

Pontifícia Universidade Católica de São Paulo
PUC-SP

Virginie Madeleine Giselle van Eyll

Divórcio inesperado: primeiras reações à uma perda ambígua

MESTRADO EM PSICOLOGIA CLÍNICA

São Paulo
2020

Pontifícia Universidade Católica de São Paulo
PUC-SP

Virginie Madeleine Giselle van Eyll

Divórcio inesperado: primeiras reações à uma perda ambígua

MESTRADO EM PSICOLOGIA CLÍNICA

Dissertação apresentada à Banca Examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, como exigência parcial para obtenção do título de Mestre em Psicologia Clínica, sob a orientação de Profa. Dra. Rosane Mantilla de Souza.

São Paulo

2020

BANCA EXAMINADORA

Dedico este trabalho à minha família, meus pais, Xavier e Brigitte van Eyll, a meu irmão Thierry van Eyll e à sua esposa Tatiana Akabane van Eyll, à minha irmã Sylvie van Eyll Rocha e a seu marido Rodrigo Rocha, pois todos deram imenso suporte durante meu processo de divórcio, permitindo que eu não somente me reestabelecesse, como também me tornasse uma pessoa melhor.

AGRADECIMENTOS

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) Brasil. Código de Financiamento 001 - Processo 88887.160681/2017-00.

THANKS

This study was financed in part by the Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) Brasil. Finance Code 001 - Process 88887.160681/2017-00.

AGRADECIMENTOS

À Profa. Dra. Rosane Mantilla de Souza, minha orientadora, pela inspiração, paciência e sabedoria ao me guiar neste projeto. Por seu acolhimento e sua confiança depositados em mim, que me permitiram desenvolver tanto pessoal, quanto profissionalmente.

A todo corpo docente do Núcleo de Família e Comunidade pelos cursos que contribuíram com minha formação profissional.

À minha família, pais e irmãos, pelo apoio contínuo e cuidado durante todo este percurso. A meus sobrinhos Amiri, Philippe, Noah e Thomas, desejando que sigam os caminhos dos estudos.

A meus amigos, Danielle, Thiago, Larissa, Raquel, Eduardo, Giorgia e Pablo, que me apoiaram nessa jornada e me inspiraram na escrita.

À minha entrevistada, que compartilhou comigo um pedaço tão doloroso de sua história e manteve-se aberta para que eu pudesse sanar quaisquer dúvidas mesmo após a entrevista. Agradeço a confiança e disponibilidade.

EYLL, Virginie M. G. V. **Divórcio inesperado: primeiras reações à uma perda ambígua**. 2020. 88p. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2020.

RESUMO

Esta pesquisa pretendeu contribuir para a compreensão processual do sofrimento psicológico associado à uma forma específica de separação, o divórcio inesperado, entendido como aquele que ocorre de forma abrupta, segundo um processo decisório unilateral, implicando em uma sensação acerbada de abandono e impotência dado o fato da parte abandonada não ter percebido que isso iria ocorrer. De forma qualitativa, foram investigadas as decorrências ao longo dos anos seguintes à separação, com foco nos primeiros anos, identificando processos psicológicos vivenciados após o rompimento abrupto, e os principais fatores relacionados à facilitação e/ou dificuldades em superar o divórcio. Foi realizado um estudo de caso com uma mulher heterossexual, proveniente das camadas médias da população paulista, de nível educacional alto, legalmente divorciada, que viveu um relacionamento de 10 anos e, atualmente, está separada há aproximadamente 3 anos. Os resultados confirmam que divórcios inesperados são traumáticos, e há inúmeros fatores prejudiciais, como: a queda de renda da mulher, um alto grau de sofrimento, impacto negativo na saúde física e mental, sentimentos de rejeição, raiva e culpa. Verificou-se também a importância dos seguintes processos na recuperação: dar sentido e significado ao vivido, encontrar equilíbrio, reconstruir a identidade, não internalizar a raiva, reencontrar esperança em novos relacionamentos, ser validado pelos demais, desvincular-se e desapegar-se. Concluiu-se que os divórcios inesperados devem ser considerados pelos psicoterapeutas em suas especificidades, ponderando-se sobre o potencial traumático e as especificidades desta crise.

Palavras chave: Divórcio. Divórcio inesperado. Separação conjugal. Rompimento amoroso.

EYLL, Virginie M. G. V. **Unexpected divorce: first reactions to an ambiguous loss**. 2020. 88p. Dissertation (Master in Clinical Psychology). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2020.

ABSTRACT

This research aimed to contribute to the procedural understanding of psychological distress associated with a specific form of separation, the unexpected divorce, understood as one that occurs abruptly, with a unilateral decision-making process and implies a bitter sense of abandonment and helplessness given the fact that the abandoned part had not realized that this would happen. Qualitatively, we investigated the consequences over the years following the separation focusing on the early years, identifying psychological processes experienced after the abrupt breakup, and the main factors related to facilitation and/or creating difficulties in overcoming divorce. A case study was conducted with a heterosexual woman from the middle classes of the São Paulo, from high-educational level, legally divorced, who lived in a 10-year relationship and has been divorced for approximately 3 years. The results confirm that unexpected divorces are traumatic, and there are numerous detrimental factors, such as: income decrease for women, a high degree of suffering, negative impact on physical and mental health, feelings of rejection, anger and guilt. It was also possible to verify the importance of the following processes in the recovery: giving sense and meaning to the lived, finding balance, rebuilding the identity, not internalizing anger, rediscovering hope in new relationships, being validated by others, unlink and detach itself. It was concluded that unexpected divorces should be considered by psychotherapists in their specificities, considering the traumatic potential and specificities of this crisis.

