

Capítulo 8

As raízes do ciúme³: Uma compreensão a partir das experiências vivenciadas na família de origem

“Estava suficientemente inclinada para a suspeita, para encontrar a verdade em um instante, se houvesse a mínima alteração em seu comportamento quando nos encontrássemos, ou qualquer tristeza que eu não pudesse explicar, ou se ele falasse mais de uma dama do que de outra, ou se parecesse de qualquer forma menos feliz em Longstaple do que costumava ser. Não quero dizer que seja particularmente observadora ou perspicaz no geral, mas neste caso tenho certeza de que não poderia ser enganada”⁴
(Jane Austen, 1811, versão eletrônica, tradução nossa)

Isabela Machado da Silva
Marli Kath Sattler

Quem de nós, nos mais diversos relacionamentos vivenciados, pode dizer que nunca sentiu ciúme? Mas o que é exatamente esse sentimento que perpassa relações, sendo fonte tanto de curiosidade como de

3 Título inspirado na obra de Pines (1998).

4 AUSTEN, J. Sense and sensibility. In: _____. Complete works of Jane Austen. Chicago, Mundus Publishing, 1811 (Impresso em 1992).



sofrimento ao longo da história humana (PINES, 1992; COSTA, 2010; FERREIRA-SANTOS, 2003; HINTZ, 2003)?

Em diferentes momentos históricos, o ciúme recebeu diversas e controversas conotações. Já esteve relacionado tanto à ideia de algo irracional, destrutível e censurável, como a demonstrações de cuidado e amor que seriam inerentes ao ser-humano (COSTA, 2010). Na contemporaneidade, embora os relacionamentos amorosos sejam marcados por uma crescente flexibilidade e pelo questionamento de valores mais tradicionais, o ciúme é uma questão ainda presente no cotidiano dos casais. A multiplicidade de possibilidades característica das relações atuais pode inclusive reforçar um sentimento de insegurança, de forma que a confiança e a intimidade alcançadas no relacionamento a partir do desenvolvimento pessoal adquirem especial importância. Em cada época e lugar, portanto, o ciúme apresenta um colorido especial em função das questões socioculturais presentes, o que inclui também os diferentes papéis atribuídos a homens e mulheres e, até mesmo, as definições sobre o que deve ou não ser considerado uma traição (BARONCELLI, 2011).

De forma geral, tende-se a definir o ciúme como uma reação ao temor de ver as atenções e afetos de uma pessoa querida dirigidos a um outro alguém, ou seja, de ser excluído de um relacionamento significativo em função de uma terceira pessoa (ECHEBURÚA; FERNÁNDEZ-MONTALVO, 2001; FERREIRA-SANTOS, 2003; PASINI, 2006). Está relacionado, portanto, ao medo da perda seja para um rival real ou imaginário (PINES, 1992), de forma que sempre envolve a existência de um triângulo (PASINI, 2006). No entanto, mais do que um simples sentimento, o ciúme remete a um complexo de ideias, sentimentos e comportamentos (FERREIRA-SANTOS, 2003; LANS; MOSEK; YAGIL, 2014).

Em algumas situações, o ciúme pode ser visto como um mecanismo voltado à proteção do relacionamento. Neste contexto, serviria para alertar o sujeito quanto a possíveis ameaças à relação, para que o mesmo pudesse agir a respeito. Estaria, dessa forma, relacionado a uma maior estabilidade da relação e aos sentimentos de amor e apaixo-



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

namento pelo parceiro (ATTRIDGE, 2013). A esse respeito, Pittman (1994) afirma que “as pessoas que investem em uma parceria sentem-se protetoras dessa parceria e irão experimentar ciúme quando nela entrar distância. Ninguém é ou deveria ser tão seguro a ponto de ser imune ao ciúme” (p. 51).

Já em outras situações, no entanto, o ciúme exerce um impacto prejudicial sobre o indivíduo e suas relações. Segundo Ferreira-Santos (2003), uma boa medida para determinar se o ciúme deve ou não ser considerado um problema refere-se ao grau de sofrimento que acarreta ao indivíduo e àqueles com quem interage. Além disso, deve-se sempre perguntar: até que ponto o ciúme possui um fundamento na realidade vivenciada (LANS; MOSEK; YAGIL, 2014)? Quando o ciúme mostra-se distante da realidade ou quando passa a dominar as atenções da pessoa, deve-se observá-lo com maior cuidado (ECHEBURÚA; FERNÁNDEZ-MONTALVO, 2001). Nestes casos, o ciúme pode contribuir para o afastamento em relação aos amigos e para um consequente estado de solidão, podendo, até mesmo, afetar a vida profissional do sujeito, já que sua mente se vê tomada pela desconfiança (PASINI, 2006). Dessa forma, o ciúme pode mostrar-se relacionado a maiores níveis de depressão e hostilidade, bem como a menores níveis de autoestima, autocontrole, empatia e satisfação com o relacionamento (ATTRIDGE, 2013).

Devido a essas diversas nuances, foram propostas abordagens que concebem a existência de diferentes tipos de ciúme, sendo que um exemplo consiste na diferenciação entre o ciúme reativo e o ciúme “por suspeita” (ATTRIDGE, 2013; COSTA, 2010). O primeiro é despertado por eventos concretos e externos ao sujeito, como a descoberta de traições ou mentiras. O segundo tipo, por sua vez, é caracterizado predominantemente pela ausência de eventos concretos significativos, estando mais relacionado, assim, a características do próprio sujeito. A quinta edição do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (APA, 2014) incluiu três casos em que o ciúme pode ser considerado como patológico: (a) o ciúme obsessivo, enquanto uma modalidade de transtorno obsessivo-compulsivo (TOC), em que o ciúme

mostra-se adequado à realidade, mas se expressa através de comportamentos e pensamentos repetitivos que causam sofrimento e prejuízos significativos ao sujeito; (b) como um subtipo de transtorno delirante, caracterizado pela ideia persistente de estar sendo traído e (c) como uma manifestação do transtorno de personalidade paranoide, o qual se caracteriza por uma intensa e significativa tendência à desconfiança. Nos dois últimos casos, as manifestações de ciúme não estariam necessariamente vinculadas a evidências concretas, aproximando-se da definição de ciúme “por suspeita” apresentada por Attridge (2013). De acordo com esta autora, é possível traçar um paralelo entre os tipos de ciúme e suas consequências para o sujeito e a relação. O ciúme reativo estaria relacionado às características positivas de estabilidade e proteção do relacionamento, enquanto o ciúme “por suspeita” ou patológico contribuiria para efeitos potencialmente negativos, como os mencionados anteriormente.

No entanto, não basta avaliar se o ciúme é bom ou mau, normal ou patológico. É importante compreendê-lo como um complexo de sentimentos, pensamentos e comportamentos resultante da interação de um evento determinado e de uma predisposição pessoal, baseada na história de vida e no contexto sociocultural (PINES, 1992). A partir desta abordagem, pessoas, mais vulneráveis teriam seu ciúme acionado por uma ampla variedade de situações, que podem incluir aquelas que passariam despercebidas pela maioria (ECHEBURÚA; FERNÁNDEZ-MONTALVO, 2001). De acordo com estes autores, alguns traços seriam marcantes nessa maior vulnerabilidade ao ciúme: dependência emocional, atitude de desconfiança em relação aos demais, ter poucas pessoas com quem contar e insegurança ou baixa autoestima. A baixa autoestima é uma das características mais vinculadas ao ciúme (ECHEBURÚA; FERNÁNDEZ-MONTALVO, 2001), de forma que parece haver uma relação recíproca entre ambos, em que a baixa autoestima contribui para o ciúme e vice-versa. Por exemplo, em uma pesquisa realizada por DeSteno, Valdesolo e Bartlett (2006), constatou-se que perceber o interesse do companheiro por um rival abalaria a autoestima, ao mesmo tempo em que, quanto menor a autoestima, maior o ciúme.



