

Capítulo 7

Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações da chegada dos filhos para a relação conjugal

“Filhos? Melhor não tê-los, mas se não tê-los, como sabe-los?” (Vinicius de Moraes)

Helena Centeno Hintz
Leticia Lovato Dellazzana-Zanon
Paula C. Hintz Baginski

O desenvolvimento da relação conjugal dentro do ciclo de vida familiar

Ao longo do seu desenvolvimento, a família passa por transições e por crises que afetam a dinâmica conjugal e, conseqüentemente, o subsistema pais-filho(s). A transição do subsistema conjugal para o parental acarreta tantas modificações em nível individual e conjugal que se caracteriza como uma das transições mais delicadas e passíveis de provocar dificuldades no relacionamento familiar (HINTZ; BAGINSKI, 2012). A passagem para a função parental exige a formação de novos modos de interação, a partir dos padrões conhecidos que se fundamentam sobre as características pessoais dos cônjuges e sobre a interação conjugal dos mesmos.



Assim como existe o ciclo de vida individual existe também o ciclo de vida familiar. Diferentes pesquisadores interessados no estudo das famílias têm se dedicado a estudar esta temática (CARTER; MC-GOLDRICK, 1995, CERVENY; BERTHOUD, 2002; 2009). Quando pensamos na família brasileira, uma das formas de definir o ciclo vital é a proposta por Cerveney e Berthoud (2002, 2009). De acordo com essas autoras, a família brasileira passa por quatro estágios: a) fase de aquisição; b) fase adolescente; c) fase madura; e, d) fase última.

A fase de aquisição é o período que compreende o período da união do casal até a entrada dos filhos na adolescência. É, portanto, a fase na qual ocorre a transição da conjugalidade (quando existe apenas o casal) para a parentalidade (quando, em função da chegada dos filhos, surgem os papéis de mãe e de pai). Esta é uma fase importante do ciclo de vida da família, pois durante este período, o casal precisa definir o seu modelo próprio de família, construir objetivos de vida comuns e, no caso dos casais que querem ter filhos, adquirirem a parentalidade (CERVENY; BERTHOUD, 2002). Para que a parentalidade seja vivenciada de maneira tranquila, é necessário que o casal esteja unido e tenha construído uma vida a dois. Assim, este casal terá melhores condições de receber o terceiro membro da família e inaugurar a parentalidade. Durante este processo que antecede a parentalidade, é importante que o casal consiga construir seu próprio senso de família. Estabelecer certo distanciamento em relação à família de origem de ambos é vital para o bom funcionamento do casal e para um bom exercício da parentalidade (CERVENY; BERTHOUD, 2002). Nesse sentido, Falceto e Waldemar (2009) assinalam que é fundamental que um casal iniciante estabeleça a adaptação recíproca, a qual compreende construir um estilo de relacionamento que, embora seja semelhante, seja também diferente do funcionamento das famílias de origem de ambos. O resultado dessa construção mútua feita pelo novo casal é uma: “[...] nova cultura a dois.” (FALCETO; WALDEMAR, 2009, p. 237).

Na medida em que traz profundas mudanças para a vida do casal, é desejável que a gravidez aconteça após esse período de adaptação inicial (FALCETO; WALDEMAR, 2009). No entanto, sabe-se que



Capítulo 7 - Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações...

nem sempre isso acontece. De qualquer forma, mesmo que seja uma escolha consciente e que o casal tenha planejado a gravidez, a decisão de ter filhos gera muitos sentimentos, não raro ambivalentes, em cada um dos cônjuges. Um dos sentimentos comuns vivenciados pelo casal neste período da fase de aquisição é o medo de não estar preparado para todas as mudanças e as responsabilidades implicadas em ter filhos. De fato, quem tem filhos sabe que, mesmo que o bebê seja muito esperado e amado, tudo (literalmente tudo), muda com sua chegada. O filho tão esperado torna-se o centro das atenções de toda a família e sua necessidade de cuidados integral, pelo menos até os dois anos de vida, pode fazer com que o casal foque todas suas energias no filho e deixe de investir em si. Portanto, não é surpreendente que, apesar da alegria da chegada do bebê, tanto mães como pais sintam que nunca mais terão liberdade novamente. Diante deste contexto de tantas mudanças, como será que fica o casal?

No desenvolvimento da relação conjugal, os casais passam por diferentes etapas, assim como ocorre no ciclo de vida da família. Cada uma destas etapas é composta por características específicas e por diferentes oportunidades, dificuldades e tarefas necessárias (ou a serem cumpridas), as quais proporcionam o desenvolvimento de distintos padrões de interação. Entretanto, é importante salientar que estes padrões interacionais também estão relacionados à história individual de cada casal, podendo acontecer de diferentes forma e tempo para cada um dos cônjuges (HINTZ; BAGINSKI, 2012).

