

AJUSTAMENTO CRIATIVO: ferramenta para enfrentar a traição conjugal

ALVES, Rosana de Oliveira Marcelino¹
FONSECA, Barbara Cristina Rodrigues²

RESUMO

A traição conjugal pode ser um dos acontecimentos mais traumáticos e devastadores na vida de um casal, principalmente quando é encarada como quebra de confiança, deslealdade, provocando então sofrimento e sentimentos negativos na pessoa traída. O objetivo deste estudo é discutir o ajustamento criativo como possibilidade de superação, em casos de traição conjugal. A traição, por meio de um ajustamento criativo, poderá oferecer uma possibilidade de amadurecimento para os envolvidos, uma vez que, amenizada a dor causada pela descoberta, a culpa e a busca de motivos, vislumbra-se a chance de revisão de relacionamentos e ressignificações de vida.

Palavras-Chave: Gestalt-Terapia. Ajustamento Criativo. Traição Conjugal.

ABSTRACT

Marital betrayal can be one of the most traumatic and devastating events in a couple's life, especially when it is viewed as a breach of trust, disloyalty, and then causing suffering and negative feelings in the betrayed person. The objective of this study is to discuss creative adjustment as a possibility of overcoming, in cases of marital betrayal. Betrayal, through creative adjustment, may offer a possibility of maturation for those involved, since, given the pain caused by discovery, guilt and the search for motives, the chance of reviewing relationships and re-significances of life.

Keywords: Gestalt therapy. Creative adjustment. Treason. Conjugal.

1. INTRODUÇÃO

A traição conjugal é um tema presente na história e trajetória da humanidade e envolve uma multiplicidade de sentimentos e motivações (ANDRADE; MELLO; DIAS, 2009). O conceito de infidelidade está impregnado de elementos da cultura que moldam os padrões de relacionamento e determinam as formas de como os envolvimentos acontecem, dentro e fora, da conjugalidade afetiva (ABREU, 2011).

O vínculo conjugal é conceituado por Dias (2000, p. 13) como: “Toda e qualquer relação existente no casamento, entre um homem e uma mulher. O vínculo conjugal abrange o casamento como um todo e é afetado por qualquer crise que se instale”. Para Holanda (1985, p. 606) a “traição é perfídia, deslealdade. Trair é enganar, atraiçoar, denunciar, delatar, ser infiel”.

¹ Discente do curso de Pós-Graduação em Gestalt-Terapia da Faculdade de Ensino Superior e Formação Integral - FAEF e-mail: ro.graia@hotmail.com

² Psicóloga e Professora Orientadora da Faculdade de Ensino Superior e Formação Integral - FAEF

A traição é compreendida, ainda, como um fenômeno sociocultural que envolve questões culturais e de gênero, adquirindo diferentes contornos dependendo da sociedade na qual está inserida, das características do vínculo do casal e também do contexto do relacionamento afetivo. É por isso um tema complexo e polêmico, já que além da variedade de sentimentos envolvidos e pelas repercussões familiares e sociais que acarreta, implica ainda na concepção e no olhar individualizado, tanto dos envolvidos, como dos atingidos pelo fato (ANDRADE; MELLO; DIAS, 2009).

Cada sujeito da relação conjugal constrói uma noção de traição particular, de acordo com seus valores, com suas crenças em relação ao casamento. São essas crenças que condicionam então a aceitação ou não da traição conjugal. Um indivíduo que conviveu com situações de traição conjugal que acarretaram muitas brigas e sofrimento, é possível que construa uma imagem negativa em relação à traição. O mesmo não acontecerá com um indivíduo cujos referenciais passam uma imagem de aceitação da traição, fazendo com que seja considerada parte de toda relação conjugal (ROSSET, 2004).

Alguns autores pesquisados (GOLDENBERG, 2006; MATARAZZO, 2005; SALEM, 2004), corroboram no sentido de que as motivações da traição variam de acordo com o gênero. Enquanto a mulher alega ter necessidade de amor e de intimidade, as justificativas dos homens têm caráter sexual, como desejo de experimentar coisas novas, necessidade de mudança, experiência ou mera curiosidade (MATARAZZO, 2005). Segundo Goldenberg (2006, p. 250) “os homens traem por disponibilidade. As mulheres, porque não se sentem desejadas. É a falta de desejo do marido pelo corpo dela que a faz testar se seu corpo ainda é desejável”.