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

Neste contexto, as experiências vivenciadas na família de origem adquirem especial relevância. Conforme assinalam Weigel, Bennet e Ballard-Reisch (2003), essas experiências ensinam uma série de lições diretas e indiretas acerca de como devem ser os relacionamentos. Essa perspectiva, também chamada de intergeracional, encontra-se presente nas contribuições de diferentes autores clássicos relacionados à abordagem sistêmica. Ângelo (1995), Minuchin, Lee e Simon (2008), por exemplo, destacam como os padrões relacionais construídos pelas famílias tendem a servir de base à construção de modelos de relacionamento, os quais influenciarão aquilo que deve ser buscado ou evitado nos relacionamentos futuros (FALCKE; WAGNER; MOSMANN, 2005). Autores como Boszormenyi-Nagy e Spark (1973/2008), por outro lado, enfatizam a influência das experiências vivenciadas na família de origem a partir dos processos de delegação familiar, que compreendem as orientações passadas pelas famílias – de forma explícita ou implícita – quanto ao que é esperado de cada membro (MIERMONT, 1994). As pessoas buscam seguir esses mandatos intergeracionais sob pena de vivenciarem sentimentos de deslealdade e culpa (BOSZORMENYI-NAGY; SPARK, 1973/2008). Carter e McGoldrick (1995) defendem, portanto, que os padrões, legados, mitos e segredos das gerações anteriores tendem a influenciar a forma como os casais e as famílias lidarão com seus desafios no presente, sendo que, segundo essas autoras, a compreensão da família deve sempre englobar, no mínimo, três gerações. Estudos empíricos têm corroborado o impacto das experiências vivenciadas na família de origem sobre diversos aspectos da relação conjugal, tais como a qualidade da relação, os níveis de divórcio, a ocorrência de violência conjugal e a escolha do cônjuge (SILVA et al., 2010). Percebe-se, assim, que, ao lado de questões específicas da cultura da qual o sujeito faz parte e da sua história de relacionamentos românticos anteriores, uma ampla gama de experiências vivenciadas na família de origem pode contribuir para uma maior vulnerabilidade às manifestações do ciúme, como bem sintetizou Pines (1998):

[A predisposição para o ciúme] é influenciada por nossa base familiar: Um homem cuja mãe foi infiel a seu pai ou cujos pais costumavam apresentar violentas manifestações de ciúme provavelmente apresenta-



rá uma maior predisposição ao ciúme do que um homem cujos pais se sentiam seguros quanto ao amor um do outro. É influenciada por nossa constelação familiar: Uma mulher que se sentiu ofuscada por uma irmã mais inteligente ou bonita tenderá a apresentar uma maior predisposição ao ciúme do que uma mulher que foi a criança preferida em sua família. É também influenciada pela história de apego na infância e na vida adulta: Uma pessoa que desenvolveu um apego seguro em relação à sua mãe apresentará menor probabilidade de se tornar ciumenta do que uma pessoa que apresentava um padrão de apego inseguro” (p. 17, tradução nossa).

O presente capítulo abordará essas diferentes questões ao buscar compreender como as experiências vivenciadas na família de origem podem influenciar o ciúme sentido e manifestado nos relacionamentos românticos posteriores. Com esse intuito, serão utilizadas contribuições de diferentes abordagens relacionadas à área da terapia de família, bem como à psicologia do desenvolvimento, ao mesmo tempo em que será apresentada uma revisão narrativa de pesquisas atuais sobre o tema. De acordo com Pines (1992), uma abordagem integrativa do ciúme tende a contribuir para sua compreensão, uma vez que a experiência do mesmo envolve quatro níveis diferentes: o individual, o relacional, o social e o biológico. Além disso, trechos de músicas populares – nacionais e internacionais, de diferentes estilos musicais – serão utilizados como forma de ilustrar os temas abordados e de demonstrar como os mesmos fazem parte do imaginário popular⁵.

O impacto das primeiras relações

Por sua causa

Acho difícil confiar

Não apenas em mim, mas em todos ao meu redor

Por sua causa

5 As letras de música apresentadas neste trabalho foram identificadas através de buscas nos sites www.google.com.br e www.vagalume.com.br.



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

Eu tenho medo

(...)

Eu era tão jovem

*(K. Clarkson, D. Hodges, & B. Moody. Because of you.
Gravada por Kelly Clarkson em 2004,
Letra acessada em www.vagalume.com.br – Tradução nossa)*

A importância das primeiras relações para o desenvolvimento do ciúme já era destacada por Freud (1922/2000), que o descrevia como “uma continuação das primeiras manifestações da vida emocional da criança”, originário “no Complexo de Édipo ou de irmão-e-irmã” (Versão eletrônica). Autores posteriores, como Pasini (2006) e Pittman (1994), deram continuidade a essa abordagem ao afirmarem que o ciúme observado no adulto seria uma atualização do medo do abandono experienciado pela criança na primeira infância. Nesse sentido, as necessidades de afeto não satisfeitas durante a infância contribuiriam para um padrão de relacionamento em que, temendo perder o objeto de amor, a pessoa agarra-se cada vez mais a ele (PASINI, 2006).

É possível traçar um paralelo entre esta colocação e a Teoria do Apego proposta por Bowlby (1977/2001), segundo a qual os seres-humanos apresentam uma tendência inata a se vincularem afetivamente, de forma que os bebês apresentam os chamados comportamentos de apego, ou seja, comportamentos voltados à busca e à manutenção da proximidade com figuras significativas, tais como a mãe ou o pai. Com o desenvolvimento da criança, esses comportamentos se tornam menos frequentes e intensos, embora continuem presentes e se manifestem especialmente em situações que se mostrem, de alguma forma, ameaçadoras. A partir de suas experiências e conforme perceba se pode ou não contar com o apoio dessas figuras nos momentos de necessidade, a criança desenvolve modelos de si e do mundo. Esses modelos refletem sua percepção se o mundo externo é ou não confiável e se ela é ou não digna de amor (BOWLBY, 1977/2001; JOHNSON, 2012).



O modelo de apego estabelecido na infância tende a persistir ao longo da vida, sendo replicado em relacionamentos posteriores (BOWLBY, 1989). Defende-se que, na idade adulta, os modelos de apego estariam relacionados às dimensões de evitação e ansiedade. A primeira diz respeito à tendência a evitar a proximidade e a dependência em relação às figuras significativas, enquanto a segunda está relacionada ao grau de preocupação em perder essa figura (SCHACHNER; SHAVER; MIKULINCER, 2012).

Conforme destacam Sharpsteen e Kirkpatrick (1997⁵, apud COSTA, 2010), o ciúme, assim como os comportamentos de apego, também teria como objetivo a manutenção do relacionamento. Dessa forma, as situações de ciúme tenderiam a ativar os processos de apego (RAUER; VOLLING, 2007) ao mesmo tempo em que ameaças às relações de apego tenderiam a despertar manifestações de ciúme (HARRIS; DARBY, 2010). Nesse contexto, pessoas que apresentam maiores níveis de ansiedade em seus estilos de apego – ou seja, que apresentam uma maior preocupação em relação à perda da pessoa amada – estariam mais vulneráveis à experiência de um ciúme aumentado (COSTA, 2010; RAUER; VOLLING, 2007). Esses estilos estão relacionados à internalização de um modelo negativo de si e do outro, em que a pessoa vê a si mesma como indigna de amor e atenção, enquanto o outro é visto como não confiável (RAUER; VOLLING, 2007). Desta forma, as experiências iniciais também estão relacionadas à construção da autonomia e da autoestima (RAUER; VOLLING, 2007), as quais, por sua vez, tendem a se mostrar relacionadas ao ciúme (ATTRIDGE, 2013).

A relação entre ciúme e autoestima, pode ser mais bem compreendida a partir das contribuições de Satir (1995), que atribui a esta o papel de “fundamento das decisões sobre como se comportar. (...) Havendo baixo nível de auto-estima, tudo passa a ter significado pessoal: a meu favor ou contra mim” (p. 32-34). Assim, de acordo com essa

5 SHARPSTEEN, D. J.; KIRKPATRICK, L. A. Romantic jealousy and adult romantic attachment. **Journal of Personality and Social Psychology**, Washington, v. 72, n. 3, p. 627-640, 1997.



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

autora, uma boa autoestima é necessária para que a pessoa consiga avaliar as situações de forma adequada. A baixa autoestima, por outro lado, favoreceria a utilização de defesas diante das dificuldades relacionais e a conseqüente negação dos próprios sentimentos e necessidades, o que contribuiria para a insegurança e a vulnerabilidade no relacionamento.