De acordo com Hintz (1998) e Hintz e Baginski (2012), o casal passa por um ciclo de desenvolvimento, da mesma maneira que o indivíduo e a família, desdobrando-se em cinco etapas fundamentais, que comumente seguem uma sequência básica: a) enamoramento; b) estabelecendo diferenças; c) relações de poder; d) estabilidade; e) comprometimento. A fase de enamoramento caracteriza-se por uma forte atração e por um desejo mútuo de tornar-se apenas um. Não há espaço para diferenças individuais e, frequentemente, estabelece-se um estado de fusão em que o casal passa a criar um sentido único de percepção do mundo externo. Na segunda fase, estabelecendo diferenças, os cônjuges



começam a ter pensamentos distintos e suas diferenças tornam-se manifestas e visíveis. Neste estágio, os padrões interacionais e a capacidade de negociação têm um importante papel: caso esta negociação não se consolidar, os cônjuges provavelmente sentir-se-ão ameaçados por suas diferenças. Isso pode gerar um desejo de retornar ao estado de fusão, uma vez que assim sentiam-se seguros. Na terceira fase, relações de poder, cada cônjuge passa a desejar maior independência do outro, possibilitando o aparecimento de ansiedade, tensão e conflitos mais intensos. Na quarta fase, estabilidade, cada cônjuge volta-se para o mundo e para as realizações externas. Nesta etapa, os parceiros apresentam um nível adequado de intimidade e têm maior possibilidade de realização pessoal, o que gera cumplicidade. Por fim, na quinta fase, comprometimento, os cônjuges assumem a opção de permanecer juntos sem o compromisso de suprir as idealizações do parceiro. Neste momento, os parceiros se conhecem tanto como indivíduos independentes quanto como um casal. Pode-se observar, portanto, que, ao longo das cinco fases de desenvolvimento do casal há períodos de tranquilidade e períodos mais difíceis.

Segundo Pittman (1994), os momentos críticos no curso de desenvolvimento conjugal são “o apaixonar-se”, “o pânico pré-nupcial”, “o fim do romance”, “o mundo adulto”, “a paternidade e a maternidade”, “a diminuição do sexo”, “o atingir o topo”, “o ninho vazio” e “os fatos da vida”. Por serem momentos críticos, cada um desses pontos pode ser considerado como fonte de risco e de insegurança para o casal. No entanto, esses pontos podem também ser compreendidos como uma oportunidade de crescimento.

Diferentes pesquisadores têm considerado a transição para a parentalidade como uma fase crítica do ciclo de vida do casal (CAPLAN, 1980; COX et al., 1999; FALCETO; WALDEMAR, 2001; PITTMAN, 1994). Para Cox et al., (1999), por exemplo, a transição da conjugalidade para a parentalidade é uma fase na qual o casal pode se tornar vulnerável, uma vez que a entrada de um terceiro membro no relacionamento exige reorganização e configura-se como um desafio.



A transição da conjugalidade para a parentalidade

Segundo Carter e McGoldrick (1995) as mudanças estruturais são como saltos que ocorrem quando os mecanismos homeostáticos familiares não são suficientes durante uma crise normal do ciclo evolutivo para produzirem uma situação de harmonia e de ajustamento. A crise é caracterizada por inconsistências, confusões e injunções paradoxais, as quais são consideradas pré-requisitos para uma transformação criativa na estrutura familiar. O processo de desenvolvimento da família realiza-se por intermédio da transição de um estágio para outro, propiciando momentos de maior estresse familiar. Podem surgir de forma vertical, por padrões transmitidos transgeracionalmente, ou de forma horizontal, produzidos por uma ansiedade contínua contida na linha do tempo ao lidar com as mudanças provenientes do ciclo vital. É isso que acontece durante a transição para a parentalidade.

O período específico da transição para a parentalidade, vivenciado por casais que esperam a chegada do primeiro filho, é um dos momentos que mais sintetizam o significado etimológico da palavra crise, segundo, adotando-se como a referência etimológica, sua origem oriental: oportunidade e perigo (CAPLAN, 1980). Na medida em que ocorre a passagem de uma relação a dois para uma relação a três (em outras palavras, de marido e mulher para pai, mãe e filho), esta transição implica mudanças fundamentais de papéis e funções. Este período é, portanto, central para a compreensão do desenvolvimento do casal, da família e do indivíduo, uma vez que demarca a transição da condição única de casal para a de família (HINTZ; BAGINSKI, 2012).

Pittman (1994) enfatizou a importância do surgimento da paternidade e da maternidade no processo de desenvolvimento dos casais. De acordo com esse autor, a transição para a parentalidade, que representa o início da família, frequentemente coincide com o fim do romance. Os cônjuges tomam consciência de que são partes de algo maior do que sua condição de casal e, com isso, precisam renegociar seus padrões interacionais e seus valores anteriores. Para alguns casais, esta transição possibilita o desenvolvimento de novas habilidades. Para

outros, a necessidade de adaptação decorrente da chegada do bebê pode acarretar dificuldades. Pode-se pensar, portanto, que a redefinição da relação conjugal exigida pela chegada do bebê pode causar um desequilíbrio na relação do casal de recém-pais.

