2018). *A terapia familiar multigeracional: Instrumentos e recursos do terapeuta*. Belo Horizonte: Artesã.
- Arnoud, T. de C. J., Bordini, T. C. P. M., Moura, J. Q. de, & Inda, C. A. de O. (2021). Violência de gênero no namoro entre adolescentes: Fatores de risco e programas de intervenção. In J. C. Zamora & L. F. Habigzang (Orgs.), *Contribuições da psicologia para o enfrentamento da violência contra a mulher: Aspectos teóricos e práticos* (1ª ed., pp. 371–407). Editora Dialética.
- Biagi-Borges, A. L. de, & Rasera, E. F. (2017). O uso do desenho em terapia de casal. *Psicologia Clínica*, 29(3), 495–517.
- Bonh, M., & Mosmann, C. P. (2020). O papel discriminante das estratégias de resolução de conflitos conjugais nos níveis de mindfulness. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 38(3), 1–15.
- Bowen, M. (1991). *De la familia al individuo: la diferenciación del sí mismo em el sistema familiar*. Paidós.
- Bowen, M. (1993). *Family therapy in clinical practice* (Ed. Digital). Jason Aronson.
- Bowlby, J. (2015). *Formação e rompimento de laços afetivos* (5ª ed.). São Paulo: Martins Fontes.
- Brasco, P. J., & Antoni, C. de. (2020). Violências intrafamiliares experienciadas na infância em homens autores de violência conjugal. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 40, e218119, 1–16.
- Brum, Rayssa Reck, Pereira, Caroline Rubin Rossato, Rodrigues, Tatiane Pinto, & Santos, Andressa Nascimento dos. (2021). Transgeracionalidade e violência: um estudo com mulheres vítimas de relações conjugais violentas. *Psicologia em Pesquisa*, 15(3), 1-28.
- Cardoso, B. L. A., & Neufeld, C. B. (2018). Conceitualização cognitiva para casais: Um modelo didático para formulação de casos em terapia conjugal. *Pensando Famílias*, 22(2), 172–186.

- Consoli, N., Bernardes, J. W., & Marin, A. H. (2018). Laços de afeto: As repercussões do estilo de apego primário e estabelecido entre casais no ajustamento conjugal. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 36(2), 315–329.
- Costa, C. B., Delatorre, M. Z., Wagner, A., & Mosmann, P. C. (2017). Terapia de casal e estratégias de resolução de conflito: Uma revisão sistemática. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 37(1).
- Costa, J. B. de O., & Souza, D. de M. M. (2022). A eficácia da terapia com casais. In D. de M. M. Souza & F. M. dos S. Souza (Orgs.), *Ciências do comportamento: Questões atuais, desafios e possibilidades* (pp. 67–82). Schreibern.
- Curia, B. G., & Zamora, J. C. (2021). A dinâmica e o rompimento da violência por parceiro íntimo: Compreensão integral e atuação da Psicologia. In J. C. Zamora & L. F. Habigzang (Orgs.), *Contribuições da psicologia para o enfrentamento da violência contra a mulher: Aspectos teóricos e práticos* (1ª ed., pp. 92–128). Editora Dialética.
- Delatorre, M. Z., Scheeren, P., & Wagner, A. (2017). Conflito conjugal: Evidências de validade de uma escala de resolução de conflitos em casais do sul do Brasil. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 35(1), 79–94.
- Delatorre, M. Z., & Wagner, A. (2021). A relação conjugal na perspectiva de casais. *Ciencias Psicológicas*, 15(1), 1–20.
- Falcke, D., Boeckel, M. G., & Wagner, A. (2017). Violência conjugal: Mapeamento do fenômeno no Rio Grande do Sul. *Revista Psico*, 48(2), 120–129.
- Gomes, M. C., & Coelho, M. V. (Orgs.). (2023). *Estudos feministas e de gênero: Articulações*. Editora Exemplo.
- Lima, G. Q. (2010). *História de vida e escolha conjugal em mulheres que sofrem de violência doméstica* (Tese de Mestrado). Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.
- Marshal, R. B. (2006). *Comunicação não-violenta: Técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais* (4ª ed.). Ágora.
- Murta, S. G., Pires, M. R. P., Tavares, A. S., Cordeiro, M. A., Teixeira, E. G., & Adorno, N. (2019). Intimidade e apego no namoro: Implicações de estudos de caso para prevenção à violência. *Contextos Clínicos*, 12(1).

- Neumann, A. P., Falcke, D., Mosmann, C. P., & Wagner, A. (2019). Adesão aos mitos da conjugalidade por homens e mulheres: Associações com qualidade e conflito conjugal. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 10(3), 66–84.
- Nothaft, R. J., & Lisboa, T. K. (2021). As intervenções com autores de violência doméstica e familiar no Brasil e suas relações com a Lei Maria da Penha. *Cadernos Pagu*, 61.
- Paiva, T. T., Pimentel, C. E., & Moura, G. B. de. (2017). Violência conjugal e suas relações com a autoestima, personalidade e satisfação com a vida. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 10(2), 215–227.
- Pereira, D. C. de S., Camargo, V. S., & Aoyama, P. C. N. (2018). Análise funcional da permanência das mulheres nos relacionamentos abusivos: Um estudo prático. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 20(2).
- Razera, J., Bedin, L. M. T., Mosmann, C. P., & Falcke, D. (2022). Família de origem e conjugalidade: Considerações sobre a direcionalidade da violência. *Revista da SPAGESP*, 23(1), 30–43.
- Razera, J., Bedin, L. M. T., Oliveira, E. L. de, Mosmann, C. P., & Falcke, D. (2021). Experiences within the family of origin and intimate partner violence: A dyadic model analysis. *Paidéia*, 31, e3122, 1–9.
- Razera, J., Gaspodini, I. B., Oliveira, E. L. de, Neis, L. F., & Falcke, D. (2018). Terapia de casal em contextos de violência conjugal: Revisão integrativa da literatura. *Contextos Clínicos*, 1(2), 197–205.
- Reis, L. N. dos, Cavalin, L. A., Vidigal, B. A. A., Vieira, S. N., Scherer, E. A., Ventura, C. A. A., & Scherer, Z. A. P. (2021). Violência doméstica e a relação com a inteligência executiva. *Ciências & Cognição*, 26(1), 94–103.
- Schmidt, B., Silva, I. M. de, Pieta, M. A. M., Crepaldi, M. A., & Wagner, A. (2020). Terapia on-line com casais e famílias: Prática e formação na pandemia de Covid-19. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 40, e243001, 1–15.
- Schulz, C., & Colossi, P. M. (2020). A transmissão transgeracional dos modelos conjugais. *Pensando Famílias*, 24(1), 45–66.
- Sotero, S. (2019). *EFT e a mudança na conjugalidade: Um estudo de revisão sistemática* (Tese de Mestrado). Universidade de Coimbra.
- Sousa, F. K. M. (2017). Narrativas sobre relacionamentos abusivos e mudança de sensibilidades do que é violência. In Fundação Escola de Sociologia e Política de São Paulo (Eds.), *Anais do VI Seminário da FESPSP* (pp. 1–10). FESPSP.

Tosta, A. de S., & Cassep-Borges, V. (2021). Entendendo os relacionamentos íntimos com comportamento abusivo por meio da teoria do apego. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 55, e1276.

Walker, L. (1979). *The battered woman*. Harper and How.

Endereços para correspondência

gabrielamakosky.psi@gmail.com

mariaisabel.wendling@gmail.com

Enviado em 22/01/2024

1ª revisão em 24/01/2024

2ª revisão em 31/10/24

Aceito em 30/11/24