A família desempenha um papel de grande importância no desenvolvimento da autoestima (PEIXOTO, 2004; PITTMAN, 1994; RANGARAJAN; KELLY, 2006). Nesse sentido, a existência de segredos familiares, o excesso de críticas e os padrões de comunicação familiar constituem aspectos a serem observados. Pais alcoolistas, por exemplo, podem mostrar-se desatenciosos com os filhos e não estimular um padrão de comunicação que valorize suas conquistas, elemento importante para a construção de um autoconceito positivo (RANGARAJAN; KELLY, 2006). De forma semelhante, estudos têm demonstrado a relação entre ser vítima de violência na infância e maiores manifestações de ciúme (COSTA, 2010), o que pode estar relacionado à ideia de que a experiência de violência na infância tende a afetar as representações de apego e o desenvolvimento da autoestima (MAYER; KOLLER, 2012).

No entanto, não são apenas as relações com os pais e cuidadores que devem ser consideradas quando se analisa uma especial vulnerabilidade ao ciúme. O vínculo entre irmãos é complexo e envolve uma série de sentimentos que podem parecer contraditórios à primeira vista – tais como amor e ódio, lealdade e traição, cuidado e abuso, cooperação e competição –, o que o torna muito importante no desenvolvimento da identidade de cada um (MOSEER et al., 2005). Dessa forma, o chamado complexo fraternal seria de grande relevância para a compreensão do ciúme, uma vez que esse complexo é descrito a partir da hostilidade sentida pela criança em relação aos seus irmãos/rivais, em virtude do medo de perder ou ter que dividir o amor dos pais (ELYSEU JR., 2003).

Enquanto minha irmã estava arrasando no palco

(...)



Eu estava furiosa

Sentindo-me como (...) um pássaro engaiolado

Você nunca saberia com o que eu estava lidando

(...)

Mas eu estava feliz que ela estava arrasando

(...)

Sem mentiras, eu me sinto bem por ela, mas o que eu faço agora?

(K. Rowland. Dirty Laundry.

Gravada por Kelly Rowland em 2013

Letra acessada em www.vagalume.com.br - Tradução nossa)

Também se mostra relevante a forma como a criança percebe a divisão do amor de seus pais entre ela e seus irmãos, ou seja, ela percebe que os pais lhe destinam o mesmo afeto que a seus irmãos, ou se sente em desvantagem? (RAUER; VOLLING, 2007). De acordo com estes autores, essa percepção estaria relacionada ao modelo que a criança constrói de si e dos outros. Crianças que sentem receber menos afeto de seus pais do que seus irmãos tendem a desenvolver ciúmes fraterno e a apresentarem uma visão negativa de si e dos outros, o que contribui para maiores manifestações de ciúme nos relacionamentos românticos construídos na idade adulta. Deve-se destacar que, embora o que se mostre determinante seja a percepção da criança quanto a um tratamento igual ou desigual, em alguns casos, essa percepção pode ter um estímulo real, ou seja, haver realmente uma discrepância na atenção dispensada pelos pais entre os filhos.

O modelo conjugal parental

Você descobriu meus segredos e compreendeu por que eu era reservada

Você disse que não cometeríamos os mesmos erros que meus pais



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

Mas nós tínhamos contas para pagar

Nós não nos demos conta de nada

Quando é difícil aguentar

É nisso que eu penso

(T. Swift. Mine.

Gravada por Taylor Swift em 2010.

Letra acessada em www.vagalume.com.br – Tradução nossa)

A influência da família de origem não se limita, no entanto, às experiências diretas que a criança estabelece com seus irmãos ou cuidadores. De acordo com Jackson (1965⁶, p. 175 apud CERVENY, 1994, p. 35), “a criança não só aprende a responder a atitude de seus pais, mas também a utilizá-los como modelo da maneira como deve responder”. Assim, a qualidade do relacionamento conjugal dos pais tende a afetar a qualidade dos relacionamentos românticos que os filhos vivenciarão posteriormente (BUSBY; GARDNER; TANIGUCHI, 2005).

Elementos conflitantes na relação entre os pais se tornam uma bagagem cultural e um termo de comparação que os filhos usam para construir sua própria relação com o parceiro, e que trazem consigo, à espera de definição e solução, os aspectos problemáticos de origem. Penso que isso tem um papel importante no fenômeno de repetição de situações passadas, para além das “intenções” de delegação ou de exigências mais ou menos explícitas nesse sentido, por parte de um ou outro dos pais. (ÂNGELO, 1995, p. 50)

Nesse contexto, presenciar ou tomar conhecimento acerca da infidelidade de um dos pais pode impactar a confiança que este filho depositará em seus futuros parceiros românticos, bem como pode influenciar a visão que o mesmo fará de si enquanto parceiro, já que pode

6 JACKSON, D. The study of the family. **Family Process**, Thousand Oaks, v. 4, n. 1, p. 1 a 20, 1965.



haver a crença de que todos são infiéis. Os futuros relacionamentos românticos, mostram-se, assim, caracterizados pela possibilidade de ser traído ou de vir a trair, o que pode contribuir para uma menor intimidade e para uma maior desconfiança na relação, reforçando-se o ciúme (GREENE, 2006).

Docherty e Ellis (1976⁷ apud PINES, 1992) sugerem ainda que a infidelidade na relação conjugal dos pais tende a acarretar complicações extras à questão da triangulação edípica. A criança passa a se sentir ainda mais excluída, uma vez que sente ciúme não apenas da figura parental do sexo oposto, mas também de todos os outros homens ou mulheres cuja existência conhece.

Considerando-se a relação entre ciúme e autoestima, deve-se supor que testemunhar a violência conjugal presente na relação dos próprios pais também possa influenciar a experiência posterior de ciúme. Conforme sugere Hirigoyen (2006), “quando há violência entre seus pais, a criança se vê sempre como causadora, o que leva a uma perda de auto-estima” (p. 179). Além disso, a possibilidade de a criança se identificar com a vítima ou com o perpetrador da violência também pode contribuir para que ela venha a se envolver em situações de violência no futuro, as quais podem estar relacionadas ao ciúme. Nesse contexto, a violência poderia ser vista como forma aceitável de expressar o ciúme, ou ser encarada como uma manifestação tolerável do mesmo, em função do modelo aprendido na família de origem.

Mesmo que o relacionamento conjugal dos pais não seja marcado por situações de violência propriamente ditas, o envolvimento da criança nos conflitos conjugais pode abalar sua autoestima. Conforme Boas, Dessen e Melchiori (2010), a literatura tem demonstrado que a exposição constante da criança aos conflitos de seus pais pode contribuir para uma série de prejuízos, entre os quais se encontram, além dos danos à autoestima, dificuldades de interação com os pares e proble-

7 DOCHERTY, J. P.; ELLIS, J. A new concept and finding in morbid jealousy. *American Journal of Psychiatry*, Arlington, v. 133, n. 6, p. 679-683, 1976.



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

mas comportamentais. De acordo com a revisão apresentada por essas autoras, esse impacto ocorreria (a) tanto de forma direta, pelo fato de o conflito constituir uma fonte de estresse considerável para a criança, além de lhe apresentar um modelo disfuncional para a superação das dificuldades, (b) como de forma indireta, já que o conflito conjugal prejudicaria o exercício das funções parentais.

Bowen (1976) discute essa questão a partir dos conceitos de triangulação e diferenciação. A triangulação ocorre quando se envolve uma terceira pessoa em um relacionamento como forma de aliviar a ansiedade, como, por exemplo, quando os pais, ao invés de lidarem diretamente com as dificuldades presentes em seu relacionamento conjugal, passam a se focar cada vez mais no filho ou a utilizá-lo para se queixarem um do outro. Pais que apresentam um baixo nível de diferenciação tendem a recorrer com maior frequência a esses processos de triangulação, o que, por sua vez, tende a prejudicar o nível de diferenciação do filho. A diferenciação se refere à capacidade de distinguir razão e emoção, bem como de funcionar de forma autônoma mesmo em relacionamentos de grande intimidade (BOWEN, 1976; LANS; MOSEK; YAGIL, 2014), tratando-se, portanto, de um conceito intra e interpessoal (LANS; MOSEK; YAGIL, 2014). De acordo com Bowen (1976),

Uma pessoa pouco diferenciada está presa em um mundo de sentimentos. (...) Existe um esforço constante para manter a vida emocional em um equilíbrio suportável (...) e vivem em um mundo em que é impossível distinguir sentimentos e fatos. Orientam-se totalmente em direção aos relacionamentos. Muita energia é gasta em buscar amor e aprovação (p. 69-70 - tradução nossa).