Keywords: Divorce. Unexpected divorce. Marital separation. Romantic breakup.

SUMÁRIO

| | |
|--|----|
| INTRODUÇÃO | 12 |
| Relevância..... | 14 |
| Objetivos | 15 |
| | |
| CAPÍTULO 1 - FORMAÇÃO, MANUTENÇÃO E ROMPIMENTO DO VÍNCULO AMOROSO | 17 |
| 1.1 Manutenção dos relacionamentos..... | 21 |
| 1.2 O rompimento amoroso..... | 24 |
| | |
| CAPITULO 2 – O DIVÓRCIO INESPERADO | 31 |
| 2.1 O conceito de divórcio inesperado | 33 |
| 2.2 Particularidades do divórcio inesperado..... | 34 |
| 2.3 Perda ambígua e luto do divórcio..... | 36 |
| | |
| CAPITULO 3 - MÉTODO | 42 |
| 3.1 Participante | 43 |
| 3.2 Instrumentos..... | 43 |
| 3.3 Procedimento | 44 |
| 3.4 Análise de resultados | 45 |
| | |
| CAPÍTULO 4 - RESULTADOS E DISCUSSÃO | 47 |
| 4.1 A família de origem | 49 |
| 4.2 Estilo de apego..... | 50 |
| 4.3 Formação do vínculo amoroso | 51 |
| 4.4 Manutenção do vínculo amoroso..... | 53 |
| 4.5 O rompimento..... | 56 |
| 4.6 As descobertas posteriores | 59 |
| 4.7 Impacto pós divórcio | 63 |

| | |
|-----------------------------------|----|
| CONSIDERAÇÕES FINAIS | 72 |
| REFERÊNCIAS | 75 |
| APÊNDICES | 81 |
| Apêndice A - Questionário..... | 82 |

*“De repente do riso fez-se o pranto
Silencioso e branco como a bruma
E das bocas unidas fez-se a espuma
E das mãos espalmadas fez-se o espanto.*

*De repente da calma fez-se o vento
Que dos olhos desfez a última chama
E da paixão fez-se o pressentimento
E do momento imóvel fez-se o drama.*

*De repente, não mais que de repente
Fez-se de triste o que se fez amante
E de sozinho o que se fez contente.*

*Fez-se do amigo próximo o distante
Fez-se da vida uma aventura errante
De repente, não mais que de repente.”*

Soneto da Separação, Vinícius de Moraes

INTRODUÇÃO

A proposta de estudar como ocorre e quais as consequências de um divórcio inesperado partiu de minha experiência pessoal de divórcio, que ocorreu abruptamente, e por quase não haver encontrado literatura sobre o tema. Como psicóloga clínica, deparei-me com uma grande angústia frente ao usual questionamento, tanto de amigos, como de profissionais da área, de que certamente haviam sinais claros de que a separação ocorreria e eu não enxergara. Como eu poderia ter sido tão insensível ou tão cega?

Ao procurar estudos sobre o tema não foram encontradas pesquisas específicas, destacando-se somente dois livros, o de Anderson (2014) e o de Stark (2010) escritos por psicólogas, porém voltados à autoajuda. Ampliando a pesquisa para um tema mais abrangente, divórcio, separação e rompimento amoroso, também se pôde perceber que o foco estava na relação com os filhos pós separação, nos casos de violência doméstica e nos possíveis preditores do divórcio. Desta forma, foi um desafio o levantamento de artigos sobre o sofrimento causado à um dos cônjuges pelo fim abrupto do relacionamento.

Dado que minha atuação tem base na *gestalt*-terapia, meu interesse volta-se mais para o presente, o aqui-e-agora. Embora preditores e o passado do relacionamento não possam ser desprezados, focou-se a compreensão do parceiro, depois do fato consumado. Em decorrência, esta dissertação voltou-se para o que acontece após o rompimento, na perspectiva daquele que não teve nem como comunicar sua vontade. Pretendeu-se, assim, favorecer a prática clínica relativa às especificidades desta circunstância.

Os livros encontrados (ANDERSON, 2014; STARK, 2010), acima mencionados, focam a vivência de mulheres. É sabido que este tipo de situação acontece com ambos os sexos, porém é tratado de forma mais velada entre os homens. Há diferenças entre os gêneros nas dificuldades encontradas frente a uma separação, e também quanto ao apoio social recebido (LUHAMANN; EID, 2009). Assim, para que houvesse um alinhamento com os poucos dados encontrados, o foco deste estudo limitou-se às mulheres heterossexuais. Também, a fim de manter um recorte condizente com as referências, a pesquisa focou-se em divórcios legais, ou seja, relações em que houve um casamento legal e não somente coabitação.

Procurou-se dedicar à uma revisão abrangente da literatura sobre rompimentos amorosos, debruçando-se neste estudo sobre uma forma específica de separação, o divórcio inesperado. Para tanto deve-se esclarecer, de início, quais características tornam esta condição diferenciada de outros rompimentos e, portanto, exigem manejo terapêutico específico. Baseada em Anderson, (2014) e Stark (2010), em minha experiência pessoal e ainda como psicoterapeuta, pode-se afirmar que tal condição envolve a) ocorrência de forma abrupta, b) a sensação de abandono, c) o processo decisório unilateral, e d) o fato de que parte abandonada não tenha percebido que isso iria ocorrer.

O divórcio não é um evento, mas um longo processo e envolve mudanças sociais, econômicas e de rede social, bem como uma longa elaboração das perdas emocionais e mudanças no *self* (HETHERINGTON; KELLY, 2002; SOUZA, 2008).