A experiência da traição é sempre dolorosa, faz aflorar sentimentos diversos como alívio, choque, negação, raiva, mágoa e ressentimento, tristeza, depressão, decepção, culpa, dor, vergonha, ciúme, medo da perda e vontade de saber o motivo (ANDRADE; MELLO; DIAS, 2009).

Porém, é preciso considerar que não há uma regra de comportamentos e, tampouco, um padrão de sentimentos necessariamente vividos pela pessoa traída, já que cada uma possui singularidades. “Além disso, o campo no qual cada indivíduo está inserido apresenta suas peculiaridades, o que pode gerar diferentes reações para uma mesma causa” (MAGALHÃES, 2009, p. 69).

A partir da abordagem gestáltica é possível considerar o indivíduo de forma global, plena e como ser indivisível constituído na relação constante com o ambiente. A manutenção desta relação, então, se efetiva pelo ajustamento criativo que, ao mesmo tempo em que possibilita ao indivíduo satisfazer suas necessidades, também propicia a adaptação a situações diversas, sendo, então, uma forma saudável de manter o equilíbrio do organismo (LUCAS, 2010).

Frazão (1999), na mesma linha de pensamento relata que o ajustamento criativo se refere à capacidade do indivíduo de interagir com o ambiente na fronteira de contato, adaptando, sempre que necessário, a demanda das necessidades às possibilidades de atendimento do ambiente. Sendo assim, o ajustamento criativo implica uma relação saudável do indivíduo com o meio/consigo à medida que favorece a autorregulação a partir da satisfação das necessidades.

O ajustamento criativo é “uma forma que [...] o indivíduo emprega em sua vida visando uma manutenção de um equilíbrio interno” (MAGALHÃES, 2009, p. 62). “Também pode ser entendido como expressão, a cada momento, da melhor forma possível desse indivíduo autorregular-se no contato com o mundo” (AGUIAR, 2005, p. 70).

Mediante a problemática acima, o objetivo deste artigo, de revisão bibliográfica de natureza qualitativa, é investigar o ajustamento criativo como possibilidade para a superação da traição conjugal.

2. SUPERANDO A TRAIÇÃO CONJUGAL

A traição rompe com a confiança que existe no casal. Assim, para muitas pessoas o relacionamento é traído. Apesar de não ser a falta mais grave, a traição conjugal pode ser a pior coisa capaz de destruir um casamento, porque mais que o sexo, implica em mentiras e desonestidade (PITTMAN, 1994).

De acordo com Addôr (2013) a traição é sempre um golpe na autoestima da pessoa traída e quando leva a um conflito, impede a evolução da relação. A traição geralmente faz instalar uma crise no relacionamento e o emocional das pessoas mergulha no caos já que há uma desconfiança permanente e uma insegurança enorme.

Na opinião de Rosset (2004), a traição também pode ser usada como forma da pessoa buscar o autoconhecimento, de fortalecimento. Por isso a importância da ajuda terapêutica no sentido de aprender a lidar com a dor da traição, do rompimento e ainda preparar a pessoa para um novo relacionamento, olhando de forma diferente a relação. Enfim, tirando uma lição positiva da experiência da traição.

Em geral, a traição reflete um verdadeiro descompasso afetivo entre o casal. Por isso, quando descoberta e não há o perdão, esse acontecimento ainda que trágico e negativo, pode ser usado como uma forma de repensar a relação, os desgastes cotidianos do relacionamento, em que momento a decisão de trair ou o desejo de viver uma relação extraconjugal surgiu. O repensar da relação é importante para que os novos relacionamentos ou mesmo o atual sejam mais recompensadores e harmônicos, não abrindo espaço para a traição (BALLONE, 2010).