Além dessa maior tendência à dependência nos relacionamentos, pessoas com um baixo nível de diferenciação podem manifestar comportamentos que se situem em um outro extremo, ou seja, buscando o distanciamento e evitando se envolver (LANS; MOSEK; YAGIL, 2014). Assim, é possível supor que, em função da confusão existente entre razão e emoção, bem como da alta reatividade que consequentemente passa a marcar seus relacionamentos, essas pessoas com um bai-



xo nível de diferenciação possam se mostrar especialmente vulneráveis ao ciúme ou a expressarem-no de forma mais prejudicial à relação.

Essa hipótese foi confirmada pelo estudo conduzido por Lans, Mosek e Yagil (2014) com 126 casais residentes em Israel. Os autores constataram que baixos níveis de diferenciação tendem a contribuir para manifestações mais intensas de ciúme, em suas diferentes dimensões: comportamental, cognitiva e emocional. No entanto, foram identificadas diferenças entre mulheres e homens, de forma que aquelas, ao se depararem com o ciúme, buscariam uma maior proximidade com o parceiro, situando-se no extremo da fusão sugerido por Bowen (1976), enquanto estes tenderiam a se distanciar de suas parceiras, aproximando-se do extremo do rompimento emocional. Essa divergência é explicada pelos autores a partir das diferenças presentes no processo de separação-individuação de meninos e meninas. De acordo com teóricos da psicologia do desenvolvimento, enquanto no menino esse processo seria caracterizado pela separação em relação à mãe, na menina, essa separação dar-se-ia concomitantemente à identificação com a mesma, de forma que, para eles, a ênfase estaria na autonomia e, para elas, na proximidade.

Valores, crenças e mitos familiares

O Adão comeu a fruta e a Eva se perdeu

Julieta se matou só por causa do Romeu

Minha bisa já dizia, minha avó já ensinava

Minha mãe já repetia quando o meu pai vacilava

O quê?

Homem? Homem não presta

(G. O Pensador. Homem não presta.

Gravado por Gabriel O Pensador em 2012.

Letra acessada em www.vagalume.com.br)



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

Deve-se destacar, porém, que, quando se aborda a importância da família de origem, essa não se limita à família nuclear ou àqueles parentes com os quais o indivíduo tem ou teve contato direto. Valores, crenças e mitos referentes às gerações passadas mostram-se importantes para a constituição da identidade familiar, influenciando os relacionamentos na geração atual. Embora apresentem suas especificidades, esses fenômenos se caracterizam por serem transmitidos de forma implícita ou explícita às gerações subsequentes, definindo, de forma geral, como cada família vê o mundo e a si mesma, o que considera importante, aquilo que classifica como certo ou errado e o que é esperado de seus membros (FALCKE; WAGNER, 2005). Muitos desses processos estão relacionados à forma como a família interiorizou valores presentes na sociedade e à forma como os reproduz e transmite a seus membros. A família constitui uma das principais instituições responsáveis pela socialização dos jovens e adultos, transmitindo normas e valores culturais (GOODRICH et al., 1990; STREY, 2007). Nesse sentido, a família apresenta uma relação bidirecional com a sociedade mais ampla, de forma que, ao mesmo tempo em que assimila e reproduz seus valores, permite seu questionamento e transformação (GOODRICH, 2003; STREY, 2007).

No que se refere ao ciúme, deve-se considerar, em especial, a importância dos valores transmitidos pela família de origem no que tange aos papéis de gênero, ou seja, àquilo que deve ser esperado de homens e mulheres (STREY, 2007). Esses valores são transmitidos pelas famílias às crianças ao longo de todo o seu processo de socialização, seja através de mensagens explícitas ou dos modelos de comportamento exibidos pelas gerações anteriores (NUTT, 2003; STREY, 2007). Como a música apresentada no início desta seção, as famílias são, por vezes, marcadas por crenças de que homens ou mulheres comportam-se inerentemente de forma específica e de que, por isso, são ou não confiáveis. Assim, essas crenças podem contribuir para uma atitude de desconfiança em relação ao parceiro ou parceira, bem como para o desenvolvimento de crenças específicas sobre como deve ser o próprio comportamento, que, por sua vez, podem levar ao ciúme daquele com quem se relaciona. Por exemplo, uma família pode reforçar crenças de que homens têm

maior necessidade de sexo e de que, ao contrário das mulheres, são capazes de separar sexo e amor, o que faria com que a infidelidade fizesse parte de sua natureza (PITTMAN, 1994). Tais valores impactarão tanto as mulheres como os homens que crescem nessas famílias. Elas podem esperar e desconfiar constantemente de uma possível traição e eles podem acreditar que devem reproduzir esses comportamentos para serem vistos como homens de fato. Pode-se, ainda, transmitir a crença de que mulheres precisam de homens para se sentirem completas (GOODRICH et al., 1990), fazendo com que situações de infidelidade – e possivelmente de ciúme – sejam vistas como toleráveis, cabendo à mulher o papel de suportá-las e superá-las. Tais estereótipos de gênero podem se tornar ainda mais arraigados quando são reforçados pela cultura mais ampla da qual a pessoa faz parte (NUTT, 2003)⁸.

Uma pesquisa realizada com mais de 1000 adolescentes americanos fornece evidências que reforçam a hipótese de que haveria uma relação entre estereótipos de gênero e ciúme (NOMAGUCHI et al., 2011). De acordo com os resultados obtidos por estes autores, quando pais e mães apresentam atitudes negativas em relação ao sexo oposto, os adolescentes mostram-se mais propensos a replicarem essa atitude e a serem mais desconfiados em relação a pessoas do sexo oposto. Isso não impede que os adolescentes se envolvam em relacionamentos românticos, mas pode contribuir para que eles se mostrem mais ciumentos, especialmente no caso dos meninos. Os autores acreditam que as meninas poderiam ser menos vulneráveis ao impacto dessa desconfiança de gênero sobre os seus relacionamentos pelo fato de desenvolverem amizades íntimas com outras meninas desde cedo, o que contribuiria para o desenvolvimento de suas habilidades sociais; além disso, sugerem que homens que desconfiam de mulheres podem encarar relacionamentos íntimos como uma forma de competição, o que favoreceria a ocorrência de conflitos como forma de obter controle no relacionamento.

⁸ Embora os exemplos apresentados neste parágrafo se atenham a um modelo de relação heterossexual, há motivos para se acreditar que também as relações homoafetivas sejam influenciadas pelas crenças de gênero que podem ser transmitidas pelas famílias de origem (GOODRICH, 2003). No entanto, as relações homoafetivas serão discutidas de forma mais aprofundada em outro capítulo deste volume.

Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

Valores referentes às questões de gênero também podem prejudicar a intimidade do casal. De acordo com Rampage (2003), a falta de igualdade entre os parceiros constitui um importante obstáculo à intimidade, visto que as ideias e sentimentos de um deles tendem a ser vistos como menos importantes. Além disso, a visão de que homens e mulheres seriam inerentemente diferentes e de que eles seriam mais focados na ação, enquanto elas priorizariam o sentimento tende a contribuir para o distanciamento entre os parceiros nas relações heterossexuais, prejudicando sua comunicação e a empatia entre eles. Mas qual a relação entre intimidade e ciúme? Ser íntimo está ligado à ideia de realmente conhecer o outro, o que contribui para que a pessoa se sinta segura no relacionamento, afinal, como posso confiar em alguém que sinto que não conheço (PITTMAN, 1994)?

As famílias podem, ainda, apresentar mitos específicos a respeito do ciúme e da infidelidade. Alguns exemplos apresentados por Pittman (1994) e que podem ser aqui destacados são: (a) uma traição é sinônimo de falta de amor; (b) o/a amante é necessariamente mais atraente do que o parceiro traído; (c) se alguém é infiel, a culpa é do seu parceiro que não atende às suas necessidades ou (d) todos são infiéis. Não é difícil imaginar a relação entre esses mitos e possíveis manifestações de ciúme. Por exemplo, se todos traem, esse pode ser um acontecimento constantemente esperado, de forma que o ciúme seria uma resposta lógica mesmo diante da ausência de quaisquer evidências. Por outro lado, os demais mitos citados tornam a possibilidade de traição especialmente assustadora, já que atribuem culpa e falta de qualidades àquele que é traído, o que pode ameaçar a autoestima e contribuir para o ciúme, especialmente se a pessoa já tiver passado por traições anteriores.

