

### **Aula 3**

#### **VIDA CONJUGAL**

- Identidade Conjugal
- Sexualidade

Quando pensamos em casal ou relacionamento conjugal surgem algumas perguntas que talvez todos um dia já devemos ter nos perguntado, como: Por que em meio a bilhões de pessoas no mundo, escolhemos uma dessas para vivermos juntos e compartilharmos nosso dia-a-dia, espaço e intimidade? Quais são as forças que estão em jogo na escolha do parceiro(a) para o casamento? O que nos impele ou impede de se unir a outra pessoa com o intuito de casar-se? Será era coincidência a escolha de se relacionar por um alguém e não por outro?

Encontramos ao longo de nossa vida uma variedade de outros: são milhares de homens e mulheres dos quais desejamos nos relacionar, mas num determinado momento nos apaixonamos por um alguém, fazemos a escolha de dividir parte da nossa vida com ele(a). Essa motivação é influenciada preponderantemente por questões psíquicas que permeiam a história de vida de todos os seres humanos.

A psicanálise traz a ideia de que todos nós temos a ilusão original, no qual refere-se aos estados primitivos da mente (vivências infantis armazenadas no inconsciente), essa ilusão original é representada pelo desejo de retomarmos inconscientemente a um estado ideal, pleno, livre de conflitos, onde não há separações, lutos e perdas. Estudamos no decorrer das últimas aulas que somos feitos de uma memória inconsciente que registra tudo que ocorre em nossa vida (principalmente as vivências traumáticas), nela consta nossa infância, pai, mãe, irmãos e todo um mundo relacional no qual se desenrola a trama psíquica de Narciso a Édipo.

As representações internas das figuras parentais vividas a partir das nossas relações familiares pode ser nomeada como “vivência virtual”, que possui como eixo a ilusão original. A vivência virtual pode ser inibida ou até dissimulada através dos mecanismos de defesa, algumas vezes pode ser sublimada (mecanismo de defesa que leva a uma saúde psíquica, como estudado em

sala), colocando-se a serviço da sociedade sob forma de criação e benefícios a outras pessoas. Mas, apesar disso nunca ficamos absolutamente livres da nossa ilusão original e do infantil registrado na memória inconsciente. Essas vivências pulsam constantemente, procurando uma oportunidade para a realização do não vivido através de outras relações, principalmente a conjugal.

É como se o outro se encaixasse perfeitamente nessas vivências mal resolvidas e vice-versa, ocorre um engate perfeito, uma reciprocidade harmoniosa de desejos, que por um instante, ficam cegos, mudos e surdos. Esse encaixe perfeito de desejos mútuos vai além, onde as palavras não conseguem comunicar, onde o racional perde sua força e altivez, para que a idealização represente toda a ilusão original.

Rubem Alves trata essa questão de modo poético: “A alma é uma coleção de belos quadros adormecidos, os seus rostos envolvidos pela sombra. Sua beleza é triste e nostálgica porque, sendo moradores da alma, sonhos, eles não existem no lado de fora. Vez por outra, defrontamo-nos com um rosto (ou será apenas uma voz, ou uma maneira de olhar, ou um jeito da mão...) que sem razões, faz a bela cena acordar. E somos possuídos pela certeza de que este rosto que os olhos contemplam, é o mesmo que, no quadro, está escondido pela sombra. O corpo estremece. Está apaixonado.”

Esses quadros adormecidos referem-se a toda vivência familiar que experimentamos e que ao apaixonar-se são despertadas, buscando através do novo (relacionamento) uma vivência antiga (relação parental). Diversas experiências psíquicas ressurgem no atual, como: pensamentos, afetos, desejos, moções pulsionais, amor, ódio, fantasias em todas as suas formas, sejam elas idealizadas ou persecutórias.

Talvez por isso seja tão difícil responder o questionamento do porque escolhemos tal pessoa e não outra para partilhar a vida conjugal. A ressurgência do anterior no atual torna essa pergunta complexa. No encontro a dois ocorre um cruzamento, entre a vivência atual (situação presente) e a vivência virtual de ambos os envolvidos, estabelece-se um ponto, uma unidade indivisível, um núcleo de vivência mútua, que com o tempo pode fazer com que os indivíduos misturem a suas questões a tal ponto que perde a identidade conjugal e porque não dizer a sua própria identidade, ambos alimentam sua relação das satisfações e frustrações inconscientes do passado. Se torna um

“encaixe perfeito” a medida que se movimentam na intenção de afastarem da percepção os conflitos e angústias antigas que rondam como fantasmas trazendo a tona sentimentos insuportáveis como o desamparo. O que resulta daí é um enredo cujos personagens pertencem ao atual, ao mesmo tempo em que reproduzem algo já não é mais.