“Muitas vezes é difícil para o indivíduo entrar em contato com determinadas situações e aceitar seus verdadeiros desfechos” (MAGALHÃES, 2009, p. 90). “A fuga em si, não é boa, nem má, é apenas um modo de enfrentar o perigo” (PERLS, 1988, p. 35). “Assim, a traição que pode ser à primeira vista um acontecimento devastador, pode se transformar em um instrumento de transformação, de mudanças e de resultados positivos para a pessoa traída” (MAGALHÃES, 2009, p. 72).

É possível amadurecer e mudar com este acontecimento que pode ser inclusive de, no caso da pessoa traída perdoar, uma oportunidade de refletir sobre o relacionamento; de corrigir erros e seguir em frente, vivendo uma vida renovada sem os erros do passado. E, no caso da traição, levar a uma separação, para a pessoa traída o acontecimento serve como experiência e certamente ela sai desse contexto mais amadurecida e fortalecida, mas não menos machucada (BALLONE, 2010).

O experimento é uma possibilidade para parceiro terapêutico sair da polarização e da racionalização para desenvolver o autossuporte espontaneamente, através da aprendizagem pela vivência inicia-se o processo de integração das partes dissociadas, testando assim novos e criativos ajustamentos. Além de expandir o repertório de comportamentos do parceiro e a percepção de si mesmo; completar situações inacabadas; descobrir as polaridades das quais não tem consciência; e integrar as suas compreensões intelectuais com suas expressões motoras (PAULA, 2010). “O objetivo do experimento é favorecer ao parceiro a substituição de seu habitual controle e

deliberação por excitação e contato, de modo a favorecer a aquisição de algo novo” (FILHO, 2002, p. 36).

Assim, o objetivo da terapia no caso da traição conjugal não é apenas atender às necessidades pontuais do cliente, mas instrumentá-lo para que seja capaz de conduzir sua vida, de se equilibrar e ajustar criativamente, para que quando estiver diante de novos obstáculos e situações de conflito ele seja capaz de manter uma autorregulação, “(...) conhecendo os comportamentos de nosso parceiro terapêutico e os mecanismos utilizados pelos mesmos para estar fora de contato, teremos maior facilidade na condução do processo terapêutico” (MAGALHÃES, 2009, p. 38).

“O processo criativo começa com a compreensão do que existe ali: a essência, a clareza e o impacto do que está à nossa volta” (ZINKER, 2007, p. 35). Nesse sentido, “o método gestáltico favorece a experimentação para descobrir novas saídas para problemas antigos” acreditando principalmente no potencial que todo indivíduo tem (GINGER; GINGER, apud SILVEIRA, 2005, p. 6).

Em relação aos métodos utilizados pela Gestalt-terapia, Ginger e Ginger (apud SILVEIRA, 2005, p. 6) apontam que: “seu repertório instrumental, que inclui intervenções verbais e não verbais, possibilita ao cliente entender como ele mesmo funciona, e esse conhecimento é fundamental para o processo de mudança”.

“Para a Gestalt-terapia é fundamental que o ser humano conheça o mais profundamente possível a sua dinâmica psíquica e identifique a intencionalidade de suas ações” (SCAFFO, 2008, p. 206). Isso justifica a Gestalt-Terapia ser compreendida como: “Abordagem original, não deturpada e natural da vida; isto é, do pensar, agir e sentir do homem. O indivíduo comum, sendo criado numa atmosfera cheia de rupturas, perdeu sua Inteiraza, sua Integridade” (PERLS et al., 1997, p. 32).

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A traição conjugal provoca sentimentos e emoções diversas e causa um profundo sofrimento psíquico variado. Encarar esse fato e lidar com ele será um processo único e particular, dependendo do contexto de vida, convicções, crenças e valores.

A Gestalt-Terapia pode contribuir muito para que a pessoa traída possa ajustar-se criativamente, tomando consciência da experiência atual, tornando-a capaz de lidar com sentimentos e emoções, promovendo o enfrentamento do sofrimento psíquico e

permitindo que ela se torne protagonista da mudança e da transformação, assim como da superação desta experiência traumática.