*Ele me ama, ele não te chama, diz que eu sou
mais
do que você pode ver.*

(Perlla. Ciúme doentio.

Gravada por Perlla e Joelma

Letra acessada em www.vagalume.com.br)



Crenças familiares relacionadas à inevitabilidade de uma traição podem contribuir para o desenvolvimento das chamadas profecias autorrealizadoras. Nesse sentido, pessoas que acreditam que serão traídas podem agir de formas que ameacem o seu relacionamento, seja se comportando de maneira a afastar o seu parceiro ou a chamar sua atenção para outros parceiros em potencial, o que indiretamente pode aumentar as chances de uma possível traição (ALMEIDA; RODRIGUES; SILVA, 2008; ALMEIDA; SCHLÖSSER, 2014; ALMEIDA, 2012). Em um estudo realizado em dois momentos com 45 casais heterossexuais brasileiros, Almeida (2012), encontrou evidências que reforçam essa hipótese. O ciúme relatado na primeira fase do estudo mostrou-se relacionado à possibilidade de infidelidade na segunda fase. Considerando que as profecias autorrealizadoras envolvendo possíveis traições podem levar a comportamentos de hostilização do parceiro, o autor conclui que “não fica difícil compreender que, nesse estado de carência, parceiros intimidados, agredidos, seja fisicamente ou em sua autoestima, começam a aprender a escapar dessas relações improdutivas e contam, muitas vezes, com o encanto e o auxílio de uma nova aventura sentimental” (p. 496). Deve-se destacar, no entanto, que isso não quer dizer que o parceiro ciumento deva ser responsabilizado pela infidelidade de seu parceiro. O ciúme pode sim contribuir para o enfraquecimento do relacionamento conjugal, mas aquele que se sente alvo desse sentimento possui diferentes alternativas para lidar com a situação, sendo a infidelidade apenas uma delas e a qual escolherá em função de características pessoais e outras contingências. Alternativas como conversar com o parceiro, buscar terapia ou encerrar o relacionamento são algumas das outras opções disponíveis (PITTMAN, 1994).

Cada cônjuge trará à relação, portanto, os valores, crenças, mitos e experiências desenvolvidos em sua família de origem, os quais se unirão aos valores, crenças, mitos e experiências que seu parceiro traz da sua própria família (CARTER; MCGOLDRICK, 1995). É essa união que será abordada na seção seguinte.



A união de duas histórias e dois sistemas

Você pode ser o fantasma em meu saguão

Você pode ser o sorriso que eu não quero

Eu serei a mosca na sua parede

Você será a distância que separa

Você será tudo o que eu preciso

Você será a garota para quem não ligarei

(You Me At Six. Jealous Minds Think Alike.

Gravada por You Me At Six em 2008.

Letra acessada em www.vagalume.com.br - tradução nossa)

Conforme destaca Satir (1995), “o casal se compõe de três partes, dois indivíduos e uma relação: eu, você, nós” (p. 29). Dessa forma, para compreendermos como o ciúme se manifesta em cada relação específica, devemos considerar não apenas a história de cada um dos cônjuges, mas como a relação em que eles se encontram contribui para a releitura e atualização dessas histórias (ÂNGELO, 1995), visto que as atitudes dos cônjuges tendem a se retroalimentar, ou seja, a se influenciar mutuamente (WILLI, 1995).

Segundo Osório (2011), o ciúme é manifestação da dinâmica conjugal que se estabelece desde a escolha do cônjuge. Pode, assim, representar pactos inconscientes estabelecidos entre os cônjuges, que refletem os pactos presentes nas famílias de origem de cada um (ROMANO; BOULEY, 1995). As motivações envolvidas no casamento e na escolha do parceiro são, em sua maioria, inconscientes (PINCUS; DARE, 1987), de forma que, quando o ciúme – ou a própria infidelidade – mostrou-se uma questão relevante nas interações e na história da família de origem dos parceiros, o mesmo pode vir a influenciar a escolha do cônjuge e a relação do casal (OSÓRIO, 2011):



A atribuição de significados que cada sujeito outorga às relações parentais constitui o referencial que os leva a reestabelecerem seu próprio modelo relacional. As pessoas reagem e interagem não apenas com o outro real, mas também com o outro interno, uma representação psíquica. (p. 101 - tradução nossa).

Utilizando-se a abordagem proposta por Elkaim (1995), cada cônjuge desenvolve, a partir de suas experiências de vida, um mapa de mundo que embasará suas crenças – conscientes ou não – acerca de como devem ser as relações e do que se pode esperar das mesmas. Esse mapa de mundo, no entanto, pode entrar em conflito com o seu programa oficial, ou seja, com aquilo que ele ou ela afirma desejar do relacionamento. Esse movimento pode ocorrer simultaneamente em ambos os cônjuges, dando lugar a um duplo-vínculo recíproco, em que eles precisam se adequar a dois níveis distintos de expectativas, que, por serem contraditórios, levam ao conflito conjugal. Em um de seus trabalhos, este autor, apresenta um exemplo em que o sentimento de ter sido preterida pelos pais em favor das suas irmãs contribuiu para que uma mulher formulasse um mapa de mundo caracterizado pela ideia de ser constantemente superada por outras. Nesse caso, embora ela expressasse o desejo de ser a única em sua relação com o marido, essa ideia contrariava o seu mapa de mundo, o que contribuía para o surgimento de conflitos conjugais, já que o marido se via diante de duas demandas contraditórias. A maneira como o parceiro responderá a essas contradições estará relacionada à sua própria história, ou seja, a seu mapa de mundo. Dessa forma, a maneira como o ciúme será vivenciado em cada relação dependerá da história de cada um, da história do casal e das interações dos cônjuges (ELKAIM, 1995).

O ciúme tende a apresentar, assim, um papel específico em cada relação (PINES, 1992). De acordo com Pittman (1994), o ciúme pode ser utilizado como forma de reassegurar-se quanto ao desejo do parceiro ou para chamar a sua atenção. Além disso, o ciúme pode surgir em decorrência de uma culpa que se sente em relação ao parceiro. Neste caso, o ciúme pode ser encarado como uma forma de negar sentimentos ambivalentes e de projetar no outro a própria insatisfação, pois



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

O ciúme é o instrumento perfeito para aquelas pessoas que estão tão zangadas e assustadas que precisam proteger-se da intimidade, e que não conseguem reconhecer que a raiva à qual estão tão sensíveis está vindo de dentro delas. Se elas conseguem fazer com que o cônjuge seja infiel, podem então justificar sua raiva e distância na continuação do casamento. E nada disso é culpa delas (PITTMAN, 1994, p. 51).

Além disso, a abordagem sistêmica destaca a necessidade de atentar aos padrões que podem estar relacionados à ativação de comportamentos de ciúme. A omissão de informações pode aumentar a insegurança e os comportamentos de controle do parceiro, os quais, por sua vez, podem aumentar ainda mais o distanciamento do outro, dando-se lugar a um círculo vicioso (PINES, 1998). Conforme assinalam Almeida, Rodrigues e Silva (2008), esse distanciamento pode contribuir para que, de fato, o parceiro venha a se aproximar de uma terceira pessoa, por se ressentir das cobranças e do monitoramento constante.

*Se você põe aquele seu vestido lindo
E alguém olha pra você
Eu digo que já não gosto dele
Que você não vê que ele
Está ficando “demodê”*

*Mas é ciúme
Ciúme de você*

*(R. Carlos & E. Carlos. Ciúme de você.
Gravado por Raça Negra em 1997.
Letra acessada em www.vagalume.com.br)*

Dessa forma, questões relacionadas à dinâmica proximidade-distanciamento e à clareza da comunicação devem ser consideradas (LANS; MOSEK; YAGYL, 2014). Conforme destacam Scheinkman e Werneck (2010), o ciúme é alimentado pelas incertezas: a pessoa que o vivencia constantemente se questiona sobre os pensamentos e sentimentos do parceiro, bem como sobre a adequação de suas próprias



reações. Portanto, mensagens ambíguas, bem como a falta de intimidade devem ser considerados, visto que contribuem para essa sensação de insegurança, já que os parceiros se sentem na necessidade de monitorar o outro constantemente para saberem o que está acontecendo a ele e a relação (PITTMAN, 1994).