A relação conjugal favorece uma intimidade tanto em aspectos físicos quanto psíquicos. Para o casal, a vivência de uma ruptura entre o atual e virtual não só traz a tona a “falha” da pessoa desejada, mas também a “falha” do contexto (o casamento) que permite facilmente a realização da ilusão original. O rompimento da interferência do virtual no atual pode gerar um estremecimento na representação que ambos tem um do outro (desidealização), perdendo de vista o idêntico, o igual, a satisfação plena. Por outro lado, quando há recursos internos no casal para passar por essa ruptura, pode haver a possibilidade de entrever o virtual, o mundo inconsciente que delimitava e determinava anteriormente a relação a dois.

Mas, muitas vezes no meio desse percurso de possibilidades e transformações o casal sente-se cansado e desgastado, surge aí o desejo em permanecer no conhecido, manter intacto o que os fascinou num primeiro instante, permanecendo assim em uma prisão mascarada pela fantasia de estar vivendo no paraíso das certezas. Outros transformam-se em caçadores de ilusão, pulando de uma relação a outra, vivendo casamentos temporários, sem raízes e alicerce.

Despir-se do conhecido é quebrar a quietude, provocar agitação. É deparar-se com aspectos desconhecidos e intoleráveis da própria mente, do outro e da relação. É confrontar-se com a dor que evoca a morte do anterior e o reconhecimento dos limites da relação. Lamanno (1994, p. 20) diz a seguinte frase sobre isso: “Sem desordem não há possibilidades de se desenvolver uma relação; sem ordem, porém, tampouco é possível. Delicado equilíbrio!”. É exatamente esse equilíbrio que torna a relação conjugal um desafio, é esse equilíbrio que constrói a identidade do casal (não deixando de lado a sua própria identidade e subjetividade), assunto que trataremos mais a frente.

Todo casal constitui logo no início do relacionamento alguns pactos inconscientes, no qual estabelece a posição que cada um ocupará e se movimentará ao longo da trajetória a dois. O exemplo a seguir tirado do livro

“Repetição e Transformação na Vida Conjugal: a psicoterapia do casal”, da autora Vera Lúcia Lamanno, demonstra através de um caso clínico um tipo de pacto feito por esse casal, logo no início do relacionamento.

**Lembro-me** de um casal de trinta e poucos anos de idade que se conheceu, e isso relataram com um sorriso maroto, quando ela estava na faculdade. Era final de ano e ela precisava ir bem na prova de cálculo; resolveu, então, recorrer a um professor particular. Um amigo comum colocou-a em contato com um matemático recém-formado que ganhava um dinheiro extra com essa atividade.

Encontraram-se. De imediato ela deu a ele todas as suas anotações e disse: “Está tudo aí, não posso repetir o ano”. Em uma semana não seria possível rever a matéria do ano todo. Tiveram uma idéia: ele faria a prova por ela.

Apostaram que no meio de tantos alunos de várias classes ninguém notaria que ele não freqüentava o curso regularmente. Dito e feito. Mas surgiu um problema, contou o marido num misto de culpa e constrangimento: “Não consegui evitar que ela fizesse o exame final: tirei a nota mínima”. Conheceram-se com ela dizendo “aqui estão as minhas anotações, não posso



repetir o ano". Ela estava colocando nas mãos dele a possibilidade de seu próprio sucesso.

Ele, um matemático, que provavelmente já conhecia a matéria, se faria passar por ela. Não evita de todo o fracasso, mas garante a nota mínima. Ambos são atraídos por uma relação que se inicia através de uma impostura, de um embuste e apostando que não seriam desmascarados. Assim tudo começou, ele tomando o lugar dela para que não tivesse de repetir uma experiência que, de fato, não foi aprendida. Um artifício poderoso na medida em que alimentava, dava forma e sustentação às fantasias de idealização e onipotência. Alguém que se faz passar por outro podia fazer com que o "sucesso" ocorresse de forma indolor e sem esforço. Um investimento na diferenciação. Uma aposta que, no meio de tantos alunos, no meio de tantos aspectos indiscriminados do eu, a confusão não viria à tona, a verdade (quem é quem) não seria denunciada.