Na perspectiva da Teoria do Apego, em qualquer rompimento amoroso, as perdas emocionais referem ao que Boss (1999) conceituou como ambíguas. Há que se enlutar por alguém que permanece existindo (BOSS, 1999), bem como enlutar-se por si mesmo dentro do outro (CARUSO, 1986). Agravada pela unilateralidade (impotência) da decisão, o divórcio abrupto poderia ser considerado como uma situação potencialmente traumática para quem é abandonado, indicando um potencial de luto de difícil elaboração (PARKES, 2009).

Dada a quase total ausência de pesquisas que os fundamentem, os argumentos acima são hipotéticos, fundantes de uma demanda de pesquisa qualitativa descritiva (CRESWELL, 2010).

Relevância

Divórcios são comuns na sociedade brasileira atual, e causam grande sofrimento à maior parte das pessoas que passam por esta experiência. Segundo Sbarra (2015), a separação é a segunda vivência mais estressante que um indivíduo pode vivenciar.

De acordo com Oliveira (2015) a taxa de divórcio cresceu mais de 160 % nos últimos 10 anos. Em 2015 foram registrados 328 960 divórcios no país (IBGE, 2016). Há inúmeros motivos pelos quais casais se separam. Alguns casam e logo rompem, outros vivem longas relações que se desgastam com o passar dos anos. Muitas vezes, a decisão de rompimento é tomada em conjunto. Apesar de haver um

iniciador, a vontade é discutida pelo casal e ambas as partes concordam que a única solução é o rompimento. Porém em alguns casos a decisão é unilateral, e chama mais atenção quando, além de somente uma das partes querer se divorciar, ela o expressa de forma abrupta. Conforme argumentado acima, dadas estas circunstâncias, pode-se classificar esta forma de separação como um rompimento difícil, que provavelmente trará mais complicações àquelas já esperadas frente ao fim de um relacionamento. Coleman e Morgan (2016), alertam que quanto mais repentino e inesperado é o anúncio do divórcio, mais angustiada será a reação inicial.

Com base nestas informações e frente à falta de estudos específicos sobre divórcios inesperados, acreditou-se que esta pesquisa poderia trazer não somente maior conhecimento sobre o tema, permitindo melhor manejo clínico, como também maior visibilidade a um sofrimento psicológico, que muitas vezes é desprezado e visto como de fácil superação pelos leigos. Entre amigos muitos terão que ouvir: *“Logo passa”, “Ele não merece seu sofrimento”, “Você logo acha alguém melhor e vai agradecer por isso ter acontecido”,* entre outras falas de consolo. Muitas vezes, os psicoterapeutas se preocupam mais com a tomada de consciência dos sinais pregressos da insatisfação do outro cônjuge, ou da negação da tensão conjugal, do que com as especificidades desta condição que traz a vivência de abandono, impotência, total descontinuidade, e optam por indicar procedimentos terapêuticos, ao menos iniciais, voltados à absorção da crise e prevenção de agravantes de elaboração malsucedida.

Objetivos

O objetivo deste estudo foi o de contribuir para a compreensão processual do sofrimento psicológico associado à uma forma específica de separação, que se denominou como divórcio inesperado.

Como objetivos específicos propôs-se:

- a) Verificar se as especificidades de um divórcio inesperado, conforme hipotetizado, se confirmam e em caso positivo, ampliar seu delineamento;
- b) Compreender o processo favorecendo indicadores diferenciais para a prática clínica.

De modo a organizar um fundamento suficiente optou-se por apresentar um Capítulo inicial (1) sobre formação, manutenção e rompimento conjugal que possibilitasse a compreensão do pano de fundo e contexto do problema de pesquisa. O Capítulo 2 dedicou-se ao divórcio inesperado, com detalhamento de sua conceptualização, além dos temas relativos à sua elaboração como perdas ambíguas e luto. A seguir, apresentou-se o Capítulo 3 - Método qualitativo, optando-se pelo estudo de caso, que permite um dimensionamento aprofundado de uma experiência. O Capítulo 4 Resultados e Discussão do caso foram feitos de modo simultâneo e, finalmente, algumas Considerações Finais, nas quais foram apresentadas as limitações do estudo e sugestões de novas pesquisas.

CAPÍTULO 1 - FORMAÇÃO, MANUTENÇÃO E ROMPIMENTO DO VÍNCULO AMOROSO

Quando um casal inicia um relacionamento, o vínculo afetivo começa a se formar. Aos poucos, um passa a confiar no outro não somente em quesitos como fidelidade e companheirismo, mas também cuidado recíproco e suporte em momentos difíceis da vida. Com isso, é esperado que no casamento o parceiro se torne a principal figura de apego do indivíduo. Num primeiro momento procurou-se compreender melhor como se formam os relacionamentos, e para tanto foi preciso definir apego:

A Teoria do Apego, é um modo de conceituar a propensão dos seres humanos a estabelecerem fortes vínculos afetivos com alguns outros e de explicar as múltiplas formas de consternação emocional e perturbação da personalidade, incluindo ansiedade, raiva, depressão e desligamento emocional, a que a separação e perda involuntária dão origem. (BOWLBY, 1979/1997, p. 168).

Segundo Souza e Ramires (2006), relacionamento e vínculo não significam a mesma coisa. Um relacionamento pode durar a vida toda, longo período ou ser meramente circunstancial, enquanto o vínculo afetivo é por definição durador. Vínculos são laços duráveis em que um indivíduo é importante e único para o outro, insubstituível (AINSWORTH, 1989). Os vínculos afetivos são característicos do indivíduo e não da díade, mas só se constituem a partir de uma interação.