Diferentes autores têm chamado atenção para o fato de que o relacionamento conjugal anterior à chegada do bebê é muito importante para a compreensão de como cada casal manejará as transformações decorrentes da parentalidade (FALCETO; WALDEMAR, 2009; MENEZES; LOPES, 2007; MINUCHIN, 1982). Falceto e Waldemar (2009), por exemplo, assinalam que, antes da vinda do primeiro filho, é desejável que o casal tenha estabelecido boa comunicação e habilidades para lidar com os problemas típicos do início do casamento: a) divisão de poder; b) manejo do dinheiro; c) tarefas domésticas; d) autonomia em relação às famílias de origem de ambos. De acordo com esses autores, quando isso acontece, a imensa capacidade do bebê de gerar amor tende a fortalecer a intimidade do casal. Se houver uma boa aproximação e entendimento entre os membros do casal antes da transição para a parentalidade, este processo poderá ser favorecido com uma maior estabilidade na estrutura do relacionamento (HINTZ; BAGINSKI, 2012).

Deve-se salientar que, mesmo quando o relacionamento anterior é saudável, é natural que o casal enfrente dificuldades no período inicial da transição para a parentalidade. Se, no entanto, o casal não conseguir alcançar uma reorganização após este período inicial, pode-se pensar que as dificuldades decorrentes da transição para a parentalidade podem estar se cronificando. Constatar essas dificuldades é muito importante, pois se o casal não está bem, certamente, isso irá influenciar negativamente no estabelecimento da parentalidade e, conseqüentemente, no desenvolvimento adequado do bebê (COX et al., 1999). Segundo Hintz e Baginski (2012), podem-se citar como dificuldades esperadas deste momento: a) a entrada definitiva no mundo adulto, para a qual alguns indivíduos não estão preparados; b) a necessidade urgente de reestruturação e de modificação dos padrões de relacionamento anteriores.



Capítulo 7 - Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações...

O estudo realizado por Menezes e Lopes (2007) indicou que a chegada de um bebê pode gerar tanto mudanças positivas quanto negativas no que se refere à conjugalidade. Dependendo da qualidade da relação conjugal anterior à chegada dos filhos, esta transição poderá promover tanto um envolvimento como um distanciamento emocional entre os cônjuges (MENEZES; LOPES, 2007). Portanto, além de trazer algumas dificuldades naturais para o casal, a transição para a parentalidade pode ampliar as dificuldades já existentes entre os cônjuges (PERREN et al. 2005). Deve-se considerar ainda, que além de modificar a vida do casal, a chegada de um bebê também causa mudanças significativas nas famílias de origem de ambos os cônjuges (HINT'Z; BAGINSKI, 2012). Dá-se início a uma nova etapa no ciclo familiar. Dependendo das configurações familiares de cada um dos pais do bebê, este pode ser o momento em que os pais dos pais tornem-se avós. Esta é, portanto, uma fase na qual a nova família exerce influência sobre as famílias de origem, as quais, por sua vez, também exercem influências por meio de questões de transmissão transgeracional.

De forma mais específica, as experiências que os recém-pais tiveram nas suas famílias de origem podem influenciar na formação dos modelos e representações mentais da nova função de pai e de mãe (HINT'Z; BAGINSKI, 2012). Se, por exemplo, um dos membros do casal tiver lembranças negativas de sua família de origem, isso pode gerar dificuldades para o enfrentamento dos desafios relacionados ao nascimento e à criação de um bebê. Assim, é mais provável que a transição para a parentalidade seja mais difícil quando as experiências vividas nas famílias de origem foram conflituosas (FALCETO; WALDEMAR, 2009). Em outras palavras, a qualidade das relações conjugais nas famílias de origem está associada com a qualidade dos casamentos na próxima geração (PERREN et al., 2005). De qualquer forma, cada casal vivencia a parentalidade de uma forma única (LEWIS, 1988). Casais jovens com filhos em torno de um ano, por exemplo, têm buscado ajuda por estarem se sentindo insatisfeitos, com divergências que há pouco tempo não existiam em seus relacionamentos (HINT'Z; BAGINSKI, 2012). Casais mais velhos, por sua vez, tendem a buscar ajuda, pois têm muita dificuldade de manejar os cuidados do bebê com



suas respectivas rotinas de trabalho. Considerando-se que atualmente a maior parte das mulheres está totalmente inserida no mercado de trabalho, a maternidade tardia tem sido uma opção para casais que optaram por não ter filhos antes (LOPES; DELLAZZANA-ZANON; BOECKEL, 2014). A chegada de um bebê para casais nessa situação poderá provocar muitos problemas. Antes de entrarmos de forma mais aprofundada nas implicações da chegada dos filhos para a relação conjugal, apresentaremos, a seguir, alguns conceitos-chave para o entendimento da transição para a parentalidade a partir da perspectiva sistêmica.