Assim eles se encontraram e continuaram.

Depois de alguns anos juntos, a mulher envolveu-se num acidente de trânsito. Assustada, telefonou ao marido, que resolveu declarar ser ele quem dirigia o carro no momento da colisão. Respondeu pelo processo evitando que a mulher assumisse a responsabilidade pelo ocorrido.

Após seis anos de casamento ele "reinava" no lar e provia o sustento do mesmo. Cuidava da casa, cozinava, levava o filho para a escola, cuidava dos carros, das finanças e ganhava o maior salário.

A dois, instituiu-se uma relação cujas regras inconscientes giravam em torno da negação e da recusa das perdas e dos limites. Uma fantasia (vivência virtual) que era reencontrada no outro e compartilhada. Mas o que num primeiro momento serviu de força de atração e deu forma e sustentação ao encontro, tornou-se um pesadelo, um incômodo, um ponto de discordia: o fascínio por uma impostura que não os livrou do fracasso mas que garantiu a nota mínima acabou por prendê-los num pequeno circuito no interior da relação que funcionava como limite organizador, que portava um conjunto e servia de demarcação interpessoal. (Esse casal será discutido com mais detalhes no capítulo 3.)

... e elegram incessantemente

Muitos dos pactos inconscientes representam as vivências virtuais e por conta disso se torna algo cristalizado na dinâmica conjugal, extremamente difícil de se desfazer, afinal um satisfaz os desejos, faltas e frustrações infantis do outro. Isso impede o casal de metaforsear, ou seja, impede a capacidade do casal se transformar no que realmente são, destruindo toda a capacidade criativa de se reinventarem. Essa tendência em manter sempre o mesmo padrão de se relacionarem, estabelecido nos estágios iniciais da relação, pode restringir e reduzir a realidade de tal forma que os cônjuges passam a agir como personagens que desempenham um papel repetitivo, num enredo simplório sem muitos aparatos ou oscilações.

Relacionar-se é estar aberto para as desidealizações do outro que muitas vezes geram em nós frustração, mas ao mesmo tempo nos dá a possibilidade de viver uma história de amor real, de seres humanos de verdade, muito diferente do que aprendemos com as lindas e idealizadas histórias de amor, onde os jovens namorados tentam manter a qualquer custo a “paixão” que os uniu, nem que para isso eles deixam a sua condição humana para transformar-se em pássaros, flores... no qual podem viver o para sempre o gozo dessa paixão. E ainda muitas vezes as histórias terminam com a morte de um dos amantes, afinal, mortos a história não continua, as belas cenas não retornam à condição original, o estado de apaixonamento é, assim, eternizado com a morte. Algumas dessas histórias pelo contrário não terminam de forma trágica, mas com um jargão bem conhecido: “casaram-se e foram felizes para sempre”. Essas histórias nos contam sobre o “amor”, mas nunca o que acontece depois, esse final abrupto nos transmite a ideia de que casar é um ato em si mesmo, que termina feliz e assim continua, sem conflitos, diferenças, imprevistos. Não nos conta, por exemplo, as brigas infundas ao redor de temas bem conhecidos de qualquer casal: a manutenção da casa, a educação dos filhos, a relação sexual... Transparecendo a ideia de casamento como felicidade plena, sem qualquer tipo de desafios.

Dependendo do pacto inconsciente feito pelo casal e suas vivências virtuais, ambos podem se encontrar em um estado que chamamos de fusionamento. Esse estado psíquico em uma relação conjugal faz com que ambos percam a sua identidade pessoal, misturando elementos de si com os da outra pessoa e fazendo desses elementos parte de si mesmo. Para se criar

uma identidade conjugal antes se faz necessário que o indivíduo tenha a sua própria. Discutiremos a seguir sobre esse assunto.

### **Identidade Conjugal**

A identidade individual é construída no decorrer de todo o desenvolvimento do ser humano (como estudamos nas últimas aulas). Vários questionamentos fazem parte da trajetória da descoberta da identidade, principalmente durante o período da adolescência, onde o indivíduo já não é mais uma criança, mas também não é um adulto. E um dos questionamentos mais frequentes é “quem sou eu?”, essa pergunta nos faz refletir e tentar responder de forma que faça sentido para nós mesmos. Segundo alguns especialistas no assunto a identidade pessoal refere-se a um conceito subjetivo da pessoa sobre si mesmo.