Já o apego é uma subvariedade de vínculo, na qual o senso de segurança de uma pessoa está estritamente ligado ao relacionamento. Segundo a Teoria do Apego, esse vínculo é desenvolvido primeiramente na infância, entre pais e filhos, e repete-se na vida adulta entre os cônjuges, com pequenas variações.

Na infância, o relacionamento é assimétrico, a relação pai-filho tem, idealmente, o pai sempre no papel de cuidador e a criança sendo cuidada. Nos relacionamentos românticos o sistema é recíproco, ambos cuidam um do outro e são cuidados por ele. Cada parceiro torna-se apegado ao outro, ao mesmo tempo em que serve como figura de apego. A natureza do cuidado é usualmente distinta daquela oferecida pelos pais, porém baseia-se igualmente na capacidade de dar segurança.

É durante o primeiro ano de vida, na relação com o cuidador primário, que se formam nossos primeiros padrões de interação, chamado de estilo de apego. Estilo

este que vai se generalizando para as demais relações do indivíduo durante a vida. A disponibilidade da figura de apego leva a interações específicas da díade pai-filho, estabelecendo os primeiros padrões de interação, estilos. Eles podem ser: seguro, inseguro ansioso/ambivalente, inseguro evitativo ou desorganizado (AINSWORTH, 1989).

Há apego quando há busca de proximidade. A criança usa essa proximidade com o cuidador como base segura para, se distanciar e explorar o mundo ao seu redor, retornando ao porto seguro sempre que necessário. Ela demonstra um claro protesto de separação de sua figura de apego, caso não se sinta segura. O sistema é ativado toda vez que o indivíduo se sente ameaçado ou desamparado e não encontra a figura de apego próxima, interessada ou receptiva. Uma vez que a figura de apego oferece a base segura esperada o sistema se desativa e o indivíduo segue com suas atividades.

O funcionamento ideal deste sistema gera um sentido de segurança ao indivíduo que pode então ir cada vez mais longe, explorar mais o mundo e retornar com tranquilidade. Por sua vez, há satisfação do cuidador pelo bom andamento do desenvolvimento do outro (SOUZA; RAMIRES, 2006). Desta forma, o bebê desenvolve expectativas positivas em relação ao mundo, tornando-se cada vez mais confiante e relacionando-se de forma mais eficaz, gerando estratégias básicas de regulação afetiva. Neste cenário, o estilo de apego desenvolvido será seguro. Mas, quando a busca de proximidade não consegue aliviar a angústia e o bebê não se sente seguro e confiante para explorar o mundo, ele desenvolve expectativas negativas de si e dos outros, gerando estratégias de regulação afetiva secundárias. Estratégias essas que podem ser ansiosas/ambivalentes, evitativas ou desorganizadas (AINSWORTH, 1989).

Bowlby (1979/1997) predisse tanto a estabilidade, como a mutação dos modelos internos de apego, sendo que os estudos longitudinais têm corroborado sua afirmação (BALDWIN; FERH, 1995; WATERS; HAMILTON; WEINFELD, 2000). Logo, não havendo grandes eventos disruptivos na vida da criança, é provável que o estilo de apego desenvolvido nos primeiros anos de vida se mantenha e seja repetido nos relacionamentos amorosos durante a vida adulta.

Embora desde seu início Bowlby considerasse que os vínculos e relacionamentos de apego perdurassem por toda a vida, foi somente nos anos de 1980 que se passou a compreender o estilo de apego na vida adulta, abrangendo os

vínculos recíprocos e as relações não hierárquicas (HAZAN; SHAVER, 1987). A partir de então, os vínculos entre parceiros amorosos passaram a ser compreendidos no sistema de apego. Neste tipo de vínculo também são percebidos os mesmos comportamentos de apego da infância, como: sentir-se seguro quando o parceiro está próximo e é responsivo, engajar-se em contato corporal próximo e íntimo, sentir-se inseguro quando o outro está inacessível, compartilhar descobertas, exibir mútua fascinação e preocupação com o outro, criar uma “linguagem amorosa” própria, entre outros.

Hazan et al (1991) e Hazan & Shaver (1987) especularam que os componentes do apego (proximidade, porto seguro e base segura) transferem-se de maneira sequencial dos cuidadores primários à outras relações íntimas. Desta forma, enquanto crianças somos capazes de transferir a necessidade de proximidade a outros, na adolescência pode-se ter novas figuras que se constituam em porto seguro, e na idade adulta muitas vezes essa base segura pode ser transferida para o cônjuge.

Na relação de um casal é esperado que os três componentes sejam transferidos ao parceiro. A capacidade e sucesso dessa transferência prediz em grande parte a qualidade da relação do casal. Segundo Mikulincer & Shaver (2013), à medida que se adentra na vida adulta, torna-se cada vez mais provável que a pessoa confie mais em um parceiro romântico, e que este se torne a principal figura de apego, inclusive como uma base segura. A relação amorosa permite que os parceiros substituam, inclusive, os pais como porto seguro. Este apego recíproco estabelecerá uma relação ótima de proximidade-distância e ajudará o indivíduo em sua regulação afetiva, da mesma forma que se fez com o cuidador primário na tenra infância.

É importante notar que na vida adulta não são necessárias as mesmas estratégias de proximidade que são usadas enquanto bebês. Não se requer uma real proximidade, a segurança pode ser alcançada de forma simbólica (MIKULINCER; SHAVER, 2007). Desta forma, não só parceiros amorosos, mas irmão, familiares, professores, amigos, líderes, instituições também podem servir como figuras de apego a um indivíduo adulto.