Conceitos-chave para o entendimento da transição para a parentalidade

De acordo com a perspectiva sistêmica para o entendimento do funcionamento das famílias, alguns conceitos são fundamentais para a compreensão do processo de transição da conjugalidade para a parentalidade: a) a triangulação; b) as relações transgeracionais; c) a idealização da figura parental; d) o pertencimento. Explicaremos esses conceitos a seguir. De acordo com Bowen (1991), a triangulação envolve sempre uma díade e um terceiro, necessariamente três pessoas, que entra quando o nível de tensão e ansiedade aumenta entre duas pessoas deste triângulo. Desta forma, quando a tensão emocional no casal se eleva, um dos cônjuges busca a entrada de uma terceira pessoa, neste caso o filho, no intuito de que a tensão se modifique dentro do triângulo (HINTZ; BAGINSKI, 2012). Assim, os triângulos tornam-se ativos em contextos de tensão, modificando o ponto conflituoso inicial. Isso se torna muito claro quando o casal discute por uma diferença de ideias quanto aos cuidados com o filho. Aquele que tem sua ideia predominante fica aliado ao filho, enquanto que o outro tende a afastar-se com certo rancor. Em casais que não estão preparados para enfrentar bem estas diferenças, situações como esta passam a acontecer frequentemente. A triangulação pode estar encobrendo outras insatisfações que ainda não estão claras para os cônjuges. É mais comum encontrar o fenômeno da triangulação em casais jovens com filhos pequenos, para os quais o tema permanente de discussão é a educação do filho.

Capítulo 7 - Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações...

Mais um aspecto central para o entendimento da transição para a parentalidade são as relações transgeracionais. Enquanto o casal permanece como díade, as relações com as famílias de origem tendem a ser amenas e agradáveis: crenças, mitos e rituais de cada família são acatados pelo cônjuge e não são motivos de diferenças perturbadoras para o casal. No entanto, a chegada de um filho pode provocar uma série de desavenças no casal.

Segundo Hintz e Baginski (2012), agora ambos têm realmente algo que lhes pertence verdadeiramente: um filho que é o representante da união dos cônjuges como pais. Esta situação pode trazer uma nova dimensão ao relacionamento, oportunizando a existência de alianças e, conseqüentemente, sentimentos de exclusão de um dos parceiros. Isto pode ser agravante quando um dos parceiros fica em uma posição de contrariedade a qualquer situação que envolva membros da família de origem do outro, sentindo estas manifestações como intrusivas e não as aceitando como colaboração. Cada indivíduo desta relação é parte de uma rede de relações que envolvem suas famílias de origem. Assim, somente se o casal se permitir experimentar o que deseja, ou não, para a sua relação é que poderá formar um novo sistema familiar adequado às suas necessidades e crenças.

Aspectos transgeracionais podem se manifestar, por exemplo, na comunicação do casal. Quando a forma com a qual o casal se comunica se torna mais agressiva ou impaciente durante a transição para a parentalidade, isto pode ser um indicativo de que o desentendimento entre os cônjuges é decorrente de inseguranças e de imaturidade derivadas das responsabilidades do cuidado do bebê. Estas dificuldades podem ser provenientes de experiências transgeracionais, ocorridas nas respectivas famílias de origem, em situações nas quais a tolerância à frustração não era exercitada (HINTZ; BAGINSKI, 2012).

Outra situação que pode provocar desavenças no casal acontece quando os cônjuges têm expectativas de que o outro deve cumprir com a imagem de pai ou mãe que ele/ela tem como ideal de figura parental. Essa situação denomina-se como idealização da figura parental. Isto



acontece quando a ligação com a família de origem é muito forte e o cônjuge não consegue se desligar do papel de filho (a), confundindo o atual papel de pai/mãe com o papel de filho (a). Outra forma de manifestação da idealização da figura parental acontece quando um dos cônjuges busca no seu parceiro a representação de um pai ou mãe que acredita que não teve, projetando no outro a necessidade da figura parental que não vivenciou em sua plenitude. Isto estabelece uma relação conjugal/parental complicada, pois, em função desta idealização, um dos cônjuges não consegue ter uma atitude adulta madura, portanto, não consegue se reconhecer como pai ou mãe.

Ao permanecer numa posição de filho, um dos cônjuges busca no outro a possibilidade de elaboração de conflitos infantis. Se o outro cônjuge não aceitar esta posição maternal ou paternal, é provável que a união não seja duradoura. Sentimentos como peso e sobrecarga podem surgir, na medida em que um dos cônjuges não consegue assumir seu papel parental. Esta percepção idealizada também pode desencadear situações de ciúme, uma vez que se criam posições diferentes de poder entre os cônjuges.

Por fim, outro aspecto que poder levar a uma fragilidade dos laços conjugais após o nascimento de um filho é o sentimento de pertencimento a um grupo familiar (HINTZ; BAGINSKI, 2012). Todo o membro de uma família deve ter o sentimento de pertencer a ela. Espera-se, no entanto, que, ao longo de sua permanência em sua família de origem, o indivíduo consiga desenvolver a capacidade de individuação. Isto é o que irá possibilitar ao indivíduo sair da família de origem e fundar sua própria família nuclear. Casais que se sentem pertencendo às suas famílias de origem, tendem a apresentar um relacionamento com fronteiras emaranhadas, no qual não há uma definição clara de funções. Esta situação, em que “tudo é de todos”, dificulta a saída do indivíduo de sua família de origem e impede que o mesmo assuma uma função clara em sua própria família. Isto pode não ser um problema quando o casal ainda não tem filhos, pois as chances de intromissão da família de origem de ambos são menores. Todavia, com as mudanças profundas decorrentes da chegada de um bebê, se as fronteiras não forem claras