Agora nos surge a pergunta: E a identidade conjugal como é construída?

A identidade conjugal é construída a partir de um processo que se inicia antes mesmo do casamento. Para que o indivíduo consiga unir-se ao outro e estabelecer uma relação íntima entre o seu eu, o tu e o nós torna-se essencial que sua identidade já esteja formada e que neste momento, ele possa conciliá-la com a identidade de outra pessoa. Para isso faz-se necessário que o indivíduo tenha desenvolvido uma personalidade madura e saudável, no qual consegue resolver seu apego emocional com a família de origem, podendo diferenciar-se da mesma. Ou seja, as pessoas que alcançam bons níveis de diferenciação são capazes de adotar posições definidas sobre as questões que a rodeiam, e permitem estar em contato íntimo com os outros, sem se deixar moldar por estes.

Podemos entender a partir disso que todo o processo de construção da identidade, passa inevitavelmente pela formação da identidade adulta, que tem início no final da adolescência. Alguns indivíduos encontram nesse trajeto grande dificuldade para diferenciar-se de seus pais/ ou de sua família de origem (pais e irmãos) demonstrando ter pouca identidade independente, como consequência disso o indivíduo tende a estar **fusionado** (termo trabalhado acima) com outras pessoas e com a própria família de origem. Portanto, quanto menor a diferenciação de si com o outro antes do casamento, maior poderá ser a fusão ou e as dificuldades entre os cônjuges.

Como vimos anteriormente existem pessoas que não conseguem entrar nesse processo de amadurecimento, tornando-se Peter-Pan, que se nega a crescer e que não progredir nas questões de desenvolvimento da independência e da identidade adulta. Muitos na recusa por crescerem e desenvolverem sua própria identidade cria um emaranhamento com a família de origem, nos quais se tornam extremamente dependentes emocionalmente delas. Esse emaranhamento impede o desenvolvimento emocional e psicológico do indivíduo, promove interdependências patológicas e isola uma família da comunidade.

Sem passar por esse processo de individualização que caracteriza a identidade, alguns jovens já pulam para um casamento prematuro, onde terão a responsabilidade de assumir responsabilidades por uma nova família. Para muitos, o casamento é a única possibilidade de se separar das suas famílias de origem (pois, muitas também não deixam seus filhos se tornarem independentes), o que cria uma ideia de independência, ou corte emocional, que consiste na ruptura afetiva do vínculo com a família de origem. Trata-se, como é óbvio de uma interrupção apenas aparente da relação com os pais, que prossegue de forma conflitante, provocando consequências às vezes dramáticas.

A passagem da família de origem para a família adquirida oferece a cada um a oportunidade de crescer, adquirir a condição de se individualizar e pertencer. Não se trata de um processo completo de separação, porque cada parceiro deve conseguir pertencer à nova família sem perder o vínculo com a família de origem. Estas questões são fundamentais durante a avaliação da construção da identidade conjugal, já que não se pode compreender um casal separado de seu contexto e de suas raízes familiares. Além disto, a intimidade conjugal vai sendo formada na medida em que se consegue estabelecer limites claros entre o espaço do casal e sua família de origem, bem como entre os espaços dedicados à profissão, ao lazer e à individualidade de cada um.

A formação do casal é um dos momentos mais críticos na formação e estruturação da família. Uma relação conjugal não é apenas a soma de duas personalidades, pois propõe um novo nível de organização externo e interno. O desenvolvimento pessoal de cada um implica redefinir continuamente a distribuição de papéis, regras, funções e poder, sendo essas características



que vai montando a identidade do casal. A união com outra pessoa requer uma série de ajustes entre os cônjuges até que estes consigam elaborar um mundo comum, compartilhando situações e ideias, negociando tarefas, modificando papéis e assumindo novas funções. Todos estes ajustes favorecem o estabelecimento de modos para conceber o casamento e condicionam o que se considera ser marido e ser mulher. A partir disto, os casais desenvolvem uma construção de realidade compartilhada, na qual os valores, mitos, ideias e expectativas para o futuro podem ser modelados reciprocamente, reforçados ou modificados ao longo do tempo. Desta forma, o casal vai aos poucos construindo sua identidade conjugal e começa a elaborar seus construtos em função um do outro.