Outra diferenciação na vida adulta é que o estilo de apego não é manifesto somente no comportamento, mas também nas expectativas e representações cognitivas que se referem ao apego (FURMAN; SIMON, 1999). Desta forma, as

peessoas se relacionam e interagem com o próximo a partir do próprio estilo de apego e as crenças por ele geradas.

Neste estudo, focou-se mais em como se cria o vínculo amoroso. Para Hazan e Shaver (1987), Feeney e Noller (1996) o amor romântico, seja por sua emoção, ou pelo vínculo de apego gerado, é estimulado pela familiaridade do outro, pela satisfação de necessidades que o outro possibilita, assim como pela segurança e confiança proporcionada por ele. Tudo isso leva ao desejo de proximidade, que é física e emocional, e o qual será base para a manutenção da relação.

Mas antes que este apego seja constituído, o relacionamento passa pelas fases de atração, que corresponde há um período de formação do apego que vai de zero a dois anos, e fase do apego, mais de dois anos (HAZAN; ZEIFMAN, MIDDLETON, 1994). A fase de atração é marcada pela busca de proximidade, já a fase do apego, além de abranger a busca de proximidade, inclui o protesto de separação e tem o parceiro como porto seguro e base segura.

Segundo Souza (2018)¹ a formação de um casal segue uma dança entre proximidade e afastamento, projeto individual e projeto a dois. O casal precisa lidar com ameaças de insatisfação, ameaças dos objetos alternativos e com a construção de um projeto de vida a dois. Haverá um deslocamento da base segura para o parceiro e será necessário diferenciar-se da família de origem a fim de construir uma realidade conjunta, fazendo-se necessária a negociação de rotinas e relacionamentos.

Durante a formação haverá interação com os demais relacionamentos do indivíduo, gerando um comprometimento social específico, inserção nas famílias de origem, projetos de vida a dois, amigos em comum, novas fronteiras de relacionamento e comportamentos específicos do casal.

Pode-se pensar no casamento como um ponto chave da formação, uma confirmação social da formação do casal. Segundo Berger e Kellner (1970), o casamento é um ato dramático, no qual duas pessoas antes desconhecidas, com passados distintos, encontram-se e redefinem-se. O casal reconstruirá seu mundo durante a relação, e isso se dará por meio da conversação. Em suas interações, os parceiros constroem uma nova realidade subjetiva sustentada um pelo outro, sendo

¹ Informação verbal - Notas de aula da disciplina Relacionamentos amorosos: formação e rompimento, ministrada por Profa. Dra. Rosane Mantilla de Souza no Programa de Estudos Pós-Graduados em Psicologia Clínica da PUCSP – 1º semestre de 2018.

que essa construção será projetada na realidade objetiva de ambos. Eles formarão, aos poucos, não somente a história do casal desde o momento que se conheceram, mas revisarão também o passado vivido, integrando assim os passados individuais.

Essa realidade coconstruída no relacionamento é parte integrante da base segura que um oferece ao outro. De acordo com Souza (2018)², o amor conjugal implica em diferenciação, completude e oposição, relacionamento íntimo com o diferente, e assim, oportunidade segura para contrabalançar a idealização com a realidade, aprendendo a sobreviver às decepções.

1.1 Manutenção dos relacionamentos

A manutenção de um relacionamento conjugal baseia-se em aspectos sociais e individuais. No âmbito social, os modelos culturais e parentais influenciarão no relacionamento. Já nos aspectos individuais, as questões de apego, cuidado e sexualidade serão importantes para o casal e variarão de acordo com as experiências pessoais de cada um. É necessário a manutenção de uma ótima proximidade-distância, das expectativas e reais disponibilidade do outro, do cuidado, de aspectos da díade, da definição de fronteiras, da capacidade de adaptação, da afetividade e qualidade sexual, além de como se dará a comunicação e solução de conflitos.

Segundo a Teoria da Interdependência (KELLEY; THIBAUT, 1978), as pessoas são motivadas a maximizarem as recompensas e minimizarem os custos das ações em um relacionamento. A força central dos relacionamentos amorosos é o compromisso, que abrange tanto o vínculo afetivo, como a motivação para se manter no relacionamento. Indivíduos comprometidos naturalmente tomam decisões sobre o relacionamento, levando em conta suas consequências de curto e longo prazo. O apego leva à procura do bem-estar da figura de apego, o parceiro amoroso neste caso, levando a ações que perpetuam a manutenção saudável da relação.

Há algumas formas de compreender essa força motora dos relacionamentos, o compromisso. Uma delas é o modelo de investimento com três pilares inter-relacionados, pilares que trabalham juntos para manter alguém mais ou menos

² Informação verbal - Notas de aula da disciplina Relacionamentos amorosos: formação e rompimento, ministrada por Profa. Dra. Rosane Mantilla de Souza no Programa de Estudos Pós-Graduados em Psicologia Clínica da PUCSP – 1º semestre de 2018.

comprometido em seu relacionamento. São eles: o investimento, a satisfação conjugal e alternativas disponíveis. Pessoas menos comprometidas (com menor investimento, menos satisfeitas e com mais alternativas disponíveis) apresentam maior probabilidade de romper o relacionamento (KELLEY; THIBAUT, 1978).