Capítulo 7 - Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações...

e bem estabelecidas, muitos problemas para o casal de recém-pais poderão surgir. Como exemplo dessa situação, pode-se citar um casal que procurou ajuda, pois o marido se sentia preterido pela esposa e excluído dos cuidados com a filha. Ele alegava que sua esposa estava muito apegada a sua própria mãe e cada vez mais afastada dele. Uma de suas queixas era que a esposa não o incluía nos cuidados da filha de 15 meses do casal. Os problemas relatados por este marido estão relacionados ao excesso de pertencimento de sua esposa à família de origem dela. A consequência disso foi o distanciamento do casal e a sensação do marido de estar excluído da família. Nesse caso específico, o sentimento de ciúme do marido ficou muito claro.

O bebê chegou: e agora, como fica o casal?

Segundo Hintz e Baginski (2012), logo que o bebê nasce, tanto a mulher quanto o homem estão muito voltados para as novas funções de pais. Desta forma, a conjugalidade, antes função central no sistema da família nuclear, passa a coexistir com a parentalidade, o que exige o estabelecimento de novos padrões de interação. Essa mudança necessita ocorrer para que o sistema possa se transformar adequadamente e responder às demandas decorrentes da transição, promovendo o desenvolvimento individual de todos os membros da família e do sistema familiar como um todo. Tendo em vista todas as transformações decorrentes das novas atribuições do casal de recém-pais, não é surpreendente que o relacionamento entre os cônjuges se torna mais tenso.

Nesse contexto, a relação conjugal está mais sujeita a novas cobranças e diferentes expectativas. No entanto, este é o momento do ciclo vital do casal no qual se espera que ambos os cônjuges, agora pais, consigam manter um relacionamento de amor mútuo significativo, e que se dediquem aos cuidados do filho com o carinho e a atenção necessários. Isto, sem dúvida, é muito gratificante e saudável, mas também exige muito do casal, o que pode desencadear um estresse emocional expressivo em ambos os cônjuges (HINTZ; BAGINSKI, 2012).

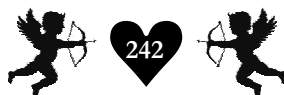


Conforme mencionado anteriormente, o percurso de cada casal depende do modo como sua relação está estabelecida e de como cada cônjuge é capaz de resolver suas frustrações e elaborar a perda da exclusividade do companheiro (MINUCHIN, 1982). Quando o casal não está se entendendo nem como casal nem como pais, deve-se pensar em alguns aspectos da vida conjugal anterior ao nascimento do bebê que possam estar influenciando o relacionamento. É pertinente que os pais possam se conectar e conversar sobre suas experiências vividas com seus próprios pais.

Segundo Perren et al. (2005) as recordações que o adulto tem de seu relacionamento com seus pais durante a infância são relevantes e influenciam sua transição para a parentalidade. É fundamental estimular que os cônjuges narrem estas lembranças, principalmente quando elas forem negativas, pois isso ajudará o casal a lidar com as emoções associadas a elas. Isso permite que o casal de pais ressignifique sua história enquanto filhos para que possam escrever uma nova história enquanto pais.

Segundo Gordon e Feldman (2009) as mães que favorecem a reciprocidade com seus parceiros, especialmente nos primeiros meses da parentalidade, proporcionam um maior envolvimento do pai com a criança, levando a uma melhor relação a três. Desta forma, formam-se padrões específicos do relacionamento familiar que irão compor o estilo da interação familiar para os próximos anos. De acordo com Biehle e Mickelson (2011), a eficácia esperada da parentalidade e a percepção da gravidez com responsabilidade são importantes para uma adequada saúde mental perinatal e para a satisfação do relacionamento conjugal. Esses mesmos autores referem que a eficácia da parentalidade da mãe e a responsabilidade da gravidez foram mais importantes para a saúde mental do casal. Quando ambos os cônjuges concordam sobre a responsabilidade da gravidez, há mais satisfação no relacionamento e menos depressão materna. Isso é importante, pois possibilita que o casal volte a se ver rapidamente como um casal e não apenas como uma mãe e um pai.

Um aspecto a ser observado em pais iniciantes é a forma como acontece o nascimento do bebê e seu desenvolvimento, pois a habi-



Capítulo 7 - Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações...

lidade que o casal já apresentou em resolver problemas juntos irá influenciar na sua reorganização com a chegada do bebê (HINTZ; BAGINSKI, 2012). Assim, a capacidade de chegar a soluções antes do nascimento do filho, pode prever as habilidades do casal na transição para a parentalidade (COX et al., 1999).