Outro aspecto fundamental na construção da identidade conjugal diz respeito à coesão, na qual há um sentimento de reciprocidade, vínculo e valorização do parceiro, mas isso não pode ser confundido com fusão entre o casal, pois apesar da reciprocidade cada um tem internalizado dentro de si a sua própria identidade. Quanto maior for o grau de indiferenciação, menos espaço caberá a cada um fora da relação e maior será a exigência da presença do outro, com vistas a manter seu próprio funcionamento psíquico em níveis aceitáveis e equilibrados. Quanto maior a dependência, menor a tolerância de cada um em relação à diversidade de outro e maior a ansiedade quando surgem diferenças inevitáveis.

Portanto, para a formação saudável da identidade conjugal enfrentamos diversas dificuldades, sendo que uma das principais gira em torno da criação de laços significativos, onde ambos os parceiros possam produzir projetos compartilhados que fazem parte da conjugalidade, sem deixar de manter autonomia, ou seja, investir em projetos individuais, abrindo espaços para o eu.

### **Psicoeducação Conjugal**

O livro *Viver a Dois: oportunidades e desafios da conjugalidade*, organizado por três psicólogas Adriana Wagner, Clarisse Mossman e Denise Falcker, trazem uma pesquisa que fizeram no Rio Grande do Sul com 750 casais, para investigar diversos aspectos da vida conjugal, estabelecendo algumas possibilidades para manter uma qualidade conjugal, que favoreça o relacionamento tanto do casal, quanto do casal com os filhos.

Mas afinal, o que é qualidade conjugal? As autoras respondem da seguinte maneira: “Para cada pessoa, o nível de satisfação em uma relação depende de vários fatores, tais como afeto, sexo, presença ou não de filhos, tempo que o casal passa junto, conflitos que vivenciam, etc. Por isso os pesquisadores da área passaram a utilizar o termo qualidade conjugal para compreender como os casais se sentem em relação aos seus relacionamentos.”

Estudiosos definem três grupos de fatores que definem o nível de qualidade que as pessoas vivenciam em seus relacionamentos, sendo eles:

1. Recursos pessoais- Refere-se ao nível de escolaridade, traços de personalidade e experiências da família de origem, dentre outros. Esses aspectos dizem respeito à maneira como as pessoas se relacionam afetivamente e sua percepção sobre a relação.
2. Contexto- é o meio em que os cônjuges estão inseridos, levando em conta os fatores estressantes, como doenças e dificuldades financeiras, por exemplo. É notório que o impacto que algumas situações podem causar nos indivíduos e em seus relacionamentos abalam e sobrecarregam sua vida emocional. Até mesmo os aspectos não considerados como estressantes como crenças sociais ou pessoais podem ser fatores que demonstram como esta a qualidade do relacionamento conjugal.
3. Processos adaptativos- Demonstra a capacidade de enfrentamento das dificuldades encontradas pelo cônjuge e a sua adaptação a elas.

Partindo da premissa de que qualidade conjugal é a expressão de como as pessoas avaliam seus relacionamentos, é importante destacarmos que existem níveis de qualidade conjugal que variam e mudam com o decorrer do ciclo da vida dos casais, um exemplo pode ser a chegada dos filhos.

Existem algumas características que estudiosos consideram aumentar a qualidade conjugal, como: a existência de intimidade e trocas afetivas entre os parceiros, o compromisso, o respeito e o envolvimento entre eles; a cumplicidade, o companheirismo e a amizade; mudanças que ocorrem ao longo do tempo de vida do casal e do ciclo de vida da família; aspectos do contexto social, tais como renda pessoal, satisfação com o trabalho e escolaridade dos cônjuges; características pessoais dos cônjuges, como

traços de personalidade e idade, bem como os modelos de relacionamentos que cada um vivenciou com sua família na infância; presença ou não de filhos.

Essas características exigem uma tarefa de constante construção, aperfeiçoamento e parceria entre os cônjuges. Podemos considerar que os principais elementos que fazem os parceiros permanecerem juntos e felizes são o amor, o consenso, a flexibilidade, a utilização de estratégias construtivas para a resolução dos conflitos conjugais e o tipo de comunicação entre o casal (elementos que trabalharemos mais a frente), a preocupação e o cuidado mútuo, o cultivo da amizade, a existência de projetos de vida comuns e o investimento constante na relação.