Para compreender esse movimento é importante olhar para as dimensões de investimento interpessoal (JOHNSON, 1991). O investimento é uma decisão subjetiva, multideterminada e mutável ao longo do tempo e da relação. Implica em três dimensões, sendo duas internas e a última externa. A primeira, o comprometimento pessoal, depende da atitude em relação ao relacionamento, em relação ao parceiro, e em relação à díade, ou seja, a identidade relacional (casal). A segunda dimensão, o comprometimento moral, leva em conta a religião, as crenças e outras normas sociais e culturais. E a terceira dimensão é o comprometimento estrutural do casal, o investimento em termos de tempo e dinheiro, a reação social (rede), a dificuldade ou facilidade de romper, e a disponibilidade de alternativas interessantes.

Em um estudo sobre a estrutura do comprometimento conjugal com 1.787 participantes, Adams e Jones (1997) sugerem três dimensões primárias de comprometimento conjugal. O primeiro componente de atração, baseado em devoção, satisfação e amor. Um segundo componente normativo moral, baseado no senso de responsabilidade pessoal para manter o relacionamento e na crença de que o casamento é uma instituição social e religiosa importante. E por fim um componente restritivo, baseado no medo do custo social, financeiro e emocional decorrente do término da relação, condizente com o modelo de investimento interpessoal visto anteriormente.

O investimento, base da tríade de manutenção dos relacionamentos é bastante complexo e tem múltiplas dimensões, mas a satisfação sozinha também não mantém um casamento, mesmo que para o senso comum, relações estáveis sejam necessariamente satisfatórias. Este pilar não precisa sempre ser o centro do relacionamento, e nem mesmo ser um fator positivo na fórmula. O casamento pode manter-se sem satisfação se o investimento já feito nele for alto e não houver alternativas presentes.

Em relação às alternativas, elas são energias que vêm de fora do relacionamento. Pode ser tanto uma terceira pessoa, como eventos de vida que questionam todo o sistema. A morte de um amigo, por exemplo, muitas vezes coloca

as pessoas diante da finitude da vida, que acabam se questionando se estão realmente satisfeitas com o que vivem ou se querem viver outra vida. Uma mudança de emprego pode separar fisicamente um casal e levar a um rompimento, entre tantas outras possibilidades (SOUZA, 2018)³.

É importante notar que as relações sempre implicam em perdas e ganhos, o tempo todo. A escolha de viver como casal não permite a liberdade da vida de solteiro, porém dá um ganho de segurança e afeto que faz com que os indivíduos escolham tantas vezes por estar em um relacionamento. Há perda de autonomia, de possibilidades, por vezes perdas e ganhos materiais e sociais. Construir uma vida juntos pode requerer afastar-se de amigos que já não condizem com a nova realidade, como pode significar fazer novos amigos. Pode requerer investimento financeiro, como pode trazer compartilhamento.

Conflitos tampouco são preditores de rompimento, pois não indicam a qualidade do relacionamento e a possibilidade de manutenção. A existência de conflitos e suas formas está mais ligada à dinâmica específica do relacionamento e de cada indivíduo que o compõe, do que ao relacionamento como um todo.

Segundo Ortch et al. (2018) há uma influência mútua entre os parceiros na satisfação com a vida, no afeto positivo, negativo e até na depressão. Com isso, é bastante provável que se um dos parceiros estiver satisfeito o outro também esteja, e vice-versa. Por isso, muitas vezes o rompimento de um relacionamento se dá por desgaste mútuo, ou ainda quando uma das partes percebe que a outra não está bem. O nível de bem-estar do parceiro de relacionamento de uma pessoa influencia a longo prazo seu próprio bem-estar. Em outras palavras, cuidar de si mesmo é um bom caminho para manter o relacionamento.

Em caso de rompimento haverá desistência de investimento na relação e, em consequência, aumento do investimento no eu. Como toda relação em que há duas pessoas envolvidas é provável que o conflito seja visto de forma distinta tanto por uma, quanto pela outra parte, e que a história do rompimento seja diferente para cada um dos parceiros.

³ Informação verbal - Notas de aula da disciplina Relacionamentos amorosos: formação e rompimento ministrada pela Profa Dra Rosane Mantilla de Souza no Programa de Estudos Pós Graduados em Psicologia Clínica da PUCSP – 1º semestre de 2018.

1.2 O rompimento amoroso

Enquanto para construir o relacionamento amoroso/conjugal o indivíduo abandona um projeto de vida meramente individual e passa a investir no projeto a dois, no rompimento será necessário desinvestir na relação e reinvestir no eu, ou seja, descomprometer-se, elaborando tanto as perdas emocionais, sociais e sexuais, quanto reorganizando os aspectos materiais/pragmáticos da vida em conjunto (SOUZA, 2008). Assim, em maior ou menor escala quem era base de segurança e porto seguro torna-se motivo de desamparo, exigindo que se descolem partes do outro dentro de si mesmo e, ao longo do tempo, se construa uma nova identidade, novos projetos com o encerramento da história conjugal e a construção de uma nova história (SOUZA, 2018)⁴.

Assim como a construção de um relacionamento/casamento ocorre no tempo, o rompimento e o divórcio também:

O divórcio é um processo, o que significa que leva tempo e produz as mais variadas e contraditórias emoções e sentimentos. Implica perdas e, portanto, dor para todos os envolvidos, mesmo aquele que o pediu. O divórcio é um espelho para o autoconhecimento de aspectos positivos e negativos da própria personalidade e, por isso, uma oportunidade para superação e crescimento. (SOUZA, 2008, p.52).