É possível ainda que um dos parceiros busque – conscientemente ou não – despertar o ciúme do outro. Em um estudo internacional, envolvendo 212 participantes, Fleischmann et al. (2005), constaram que táticas para despertar o ciúme do parceiro podem ser utilizadas de acordo com diferentes objetivos: (a) obter algum ganho, como aumentar a própria autoestima, por exemplo, (b) punir o parceiro ou (c) controlá-lo. Essas táticas envolvem comportamentos que vão desde um distanciamento proposital até demonstrar que existem outras opções em termos de relacionamento, o que pode incluir falar de antigos namorados, tecer comentários sobre outros homens/mulheres ou, até mesmo, relacionar-se intimamente com outras pessoas. No entanto, deve-se refletir acerca do que está por trás desse desejo de provocar o ciúme do parceiro. O que esse comportamento diz a respeito das necessidades dessa pessoa, bem como da forma como elas estão ou não sendo atendidas? O que essa pessoa realmente quer alcançar que vale a pena colocar o seu próprio relacionamento em risco (FISHER, 2011)? Que papel a história dessa pessoa exerce nessa atitude? Estaria ela na verdade, ao tentar despertar o ciúme do parceiro, buscando uma compensação por algo que ocorreu em seu passado ou por uma atenção que não recebeu?

E eu adoro te deixar com ciúmes, mas não me julgue

E sei que estou sendo rancorosa, mas isso não é nada

Isso não é nada

Eu sou apenas ciumenta

(B. Knowles. Jealous.

Gravada por Beyoncé Knowles em 2013

Letra acessada em www.vagalume.com.br - tradução nossa)



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

Além disso, não se deve ignorar a possibilidade de que o ciúme manifestado por um dos parceiros seja reflexo de uma percepção acurada de que, de fato, algo não vai bem na relação. Uma das possibilidades é de que, embora negada pelo parceiro, esteja já ocorrendo uma infidelidade real, resultando na dúvida daquele que vive o ciúme e na suspeita se os sinais de infidelidade são de fato reais ou se está completamente equivocado em suas percepções. Mesmo que uma traição “concreta” ainda não tenha ocorrido ou que haja discordâncias entre os parceiros no que deve ou não ser considerado como uma traição, o ciúme manifestado por um deles pode ser entendido como um sintoma de algo que está acontecendo na relação (PITTMAN, 1994).

Momentos específicos do ciclo vital individual e familiar também se mostram relevantes à compreensão do ciúme. Momentos de crise e mudança tendem a exacerbar possíveis vulnerabilidades e inseguranças, constituindo uma oportunidade perfeita para a ativação de manifestações de ciúme (PITTMAN, 1994), em especial se o momento atravessado vier especificamente a lembrar algo marcante ocorrido na história de um ou ambos os parceiros, bem como de suas famílias de origem (CARTER; MCGOLDRICK, 1995).

Não se deve assumir, assim, que, ao longo de toda a história de uma dada relação, um parceiro será sempre o ciumento, enquanto o outro será o alvo do ciúme. O ciúme, muitas vezes, adquire a característica de uma dança, em que os parceiros trocam de posições, da mesma forma que, em diferentes relações, uma mesma pessoa pode ocupar posições inversas (SCHEINKMAN; WERNECK, 2010). Assim, além de se considerar a história de cada parceiro e a história da relação em si, deve-se sempre atentar para as particularidades do momento atual.

A relação conjugal tende a se basear nos modelos e experiências passados de cada um dos cônjuges (SATIR, 1995), de forma que a escolha do parceiro e a relação estabelecida a partir de então representam uma continuidade das experiências vivenciadas na família de origem (ÂNGELO, 1995). Essas experiências e modelos adquirirão um colorido especial em cada relacionamento a partir do encontro de dois



cônjuges que trazem consigo suas histórias particulares (PINES, 1992) e em cada momento específico dessa relação (PITTMAN, 1994). Nesse contexto, a existência de pactos inconscientes entre os cônjuges é frequente, no entanto, deve-se estar atento para a formação de possíveis colusões entre os cônjuges. Tem-se uma colusão quando há um enrijecimento da dinâmica conjugal que se estende por diversos domínios da relação (ROMANO; BOULEY, 1995). Ou seja, quando o casal se sente aprisionado dentro de uma determinada conflitiva (SATIR, 1995), é hora de pensar em procurar ajuda.

Possibilidades de mudança: Que tipos de ajuda encontram-se disponíveis?

Mas que fazer com essa dor que me invade?

Mato esse amor ou me mata o ciúme

*(M. Franco. Ainda ontem chorei de saudade.
Gravada por Rio Negro & Solimões em 2002.
Letra acessada em www.vagalume.com.br)*

Aqueles que sofrem em função do ciúme – seja por senti-lo ou por ser alvo do mesmo – dispõem de alternativas para lidar com essa questão, sendo a psicoterapia uma delas. Partindo-se da ideia, de que algumas das dificuldades vivenciadas pelos cônjuges podem estar relacionadas aos seus modelos infantis, Satir (1995) destaca a importância de entrar “em contato com seus sentimentos para com o pai ou a mãe, que pode ser personificado pelo cônjuge, para que se possa diferenciar o primeiro do segundo” (p. 33). Nesse sentido, a terapia trabalharia então a relação com a família de origem.

Considerando o grande impacto que o ciúme exerce na relação conjugal (SCHEINKMAN; WERNECK, 2010), a terapia de casal pode se mostrar a opção mais adequada a alguns casos (ANDOLFI, 1995; SATIR, 1995). A terapia de casal permite trabalhar aqueles padrões existentes no relacionamento que tendem a despertar o ciúme de um dos parceiros ou ambos (PINES, 1998), abordando a dinâmica proximida-



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

de-distanciamento que, por vezes, estabelece-se nesses casais e que é caracterizada pela polaridade desconfiança e questionamento *versus* segredo, afastamento e distanciamento (SCHEINKMAN; WERNECK, 2010). De acordo com estes autores, haveria três tarefas fundamentais a serem abordadas por casais que estão enfrentando dificuldades em função do ciúme: (a) o estabelecimento de limites claros aceitos por ambos os cônjuges; (b) a negociação em busca do equilíbrio entre liberdade e segurança e (c) o desenvolvimento de estratégias para lidar com as inseguranças. Além disso, o casal deve ter clareza acerca de seus próprios padrões comportamentais que contribuem para a dinâmica do ciúme e de como os parceiros se influenciam mutuamente. Aspectos da história do casal ou de cada um dos cônjuges que contribuam para essa dinâmica devem ser também trabalhados. O objetivo do terapeuta, nesse contexto, não é simplesmente acabar com o ciúme, mas contribuir para que o casal desenvolva outras formas de se relacionar e comunicar, minimizando o impacto de sentimentos, ideias e comportamentos que possam estar alimentando o ciúme.

Além disso, é possível realizar sessões que contem com a participação da família de origem dos cônjuges (ANDOLFI, 1995). A família de origem é abordada como um recurso na solução das dificuldades do casal e não como a causa das mesmas. Assim, a vinda desses parentes é vista como uma maneira de conhecer melhor cada um dos cônjuges e não como um convite à sua interferência no conflito conjugal.

Deve-se destacar, porém, que a terapia de casal não é vista como a modalidade mais adequada em contextos de violência conjugal, uma vez que o parceiro que é alvo desses comportamentos pode se sentir constrangido em contar aquilo que realmente acontece, por medo do outro, ou pode se expor a novos episódios de violência em função do que foi dito na terapia (HIRIGOYEN, 2006). Nestes casos, recomenda-se a terapia individual ou em grupo para ambos, além das medidas protetivas que se mostrarem necessárias.

Como, em alguns casos, o ciúme pode estar relacionado a outras condições (APA, 2014), uma avaliação psiquiátrica pode também se mostrar necessária. Embora algumas pessoas se assustem com essa



possibilidade, uma atuação conjunta entre o psiquiatra e o terapeuta pode se mostrar bastante benéfica, contribuindo para o manejo do sofrimento despertado por essas situações e favorecendo o trabalho que o casal está realizando em sua terapia.