Mas, não podemos negar que em todas as relações conjugais encontram-se em alguns momentos de conflitos a serem enfrentados, a própria diversidade que ambos possuem já é uma das justificativas para a existência de conflitos, já que cada pessoa é única e vivencia o mundo de maneiras diferentes. Infelizmente muitos idealizam as relações conjugais a partir dos modelos que a mídia oferece, como um padrão perfeito, padrão difícil de ser alcançado, pois não é real e produzem falsas ideias sobre a vida a dois. Isso faz com que se crie o “mito de uma felicidade conjugal plena”, onde quem ama de verdade sabe o que o outro está sentindo e pensando (como se tivessem bola de cristal), entre outras coisas que fazem o casamento ser visto como a fonte da felicidade plena.

Mas, afinal o que podemos considerar conflito conjugal? O conflito conjugal pode ser definido como uma situação de oposição entre os cônjuges que gera desentendimentos ou dificuldades.

A pesquisa feita com 750 casais demonstrado no livro que citei acima, traz os principais motivos de conflitos entre os casais, sendo eles: Tempo para ficar juntos/Atividades de lazer; Filhos/Práticas educativas; Tarefas domésticas/ Divisão de responsabilidades; Dinheiro/ Poder/ Falta de igualdade na relação; Sexo; Falta de Intimidade e afeto; Infidelidade; Ex-namorados, ex-esposas/Ciúme; Falta de confiança/Mentiras; Dificuldade de comunicação; Amigos e familiares; Comprometimento com o trabalho ou estudo; Uso/Abuso de bebidas ou cigarro; Valores e características

peçoais/Cuidados peçoais; Maneira de dirigir o veículo; Transições do ciclo vital familiar; Política.

Além desses fatores, algo que dificulta a qualidade da relação é quando um dos parceiros é empobrecido em sua individualidade (falta de identidade, como visto acima), pois este tende a sobrecarregar a conjugalidade com demandas improprias, exigindo do outro ou da relação algo impossível de obter. Tal situação se torna corrosiva ao relacionamento, provocando conflitos bastante intensos e até mesmo insolúveis.

Muitos casais na tentativa de minimizar ou ignorar os motivos de conflitos agem de maneiras disfuncionais, que ao invés de solucionar intensifica ainda mais a situação de tensão. As autoras Wagner, Mossmann, Falcker (2015, p 51) trazem algumas possibilidades de resolução, em meio as características construtivas que envolvem a resolução de conflitos estão a negociação, a busca pelo acordo, boa comunicação e demonstração de afeto e apoio. E entre as destrutivas estão culpar o outro pelo problema, competir ou agredir o cônjuge psicológica ou verbalmente, evitar o conflito ou submeter-se aos interesses ou decisões do outro e fazer uso de violência física.

Essas características se englobam em algumas estratégias frente aos conflitos. As autoras denominam quatro tipos mais típicos de estratégias, sendo elas:

- **Resolução Positiva:** Ocorre quando os cônjuges negociam a respeito do desentendimento em questão, buscando chegar a um acordo que seja aceitável para ambos. O uso da resolução positiva pressupõe que o casal tenha uma boa capacidade de comunicação entre si, que os cônjuges consigam ser empáticos e que estejam de fato dispostos a ceder em alguns aspectos individuais em favor do bem-estar do casal.
- **Envolvimento no conflito:** Pode ser considerado uma estratégia destrutiva e acontece quando um ou ambos os cônjuges insultam, fazem ataques pessoais desvinculados do problema que tentam resolver e perdem o controle, muitas vezes dizendo ou fazendo coisas que não teriam dito ou feito se estivessem mais calmos. Quando um ou ambos adotam esse tipo de comportamento, é comum que o desentendimento que ocasionou o conflito seja deixado em segundo plano, dando lugar à tentativa de magoar ou ferir o companheiro.

Dessa forma, o problema preexistente tende a se agravar, pois, além de não ter sido resolvido, cria-se um clima de animosidade entre os cônjuges.