Os autores dos estudos cotados neste trabalho de revisão bibliográfica apontam para a possibilidade de superação e amadurecimento ao final do processo de traição conjugal. Esse amadurecimento diz respeito não somente à pessoa, como também àquele que traiu. Amenizada a dor causada pela descoberta, à culpa, a busca de motivos, a pessoa possui, então, a chance de revisar seu relacionamento, buscar em si mesmo motivações que culminaram na traição. É uma oportunidade de refletir, de se autoavaliar e ainda de amadurecimento, de mudança, de superação, descortinando novos cenários relacionais. A superação da traição conjugal implica em aprendizado, renovação, em um abrir-se para si mesmo, para o mundo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABREU, R. O. Resolver Problemas do Coração ou Sexo? **Revista Polêmica**, Rio de Janeiro, 2011, v. 10, n. 2, p.320-331.

ADDÔR, A. M. A Infidelidade, um Desencontro entre Pessoas na Visão Sistêmica. In: TINOCO, Denise Hernandes; BERGER, Andrea Simone Scaahck; DUARTE, Mauro Fernando. **Psicopatologia e Intervenção Psicológica**: semana acadêmica do curso de psicologia da UniFil. Londrina: UniFil, 2013. p. 143-6.

AGUIAR, L. **Gestalt-terapia com Crianças**: teoria e prática. Campinas: Livro Pleno, 2005.

ANDRADE, M. N.; MELLO, I. S. B.; DIAS, C. M. S. Sentimentos Relacionados à Infidelidade Conjugal: um estudo com universitários. **Revista de Enfermagem da UFPE**, Recife, dez. 2009. v. 3, n. 4, p. 882-9.

BALLONE, G. J. **Depressão Pós-Traição**. 2010. Disponível em: <www.psiqweb.med.br> Acesso em: 23 abr.2015.

DIAS, V. R. C. S. **Vínculo Conjugal na Análise Psicodramática**: diagnóstico estrutural dos casamentos. São Paulo: Agora, 2000.

FRAZÃO, L. M. **A compreensão do funcionamento saudável e não saudável a serviço do pensamento diagnóstico processual em gestalt- terapia**. V Encontro Goiano de Abordagem Gestáltica. 1999.

FILHO, A. P. L. **Gestalt e Sonhos**. 2 ed. São Paulo: Summus, 2002.

GOLDENBERG, M. **Infiel**: notas de uma antropóloga. Rio de Janeiro: Record, 2006

HOLANDA, A. B. **Dicionário da Língua Portuguesa**. São Paulo: Nova Fronteira, 1985.

LUCAS, M. **Como Libertar-se das Angústias do Passado**. 2010. Disponível em: < www.escolapsicologia.com> Acesso em: 11 jan.2016.

MAGALHÃES, M. M. A Infidelidade Conjugal e seus Mitos: uma leitura gestáltica. **Revista IGT na Rede**, v. 6, n. 10, p. 58-90, 2009. ISSN: 1807-2526.

MATARAZZO, M. H. **Encontros, Desencontros e Reencontros**. Rio de Janeiro: Record, 2005.

PAULA, G. A. de. **Os experimentos na abordagem gestáltica**. 2010. Disponível em: < <http://gestaltemmovimento.com.br/sobre-nos/>>.

PERLS, F. A **Abordagem Gestáltica e Testemunha Ocular da Terapia**. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1988.

—; HEFFERLINE, R.; GOODMAN, P. **Gestalt-Terapia**. São Paulo: Summus, 1997

PITTMAN, F. **Mentiras Privadas: a infidelidade e a traição da intimidade**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.

ROSSET, S. M. **O Casal Nosso de Cada dia**. Curitiba: Artesa, 2004.

SALEM, T. “Homem já viu, né?”: representações sobre sexualidade e gênero entre homens da classe popular. In: HEILBORN, Maria Luiza. **Família e Sexualidade**. Rio de Janeiro: FGV, 2004, p 15-61.

SCAFFO, M. F. Violência Conjugal: uma breve reflexão a luz da Gestalt-terapia. **Revista IGT na Rede**, v. 5, n. 9, p.200-8, 2008. ISSN: 1807-2526.

SILVEIRA, T. M. Caminhando na Corda Bamba: a gestalt-terapia de casal e de família. **Revista IGT na Rede**, v. 3, n. 2, 2005, p.1-14.

ZINKER, J. **Processo Criativo em Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 2007.