Uma vez que a literatura tem corroborado a relevância das experiências vivenciadas na família de origem para uma maior vulnerabilidade ao ciúme, é possível também pensar em uma abordagem preventiva que beneficie crianças e adolescentes. Trabalhos têm sido apresentados no sentido de auxiliar os casais a desenvolverem estratégias construtivas para a resolução dos conflitos conjugais, tendo em vista o impacto que os mesmos tendem a exercer sobre a qualidade de vida de crianças e adolescentes, bem como sobre seu desenvolvimento (WAGNER; MOSMANN, 2012). No caso específico do ciúme, é interessante que os pais estejam atentos para a possibilidade de as crianças reproduzirem suas atitudes a esse respeito, bem como para possíveis favoritismos e diferenciações que venham a realizar entre seus filhos. A terapia familiar ou conjugal, nesse contexto, pode trabalhar no sentido de desenvolver outras formas de relacionamento que se mostrem mais benéficas para todos os envolvidos (DATÍLIO; JONGSMA, 2010).

Considerações finais

*O perigo de todo ciúme
É o fim do prazer
Quando eu preciso de atenção
Está com raiva de mim
A tempestade no coração
Quase te faz esquecer
A minha paixão*

*(C. Horsth, R. Feghali, & Nando. Tolo ciúme.
Gravada por Roupa Nova em 1987.
Letra acessada em www.vagalume.com.br)*



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

Antes de mais nada, deve-se destacar que compreender o ciúme a partir das experiências vivenciadas na família de origem não significa culpabilizar os pais, irmãos ou quaisquer parentes. Conforme discutido na introdução deste capítulo, é importante conceber as manifestações de ciúme como deflagradas a partir da interação de uma vulnerabilidade pessoal e de uma situação concreta com a qual a pessoa se depara (PINES, 1992). Como bem assinala Elkaim (2008):

Estariamos errados em explicar as tempestades internas que às vezes nos abalam unicamente com elementos ligados à nossa história: são os acontecimentos do presente que as provocam, ao entrarem em ressonância com as experiências vividas e as crenças enraizadas em nossa própria história. O passado e o presente desempenham um papel no nascimento desses maremotos afetivos – na verdade, ambos são necessários, mas nenhum deles sozinho é suficiente. (...) Nossas vivências de outrora se parecem com dragões adormecidos sob a nossa cama. Podemos não perceber a presença deles. Porém, um dia, certo acontecimento toca a música certa para acordar o dragão. E eis que ele desperta, perturbando o nosso universo. (p. 38)

A partir dessa abordagem, tanto os profissionais terão mais elementos com os quais trabalharem, como as pessoas que vivenciam o ciúme ou que se sentem atingidas pelo mesmo poderão se tornar mais conscientes acerca de seus comportamentos e daquilo que pode influenciá-los, ao se voltarem para sua própria história de vida. Dessa forma, uma pessoa que se sinta particularmente vulnerável ao ciúme poderá questionar-se até que ponto as experiências anteriormente vivenciadas estão influenciando suas reações e buscar o auxílio de um profissional, quando necessário, sabendo que há o que ser feito para melhorar sua qualidade de vida e suas relações. Resultados de pesquisas como as apresentadas neste trabalho também têm o potencial de contribuir para ações de prevenção. Ao saberem o impacto que seus comportamentos podem causar ao desenvolvimento de seus filhos e a seus futuros relacionamentos românticos, os pais podem repensar suas atitudes e os profissionais podem desenvolver atividades voltadas à melhoria do relacionamento dos casais.



*É o meu ciúme
É o meu amor com medo de perder você*

*Eu te amo até demais, o que fazer
Se eu não sei por um minuto te esquecer
É tão forte no meu peito essa emoção
Mas pra gente ser feliz eu vou domar meu coração*

*(L. Ayrão. Meu ciúme.
Gravada por Roberto Carlos em 1968
Letra acessada em www.vagalume.com.br)*

Referências

ALMEIDA, T. O ciúme romântico atua como uma profecia autorrealizadora da infidelidade amorosa?. **Estudos de Psicologia** (PUCCAMP. Impresso), v. 29, p. 489-498, 2012.

ALMEIDA, T.; RODRIGUES, K. R. B.; SILVA, A. A. O ciúme romântico e os relacionamentos amorosos contemporâneos. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 13, n. 1, p. 83-90, 2008.

ALMEIDA, T.; SCHLÖSSER, A. Romantic jealousy and love infidelity correlations. **Current Urban Studies**, v. 2, p. 212-219, 2014.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION – APA. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais – DSM V**. Porto Alegre, Artmed, 2014. 948 p.

ANDOLFI, M. Crise de casal e família trigeracional. In: ANDOLFI, M.; ANGELO, C.; SACCU, C. (Orgs.). **A crise do casal**. São Paulo: Summus, 1995, p. 105-119.



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

ÂNGELO, C. A escolha do parceiro. In: ANDOLFI, M.; ANGELO, C.; SACCU, C. (Orgs.). **A crise do casal**. São Paulo: Summus, 1995, p. 47-57.

ATTRIDGE, M. Jealousy and relationship closeness: exploring the good (reactive) and bad (suspicious) sides of romantic jealousy. **Sage Open**, Thousand Oaks, v. 3, p. 1-13, 2013.

BARONCELLI, L. Amor e ciúme na contemporaneidade: reflexões psicossociológicas. **Psicologia & Sociedade**, Belo Horizonte, v. 23, n. 1, p. 163-170, 2011.

BOAS, A. C. V. B. V.; DESSEN, M. A.; MELCHIORI, L. E. Conflitos conjugais e seus efeitos sobre o comportamento de crianças: uma revisão teórica. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 62, n. 2, p. 91-102, 2010.

BOWEN, M. Theory in the practice of psychotherapy. In: GUERIN JR., P. J. (Org.). **Family therapy: theory and practice**. New York: Gardner Press, 1976, p.42-90.

BOWLBY, J. **Uma base segura**: aplicações clínicas para a teoria do apego. Porto Alegre: Artes Médicas, 1989.

BOWLBY, J. Formação e rompimento de vínculos afetivos. In: _____ (Org.). **Formação e rompimento de laços afetivos**. 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2001. p. 167-223. (Trabalho originalmente publicado em 1977).

BOSZORMENYI-NAGY, I.; SPARK, G. M. **Lealtades invisibles**: reciprocidad en terapia familiar intergeracional. Buenos Aires: Amor-ortu, 2008. (Trabalho originalmente publicado em 1973).

BUSBY, D. M.; GARDNER, B. C.; TANIGUCHI, N. The family of origin parachute model: landing safely in romantic relationships. **Family Relations**, Malden, v. 54, p. 254-264, 2005.



CARTER, B.; MCGOLDRICK, M. As mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia de família. In: _____ (Orgs.). **As mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia familiar.** Porto Alegre: Artmed, 1995, p. 7-29.

CERVENY, C. M. O. **A família como modelo:** desconstruindo a patologia. Campinas: Psy, 1994.

COSTA, A. L. **Contribuições para o estudo do ciúme excessivo.** 2010. 146 f. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010.

DATTILIO, F. M.; JONGSMA, A. E. **The family therapy treatment planner.** Hoboken: John Wiley & Sons, 2010.

DESTENO, D.; VALDESOLO, P.; BARTLETT, M. Y. Jealousy and the threatened self: Getting to the heart of the green-eyed monster. **Journal of Personality and Social Psychology**, Washington, v. 91, n. 4, p. 626-641, 2006.

ECHEBURÚA, E.; FERNÁNDEZ-MONTALVO, J. **Celos en la pareja:** una emoción destructiva. Un enfoque clínico. Provença: Editorial Ariel, 2001.

ELKAIM, M. **Como sobreviver à própria família.** São Paulo: Integre-re, 2008. 143 p.

ELKAIM, M. Terapia de casal, sistema terapêutico e ressonância. In: ANDOLFI, M.; ANGELO, C.; SACCU, C. (Orgs.). **A crise do casal.** São Paulo: Summus, 1995, p. 91-104.

ELYSEU JR., S. Complexo fraternal: a fonte do ciúme e da inveja. **Psicologia: Teoria e Prática**, São Paulo, v. 5, n. 2, p. 55-66, 2003.