- **Afastamento do Conflito:** Se dá em situações nas quais há a recusa em discutir um determinado problema. Isso pode acontecer quando um dos cônjuges fica em silêncio por longos períodos de tempo, ignorando as queixas de seu companheiro, quando exclui o outro de seus assuntos ou atividades, na tentativa de evitar tocar em assuntos conflitivos, Há um afastamento físico e/ ou psicológico entre o casal. Muitas vezes os cônjuges que adotam essas atitudes esperam que os problemas sejam resolvidos naturalmente no decorrer do tempo ou que simplesmente desapareçam. Porém a não resolução afetiva dos problemas tendem a provocar o acúmulo de ressentimentos e mágoas, que podem retornar em outros momentos ainda mais intensos, caracterizando um efeito bumerangue. Por isso, essa também pode ser considerada uma estratégia destrutiva para a resolução dos conflitos.

- **Submissão:** Caracteriza-se pela desistência de um dos cônjuges em defender sua posição, aceitando passivamente a opinião do outro, muitas vezes sem nem mesmo expressar que há discordância de sua parte. Essa condescendência característica da submissão também pode estar relacionada a um cônjuge autoritário, que dificulta a expressão das opiniões e sentimentos de parceiro ou da parceira. Desse modo, evidencia-se como no afastamento, atitudes de submissão acabam impossibilitando o enfrentamento e o encaminhamento dos conflitos pelo casal, podendo ser essa também considerada uma estratégia destrutiva.

Além das autoras identificarem algumas estratégias que os casais utilizam para a resolução de seus conflitos, a partir disso e de toda a pesquisa que fizeram, elas propõe uma “Educação Conjugal” que serve como uma maneira de contribuir com a manutenção de um relacionamento saudável e com maiores níveis de qualidade conjugal.

E agora surge a questão, mas de que se trata uma educação conjugal? A educação conjugal pode ser compreendida como uma estratégia utilizada para promover o desenvolvimento de habilidades necessárias para a manutenção de uma relação conjugal de qualidade e possibilitar a ampliação dos conhecimentos sobre a vida a dois. A educação conjugal tem uma característica preventiva, ou seja, procura evitar que as dificuldades inerentes à

vida a dois tomem proporções maiores. Por isso geralmente atinge casais que já estejam vivenciando bons e médios níveis de qualidade conjugal (casos muito precários o mais aconselhável é a psicoterapia para casal), visando instrumentalizá-los com habilidades necessárias para manejar com sucesso as dificuldades que poderão surgir, pois estão relacionadas à vida a dois. Assim, a educação conjugal propõe-se a prevenir a diminuição da qualidade conjugal que ocorre naturalmente ao longo do tempo. Por essas características, tais intervenções têm o potencial de atingir um grupo maior de pessoas, não se restringe àquelas que estão insatisfeitas com o relacionamento ou em importante sofrimento, como é o caso da terapia de casal.

Dentre os programas da educação conjugal, são trabalhados temas da vida conjugal como:

- Habilidades de comunicação: envolve a redução de padrões de comunicação negativos, o exercício da escuta e a modulação das formas de se expressar.
- Aprendizagem de autorregulação: diz respeito ao aprendizado individual de como regular as emoções negativas, especialmente durante as interações com o cônjuge.
- Manejo de conflitos e habilidades de resolução de problemas: abrange formas efetivas de encaminhar situações de conflito conjugal.
- Conexões positivas: corresponde à proteção de aspectos que preservam o laço conjugal, como sexualidade, lazer e apoio.

Todo o assunto que tratamos até aqui é um panorama acerca do funcionamento de uma relação conjugal, lembrando que antes de qualquer coisa o pastor(a) ou os vocacionados ao pastorado são seres humanos, que vivenciam conflitos e partilham de uma dinâmica psíquica conjugal como todas as outras pessoas, por isso a importância de entender mais sobre o assunto e também de procurar estratégias nas quais possibilitem uma melhor qualidade conjugal, o que influenciará preponderantemente em sua vida ministerial. Além, de auxiliar na demanda do cuidado com outros casais, que fará parte da sua prática pastoral. A proposta de uma “psicoeducação conjugal” é de grande valia para que os vocacionados possam estabelecer melhores qualidades para seu relacionamento conjugal, no qual refletirá não apenas no bem-estar de ambos, mas também na saúde mental dos filhos. A seguir pensaremos sobre um tema muitas vezes tratado como tabu, a sexualidade do pastor(a).