O nascimento do primeiro filho faz com que se rompa a relação anterior de exclusividade, podendo provocar, ou não, uma evolução na relação. A cumplicidade existente entre os cônjuges pode sofrer uma diminuição porque um ou ambos se voltam para o cuidado do bebê, esquecendo-se de continuar investindo no casal. De acordo com Falceto e Waldemar (2009), a mulher necessita de apoio, atenção e carinho do marido. O marido, por sua vez, pode se sentir abandonado pela esposa que, além de estar totalmente voltada para o bebê, está mais sensível e introspectiva. Em função da necessidade de dividir a atenção do companheiro, antes integral, com o novo membro da família, o ciúme pode surgir na relação. Segundo Hintz e Baginski (2012), isto acontece quando o casal não está muito seguro do que um representa para o outro, o que torna o relacionamento um campo vulnerável para o desenvolvimento de situações de ciúme.

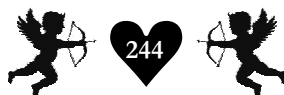
Deve-se salientar, no entanto, que, muitas vezes, o sentimento de ciúme já está presente antes mesmo do nascimento do bebê. Pode-se citar como exemplo, um casal que procurou ajuda terapêutica para discutir a motivação de gerarem um bebê. O desejo de se tornarem pais estava claro. No entanto, a esposa tinha dúvidas sobre a maternidade, pois temia perder espaço ao lado do marido com a chegada de um terceiro. Nesse caso, o ciúme aparece frente ao bebê imaginário. O fato desse casal ter procurado ajuda antes da decisão de ter um filho sugere que, apesar dos medos e do ciúme da esposa, o casal estava disposto a conversar sobre suas dificuldades e resolvê-las. Embora a prática clínica mostre que a maior parte dos casais procura ajuda para “apagar incêndio”, ou seja, quando a situação se tornou insustentável, alguns casais podem procurar ajuda antes dos problemas se tornarem crônicos. Isso é um sinal de saúde psíquica no casal.



De volta para os casais que já têm filhos, é comum ouvir queixas de um dos cônjuges estar sendo deixado pelo outro em troca da companhia do filho. É mais comum que os homens relatem esse sentimento, o que não impede que mulheres também se sintam deixadas de lado. Esta divisão de atenção é vivida como uma perda da exclusividade de um sobre o outro e pode ter início logo nos primeiros meses após a chegada do bebê (HINTZ; BAGINSKI, 2012). Não por acaso, alguns estudos relatam que a satisfação conjugal é maior no início do casamento, declina quando o primeiro filho nasce e volta a aumentar quando os filhos se tornam adolescentes (MENEZES, 2001). Isto corrobora a ideia de que os casais têm conflitos importantes na transição da conjugalidade para a parentalidade.

Nas queixas apresentadas por casais de recém-pais que procuraram atendimento clínico, percebe-se de forma subjacente que existe um receio de que o outro já não o ame mais. A forma irritada com que se comunicam, demonstra que, naquele momento, sentem que não estão sendo amados e cuidados um pelo outro. Muitas vezes se referem a como era antes e como é agora com a chegada do filho, dando a entender que o filho é o divisor e o marco da transformação (HINTZ; BAGINSKI, 2012). Como exemplo, pode-se citar um casal que procurou terapia de casal com a queixa de que não estavam mais se entendendo desde o nascimento de seu bebê. Tudo o que conversavam era motivo para desentendimentos ou pequenas discussões. Os dois discutiam até mesmo para decidir quem resolveria pequenas coisas sobre o filho de um ano e seis meses. Ficou claro que ambos os cônjuges já não percebiam o outro no papel de amante, apenas no papel de pai/mãe. Essa crença assustou tanto o casal que os mesmos chegaram a pensar que talvez a separação fosse a melhor solução.

As queixas dos casais que estão transitando para a parentalidade deixam claro que os mesmos não estão preparados para todas as mudanças ocasionadas pela chegada do filho. Cabe aqui perguntar: será que algum casal está de fato preparado para a chegada de um filho? Muitos mencionam que não imaginavam que a vida mudaria tanto. Não raramente, o sentimento de ciúme aparece nas falas destes casais. Em-



Capítulo 7 - Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações...

bora existam muitas pesquisas sobre a transição para a parentalidade (DESSEN; BRAZ, 2005; HERNANDEZ; HUTZ, 2009; KROB; PICCININI; SILVA, 2009; MENEZES, 2001; MOSMANN; WAGNER, 2008; SILVA; LOPES, 2012), poucas mencionam o sentimento de ciúme. Pode-se pensar que o ciúme não apareça tanto nas pesquisas por uma questão de deseabilidade social: não é fácil admitir se que sente ciúme do próprio filho. De qualquer forma, os resultados de um estudo (KROB; PICCININI; SILVA, 2009), que investigou as expectativas e sentimentos dos pais durante a gestação e a experiência da paternidade após o nascimento do bebê, mostraram que a gestação foi vivenciada por eles com ambivalência. Dados desse estudo revelaram que, no segundo mês de vida do bebê, os pais apresentaram sentimentos positivos e negativos. Entre os sentimentos negativos, chama atenção o fato de que alguns deles mencionaram um sentimento de exclusão em função das necessidades de cuidados com o bebê. Esse sentimento estava relacionado à percepção da diminuição dos momentos para o casal, uma vez que as necessidades do bebê estavam em primeiro plano, o que gerava sentimentos: a) de estar sendo deixado de lado; b) de ciúmes em relação ao bebê.