FALCKE, D.; WAGNER, A. A dinâmica familiar e o fenômeno da transgeracionalidade: definição de conceitos. In: WAGNER, A. (Org.).



Como se perpetua a família? A transmissão dos modelos familiares. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2005, p. 25-46.

FALCKE, D.; WAGNER, A.; MOSMANN, C. Passando a história a limpo: o impacto das experiências da família de origem na conjugalidade. In: WAGNER, A. (Org.). **Como se perpetua a família?** A transmissão dos modelos familiares. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2005, p. 67-80.

FERREIRA-SANTOS, E. **Ciúme: o medo da perda**. São Paulo: Claridade, 2003.

FISHER, M. **Inducing jealousy to get your mate's attention**. 2011. Disponível em: <<http://www.psychologytoday.com/blog/loves-evolver/201111/inducing-jealousy-get-your-mates-attention>>. Acesso em: 15 de Dez. de 2014.

FLEISCHMANN, A. A. et al. Tickling the monster: Jealousy induction in relationships. **Journal of Social and Personal Relationships**, Thousand Oaks, v. 22, n. 1, p. 49-73, 2005.

FREUD, S. Alguns mecanismos neuróticos no ciúme, na paranoia e no homossexualismo. In: _____ (Org.). **Edição eletrônica brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud**. Rio de Janeiro: Imago, 2000. (Trabalho originalmente publicado em 1922)

GOODRICH, T. J. A feminist family therapist's work is never done. In: SILVERSTEIN, L. B.; GOODRICH, T. J. (Orgs.). **Feminist family therapy: empowerment in social context**. Washington: American Psychological Association, 2003, p. 3-16.

GOODRICH, T. J. et al. **Terapia feminista da família**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1990.

GREENE, K. **Awareness of parental infidelity on college students'** reported commitment in romantic relationships. 2006. 112 f.



Tese (Doutorado) – College of Human Sciences, The Florida State University, Tallahassee, 2006.

HARRIS, C. R.; DARBY, R. S. Jealousy in Adulthood. In: HART, S.; LEGERSTEE, M. (Eds.), **Handbook of jealousy: theory, research, and multidisciplinary approaches**. New York: Wiley-Blackwell, 2010. P. 547-571.

HINTZ, H. C. O ciúme no processo amoroso. **Pensando Famílias**, Porto Alegre, v. 5, p. 45-55, 2003.

HIRIGOYEN, M. F. **A violência no casal: da coação psicológica à agressão física**. Rio de Janeiro, Bertrand Brasil, 2006.

LANS, O.; MOSEK, A.; YAGIL, Y. Romantic jealousy from the perspectives of Bowen's concept of differentiation and gender differences. **The Family Journal**, Thousand Oaks, v. 22, n. 3, p. 321-331, 2014.

MIERMONT, J. **Dicionário de terapias familiares: teoria e prática**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994,

JOHNSON, S. M. Introdução ao apego: um guia terapêutico para lidar com os vínculos primários e sua renovação. In: JOHNSON, S. M.; WHIFFEN, V. E. (Orgs.). **O processo de apego na terapia de casal e família**. São Paulo, Rocca, 2012, p. 3-16.

MAYER, L. R.; KOLLER, S. H. Rede de apoio social e representação mental das relações de apego de crianças vítimas de violência doméstica. In: HABIGZANG, L. F.; KOLLER, S. H. (Orgs.). **Violência contra crianças e adolescentes: teoria, pesquisa e prática**. Porto Alegre: Artmed, 2012, p. 21-32.

MINUCHIN, S.; LEE, W. Y.; SIMON, G. **Dominando a terapia familiar**. Porto Alegre: Artmed, 2008.



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

MOSER, C. J. et al. The impact of the sibling in clinical practice: transference and countertransference dynamics. **Psychotherapy Theory Research & Practice**, v. 42, n. 3, p. 267-278, 2005.

NOMAGUCHI, K. M. et al. Adolescents' gender mistrust: variations and implications for the quality of romantic relationships. **Journal of Marriage and Family**, Malden, v. 73, p. 1032-1047, 2011.

NUTT, R. L. Loyalty to family of origin. In: SILVERSTEIN, L. B.; GOODRICH, T. J. (Orgs.). **Feminist family therapy: empowerment in social context**. Washington: American Psychological Association, 2003, p. 79-90.

OSÓRIO, J. H. V. La dinâmica vincular celos-infidelidad. **Pensamiento Psicológico**, Cali, v. 9, n. 17, p. 97-102, 2011.

PASINI, W. **Ciúme: a outra face do amor**. Rio de Janeiro: Rocco, 2006.

PEIXOTO, F. Qualidade das relações familiares, auto-estima, autoconceito e rendimento acadêmico. **Análise Psicológica**, Lisboa, v. 22, n. 1, p. 235-244, 2004.

PINCUS, L.; DARE, C. **Psicodinâmica da família**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1987.

PINES, A. M. **Romantic jealousy: causes, symptoms, cures**. New York: Routledge, 1998.

PINES, A. M. Romantic jealousy: five perspectives and an integrative approach. **Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training**, v. 29, n. 4, p. 675-683, 1992.

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



RAMPAGE, C. Gendered constraints to intimacy in heterosexual couples In: SILVERSTEIN, L. B.; GOODRICH, T. J. (Orgs.). **Feminist family therapy: empowerment in social context**. Washington: American Psychological Association, 2003, p. 199-210.

RANGARAJAN, S.; KELLY, L. Family communication patterns, family environment, and the impact of parental alcoholism on offspring self-esteem. **Journal of Social and Personal Relationships**, Thousand Oaks, v. 23, n. 4, p. 655-671, 2006.

RAUER, A. J.; VOLLING, B. L. Differential parenting and sibling jealousy: developmental correlates of young adults' romantic relationships. **Personal Relationships**, Malden, v. 14, p. 495-511, 2007.

ROMANO, E.; BOULEY, J. C. O casal: terapeuta do indivíduo. In: ANDOLFI, M.; ANGELO, C.; SACCU, C. (Orgs.). **A crise do casal**. São Paulo: Summus, 1995, p. 120-132.

SATIR, V. A mudança no casal. In: ANDOLFI, M.; ANGELO, C.; SACCU, C. (Orgs.). **A crise do casal**. São Paulo: Summus, 1995, p. 29-37.

SCHACHNER, D. A.; SHAVER, P. R.; MIKULINCER, M. Teoria do apego adulto, psicodinâmica e relações conjugais. In: JOHNSON, S. M.; WHIFFEN, V. E. (Orgs.). **O processo de apego na terapia de casal e família**. São Paulo: Rocca, 2012, p. 17-39.

SCHEINKMAN, M.; WERNECK, D. Disarming jealousy in couples relationships: a multidimensional approach. **Family Process**, Malden, v. 49, p. 486-502, 2010.

SILVA, I. M. et al. Como nossos pais? Um levantamento da literatura sobre a repetição de padrões familiares na relação conjugal. In: CONGRESSO BRASILEIRO PSICOLOGIA & PROFISSÃO, 3, 2010, São Paulo. **Anais...**, São Paulo, 2010.



Capítulo 8 - As raízes do ciúme: uma compreensão a partir das experiências...

STREY, M. N. Gênero, família e sociedade. In: STREY, M. N.; SILVA NETO, J. A.; HORTA, R. L. (Orgs.). **Família e gênero**. Porto Alegre: Edipucrs, 2007, p. 17-38.

WAGNER, A.; MOSMANN, C. Intervenção na conjugalidade: estratégias de resolução de conflitos conjugais. In: BAPTISTA, M. N.; TEODORO, M. L. M. (Orgs.). **Psicologia de família: teoria, avaliação e intervenção**. Porto Alegre: Artmed, 2012, p. 237-245.

WEIGEL, D. J.; BENNETT, K. K.; BALLARD-REISCH, D. S. Family influences on commitment: examining the family of origin correlates of relationship commitment attitudes. **Personal Relationships**, Malden, v. 10, p. 453-474, 2003.

WILLI, J. A construção diádica da realidade. In: ANDOLFI, M.; ANGELO, C.; SACCU, C. (Orgs.). **A crise do casal**. São Paulo: Summus, 1995, p.38-46.