Se o divórcio é um processo, é difícil considerar quando “a balança” entre motivos para ficar e motivos para romper passam a pender para o rompimento, nem quando ocorre este momento de desequilíbrio, muito menos o que/quem o causa. Mas, a literatura indica diversos fatores, desde os mais pragmáticos, como os econômicos, até temas intrapsíquicos associados à situação de um rompimento inesperado, como o que vem sendo tratado neste estudo. Portanto, esse processo pode ser multideterminado. Procurou-se apresentar alguns desses fatores para uma melhor compreensão do tema rompimento em geral e traremos uma discussão mais aprofundada sobre o processo de perdas (ambíguas) e elaboração no próximo capítulo. Contudo, enfatiza-se que o presente estudo teve foco no sofrimento relativo ao rompimento amoroso súbito, não havendo um aprofundamento nas consequências para os filhos, na relação com eles. Esses parâmetros foram citados

⁴ Informação verbal - Notas de aula da disciplina Relacionamentos amorosos: formação e rompimento, ministrada pela Profa Dra Rosane Mantilla de Souza no Programa de Estudos Pós Graduados em Psicologia Clínica da PUCSP – 1º semestre de 2018.

somente quando necessário.

São diversos os estudos encontrados que mostram o quanto o rompimento amoroso está diretamente ligado ao sofrimento psicológico e ao declínio da satisfação com a vida (RHOADES et al. 2011). Parte disso ocorre em função da separação trazer consigo a necessidade de adaptação a novas realidades. Estas não são somente psíquicas, mas também práticas. Estes fatores da vida cotidiana, como a mudança de casa, de convívio social, a reorganização dos afazeres, o suporte externo, a nova realidade financeira, entre outros aspectos, gera grande desconforto e precisam ser levados em conta para se entender a amplitude do impacto de um divórcio.

Apesar da presente pesquisa estar relacionada a mulheres, serão apresentados dados sobre diferenças de gênero, já que elas existem e nortearam o estudo, inclusive, a estabelecer uma limitação ao tema investigado. Segundo Luhmann e Eid (2009) os homens são mais impactados pelo divórcio do que as mulheres, pois eles mantêm-se menos satisfeito com a vida por um período mais longo. Para os autores, no divórcio, o homem perde grande parte de seu suporte social. As mulheres não somente tendem a ter mais apoio da sociedade e amigos, como também costumam ficar com os filhos, que também lhe dão mais suporte que ao pai. Elas também se beneficiam de um ganho de independência, apesar de muitas vezes sofrerem uma retração econômica importante. Socialmente o homem tende a ser visto como “quem fez algo errado”, e a mulher como “vítima”, o que faz com que as pessoas se voltem mais a elas, do que a eles para oferecer suporte.

Leopold (2016) alerta que as diferenças de gênero não se mantêm em longo prazo e que após 5 anos, homens e mulheres apresentam níveis semelhantes de satisfação com a vida. Os fatores, quando isolados, mostram grande diferença de impacto prático, mas nem sempre diretamente relacionado ao bem-estar como um todo. Por exemplo, mulheres chegam a perder 40% de sua renda no ano seguinte ao divórcio, enquanto os homens têm em média um aumento de 5%. Nos afazeres domésticos, as mulheres deixam de ter 30 minutos de tarefas domésticas diariamente, enquanto os homens passam a ter 20 minutos diários adicionais. E, apesar da mulher ter um maior suporte social, esse estudo verificou que os homens têm mais chances de formar, e formam, novos relacionamentos mais rapidamente. Ambos precisam refazer seu ciclo de amizade e reconstruir alianças, já que muitas das, então, relações do casal, também se perdem na separação.

A duração de um relacionamento não está diretamente ligada à quantidade de sofrimento que seu término pode causar. De acordo com Marcondes, Trierweiler e Cruz (2006, p. 102) “o sofrimento causado pelo término de um relacionamento amoroso independe do tempo de duração do mesmo”. Rhodes et al. (2011), explicam que a relação tempo/sofrimento não é tão direta, que na verdade, quanto maior o investimento feito no relacionamento, tais como morar junto, dividir finanças, fazer planos futuros, entre outros, maior será o impacto de seu término. Como exemplo pode-se tomar um relacionamento de seis meses em que o casal já deu todos estes passos, moram juntos, dividem as contas, estão planejando o casamento e filhos, ou seja, encontram-se em um momento de total doação um ao outro; e do outro lado um casal que já está há mais de 20 anos junto, mas, a não ser o fato de coabitarem, já desinvestiram completamente da relação, já não fazem planos, não saem juntos, tem amigos diferentes, viajam separadamente... Neste caso, o rompimento do primeiro relacionamento tem grandes probabilidades de ser extremamente doloroso, e do segundo pode até trazer alívio.

Apesar do projeto de ter filhos ser um grande investimento para o casal, não obrigatoriamente fará com que o divórcio seja mais doloroso para quem os tenha. O estudo de Rhoades et al. (2011) não verificou que os filhos sejam fator de impacto no sofrimento, mas sim, na manutenção do contato entre os ex-cônjuges, o que, sem dúvida, prolonga o sofrimento. O contato pode levar a um importante declínio de satisfação com a vida pós-rompimento, o que é condizente com os estudos de Boss (2006) sobre perdas ambíguas. Este contato mantém e reforça a ambiguidade da presença psicológica e ausência física, tornando a elaboração mais difícil.