O sentimento de exclusão mencionado pelos pais aos dois meses de vida do bebê já estava presente durante a gestação. Esse resultado ilustra que a relação prévia do casal influencia na forma como a parentalidade é vivenciada. Além disso, o medo do marido de perder o afeto da esposa, manifestado pelo ciúme do bebê, e o medo da esposa de perder o afeto do marido - uma vez que sua aparência física está alterada pela gravidez - poderão diminuir o ajustamento conjugal (DESSEN; BRAZ, 2005). E, se não trabalhados, os sentimentos negativos frente à chegada do primeiro filho podem desencadear uma crise sem volta para o casal. Não é por acaso, a maioria dos divórcios de casais com filhos ocorre nos primeiros anos de casamento (CARTER; MCGOLDRICK, 1995; GOTTMAN; LEVENSON, 2002). Consequentemente, o divórcio irá influenciar diretamente o desenvolvimento do bebê, podendo ocasionar reações negativas na criança alguns anos mais tarde (HINTZ; BAGINSKI, 2012).



E como fica o bem-estar do casal após a transição para a parentalidade?

Será que os casais com filhos são mais felizes do que os casais sem filhos? Responder estas questões não é tarefa fácil. Nelson, Kushlev e Lyubomirsky (2014) realizaram um estudo sobre as dores e os prazeres da parentalidade e sobre a relação entre parentalidade e bem-estar. Os resultados dessa pesquisa sugeriram que os pais são mais infelizes quando se deparam com mais emoções negativas, mais problemas financeiros e mais distúrbios do sono (quem tem filhos pequenos sabe como é desesperador não dormir à noite). Por outro lado, quando os pais sentem que a vida tem sentido, quando suas necessidades básicas são satisfeitas e quando sentem mais emoções positivas, eles são mais alegres e felizes. Chama atenção nesse estudo, o fato de que ter um sentido para vida é um dos fatores que torna os casais com filhos mais felizes. Certamente, essa temática merece continuar sendo investigada.

Considerações finais

A chegada do primeiro filho do casal inaugura a parentalidade. A vida do casal nunca mais será a mesma depois que se tornarem pais e mães. O exercício da parentalidade acontecerá concomitantemente ao da conjugalidade, o que exigirá que o casal aumente seu repertório para solucionar novas situações e problemas decorrentes da entrada do filho em sua família.

Diferentes fatores influem na forma como se dará a transição para a parentalidade. Entre eles, é consenso na literatura que a relação estabelecida entre os cônjuges antes da chegada dos filhos é um fator determinante para o entendimento de como o casal lidará com as novas demandas da parentalidade. A redefinição da relação conjugal exigida pela chegada do bebê pode causar um desequilíbrio na relação deste casal de recém-pais. Entretanto, se não houver conflitos graves antes do casal se tornar pais, a chegada de um bebê nem sempre causará problemas graves.



Capítulo 7 - Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações...

Qual a melhor forma de transitar para a parentalidade? Assim como não existe um manual sobre a melhor forma de educar os filhos, também não há um manual sobre a melhor forma de tornar pai e mãe. No entanto, sugerimos a seguir, alguns caminhos que podem facilitar esse processo. Em primeiro lugar, é fundamental que o casal conheça sua história, seus medos e suas limitações. Conversar sobre as expectativas em relação à chegada do filho e sobre como imaginam que será a adaptação do casal a esta nova realidade é uma forma de prevenir futuros problemas. Em segundo, estabelecer um limite claro entre o casal e suas famílias de origem é vital para preservação da saúde mental de todos. Nada é mais irritante para uma nova mãe do que as “dicas” da sogra sobre como cuidar de seu bebê recém-nascido. Portanto, é preciso que o casal tenha construído previamente seu senso de família (separado da família de origem) para que ambos, agora mãe e pai, possam sinalizar quando outro membro da família de origem estiver invadindo o espaço desse casal de recém-pais. Outra forma é conversar com outros casais de amigos que já tiveram filhos. Ouvir de pessoas que confiamos que esse processo não é nada fácil, pode causar certa decepção, mas por outro lado, ajuda os casais a entenderem que mesmo que seja maravilhoso ter filhos - e, de fato, é - o casal precisa saber que sua conjugalidade ficará, pelo menos temporariamente, fora de foco. Por fim, sugerimos que uma forma saudável de se preparar para a transição para a parentalidade é o se conhecer e conhecer o parceiro. Portanto, reflita sobre sua história, lembre como foi sua relação com seu pai e sua mãe durante sua infância. Converse com eles sobre as dores e as delícias da parentalidade. Peça para seu parceiro contar para você como foram as vivências dele. Se já existem problemas antes da chegada dos filhos, não hesite: procure ajuda especializada. Seu futuro filho agradece e sua relação conjugal também. Como diz o ditado: melhor prevenir do que remediar.

Referências

BIEHLE, S. N.; MICKELSON, K. D. Preparing for parenthood: how feelings of responsibility and efficacy impact expectant parents. **Journal of Social and Personal Relationships**, New York, v. 28, n. 5, p. 668-683, 2011.



BOWEN, M. **De la familia al individuo**. Buenos Aires: Paidós, 1991.

CERVENY, C. M. O.; BERTHOUD, C. M. E. Ciclo vital da família brasileira. In: OSÓRIO, L. C.; VALLE, M. E. P. do (Orgs.). **Manual de terapia familiar**. Porto Alegre: Artmed, 2009, p. 25-37.

CERVENY, C. M. O.; BERTHOUD, C. M. E. **Visitando a família ao longo do ciclo vital**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002, p. 28-160.

CAPLAN, G. **Princípios da psiquiatria preventiva**. Rio de Janeiro: Zahar, 1980.

CARTER, B.; MCGOLDRICK, M. **As mudanças no ciclo de vida familiar**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.

COX, M. J. et al. Marital perceptions and interactions across the transition to parenthood. **Journal of Marriage and Family**, Austin, v. 6, n. 3, p. 611-625, 1999.

DESSEN, M. A.; BRAZ, M. P. As relações maritais e sua influência nas relações parentais: implicações para o desenvolvimento da criança. In: DESSEN, M. A.; COSTA JR, L. (Orgs.). **A ciência do desenvolvimento humano**. Porto Alegre: ArtMed, 2005, p. 132-151.

FALCETO, O. G.; WALDEMAR, J. O. C. Famílias com bebês. In: OSORIO, L. C.; VALLE, M. E. P. do (Orgs.). **Manual de terapia familiar**. Porto Alegre: Artmed, 2009, p. 235-246.

FALCETO, O. G.; WALDEMAR, J. O. C. Famílias com bebês. O ciclo vital da família. In: EIZERIK, C. L. et al. **O ciclo de vida humana: uma perspectiva psicodinâmica**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2001, p. 49-72, 2013.

GORDON, I.; FELDMAN, R. Synchrony in the triad: a microlevel process model of coparenting and parent-child interactions. **Family Process**, v. 47, n. 4, p.465-479, 2009.



Capítulo 7 - Transição da conjugalidade para a parentalidade: implicações...

GOTTMAN, J. M.; LEVENSON, R. W. A two-factor model for predicting when a couple will divorce: exploratory analyses using 14-year longitudinal data. **Family Process**, v. 41, n. 1, p. 83-96, 2002.

HERNANDEZ, J. A. E.; HUTZ, C. S. Transição para a parentalidade: ajustamento conjugal e emocional. **Psico**, Porto Alegre, v. 40, n. 4, p. 414-421, 2009.

HINTZ, H. C. A dinâmica da interação do casal. **Pensando Famílias**, Porto Alegre, v. 1, p. 31-40, 1998.

HINTZ, H. C.; BAGINSKI, P. H. Vínculo conjugal e transição para a parentalidade: fragilidades e possíveis superações. **Revista Brasileira de Terapia de Família**, v. 4, n. 1, p. 10-22, 2012.

KROB, A. D.; PICCININI, C. A.; SILVA, M. da R. A transição para a paternidade: da gestação ao segundo mês de vida do bebê. **Psicologia USP**, São Paulo, v. 20, n. 2, abr./jun. 2009. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0103-65642009000200008>>. Acesso em: 30 maio. 2014.

LEWIS, J. The transition to parenthood: II. Stability and change in marital structure. **Family Process**, v. 27, n. 3, p. 273-283, 1988.

LOPES, M. N., DELLAZZANA-ZANON, L.L.; BOECKEL, M. G. A multiplicidade de papéis da mulher contemporânea e a maternidade tardia. **Temas em Psicologia**, v. 22, n. 4, p. 917-928, 2014.

MENEZES, C. C. **A relação conjugal na transição para a parentalidade**: da gestação ao segundo ano de vida do bebê. 2001. 139 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2001.

MENEZES, C. C.; LOPES, R. de C. S. Relação conjugal na transição para a parentalidade: gestação até dezoito meses do bebê. **Psico-USF**, Itatiba, v. 12, n. 1, p. 83-93, jun, 2007.



MINUCHIN, S. **Famílias**: funcionamento e tratamento. Porto Alegre: Artes Médicas, 1982.

MOSMANN, C.; WAGNER, A. Dimensiones de la conyugalidad y de la parentalidad: un modelo correlacional. **Revista Intercontinental de Psicología y Educación**, Toluca, v. 10, n. 2, p. 79-103, julio-dic., 2008.

NELSON, S. K.; KUSHLEV, K.; LYUBOMIRSKY, S. The pains and pleasures of parenting: when, why, and how is parenthood associated with more or less well-being? **Psychological Bulletin**, Washington, v. 140, n. 3, p. 846-895, may 2014. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1037/a0035444>>. Acesso em: 02 jun. 2014.

PERREN, S. et al. Intergenerational transmission of marital quality across the transition to parenthood. **Family Process**, v. 44, n. 4, p. 441-459, 2005.

PITTMAN, F. **Mentiras privadas**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.

SILVA, I. M.; LOPES, R. C. S. As relações entre os subsistemas conjugal e parental durante a transição para a parentalidade. **Pensando Famílias**, Porto Alegre, v. 16, n. 1, p. 69-90, 2012.