Outro dado relevante é que relacionamentos definidos como ruins, não são mais fáceis de se romper do que relacionamentos saudáveis e satisfatórios. Ao contrário, casais que vivem relacionamentos mais satisfatórios são menos impactados (RHOADES et al., 2011). Acredita-se que pessoas que entendiam seus relacionamentos como bons tenham uma visão mais positiva da vida, mantendo essa visão pós-separação. Do lado oposto, estar em um relacionamento conturbado muitas vezes diminui a autoestima do indivíduo, que além da dor da separação ainda tende a pensar que se não foi capaz de manter o relacionamento com uma pessoa “ruim” será incapaz de fazê-lo com uma “boa”. A autoestima pode ser tão impactada que a pessoa passa a acreditar que não merece alguém “bom”. Desta

forma, a falta de esperança em gerar novos laços saudáveis tende a piorar o sofrimento e não a trazer um alívio.

Sakraida (2008) estuda o sofrimento psicológico gerado por um rompimento amoroso frente ao processo de decisão. Segundo esta autora, quem inicia o processo, tende a se ajustar melhor ao divórcio apresentando melhor qualidade de vida em longo prazo. É bastante possível que, além de não ter que lidar com o sentimento de rejeição, a pessoa que rompeu tenha uma ideia de maior controle sobre a vida. Quando a tomada de decisão é conjunta, a qualidade de adaptação em longo prazo parece manter-se para ambos. Já quem foi informado apresenta um nível de estresse bem mais elevado. Deve-se sublinhar que somado ao fato de ter sido rejeitado, o fator repentino e inesperado torna o processo ainda mais doloroso. A informação só chega na pessoa depois que a decisão já está tomada, não permitindo que ela tenha controle sobre a situação.

É mais fácil lidar com o segundo divórcio do que com o primeiro. Luhmann e Eid (2009) encontraram em sua pesquisa que o declínio com a satisfação com a vida é menor. O indivíduo já conhece o caminho e a experiência facilita a elaboração e adaptação aos novos padrões de vida. Observa-se que entre ajustes importantes que o indivíduo deverá fazer, a reconstrução da identidade tem um papel fundamental na recuperação de quem se divorciou, e a pessoa que passa por isso pela segunda vez tem maior facilidade para fazê-lo, pois já precisou reconstruir-se antes.

Há impactos na saúde física e mental de pessoas que sofrem rompimentos amorosos. Sintomas físicos, principalmente ligados a casos de depressão mesclados com sentimentos de traição e rejeição foram encontrados nos estudos de Field (2007). Sbarra (2015) relata que os efeitos negativos sobre a saúde são tão amplos que incluem uma taxa de mortalidade significativamente mais alta, elevada em 23% em relação a quem não se separou. Em outro estudo, o mesmo autor e Coan (2017) perceberam que o rompimento aumenta o risco de doenças infecciosas, cardiovasculares e até de morte precoce.

É interessante notar que a sensação de “coração partido” é inclusive física. Relatos de dores musculares no coração, infarto, disritmias, entre outros, são comuns nos casos estudados pela autora Stark (2016). Para o corpo, a experiência de fim de relacionamento pode ser sentida como a retirada de drogas, retirada de dopamina e oxitocina, causando claros sintomas físicos.

Os relatos de que o divórcio fragiliza a saúde são bastante contundentes. Shor, et al. (2012), em uma meta-análise com mais de 600 mil pessoas concluíram que além de apresentar uma saúde mais frágil, os divorciados morrem mais cedo que os casados. Em comparação, os divorciados têm um risco de mortalidade 30% maior segundo este estudo, sendo maior em homens (37%), que em mulheres (22%). Em outro grande estudo longitudinal de 30 anos (GIBB, FERGUSON e HORWOOD, 2011) destacam que a grande associação encontrada entre divórcio e saúde foi o aumento de casos de depressão, ansiedade, ideações e tentativas de suicídio. Pessoas que permanecem sós apresentam a saúde física e mental mais abalada, do que aquelas que voltam a se casar (KNOPFLI et al., 2015).

Não obstante, há uma grande discussão entre os autores se o rompimento, de fato, gera todos estes problemas, ou se indivíduos que se separam já apresentavam estilos conturbados anteriormente ao evento, e por isso, estão mais propensos a se divorciar (SBARRA, 2015). Gibb, Fergusson & Horwood (2011, p. 168) colocam a questão da seguinte forma: “[...] problemas de saúde mental são preditivos de separação, mas a separação também é um preditivo de problemas de saúde mental”.

Como *gestalt*-terapeuta acredito que se deve focar no aqui-e-agora, no como manejar a vida pós-divórcio, sem procurar incessantemente causas que possam culpabilizar o indivíduo pela própria separação, trazendo maior sofrimento. Os possíveis transtornos de personalidade podem emergir durante o processo psicoterapêutico, mas segundo Souza (2008), cabe aos psicoterapeutas ajudar os pacientes, para que os mesmos possam aproveitar a oportunidade de superação e crescimento geradas pelo divórcio.

A dor de uma separação é tamanha que não se pode deixar de abordar o suicídio e a ideação suicida. Segundo Batterham et al (2014) a ideação suicida aumenta em 600% no ano pós-separação e as tentativas tem em aumento de 20 vezes. Condizente com os tempos de elaboração verificados por outros autores, este aumento na ideação e tentativa vai declinando a cada ano, sendo consideravelmente menor já no segundo ano, e praticamente igualando-se à taxa da população em geral cinco anos após a separação. Wyder, Ward e De Leo (2009) alertam para o risco mais elevado em pessoas mais jovens, ficando extremamente alto entre homens de 15 a 24 anos. Muitos autores acreditam que a falta de suporte social ao homem quando ele se separa está diretamente ligada às maiores taxas e

riscos para eles. Alinhado com os estudos sobre o investimento na relação e o sofrimento gerado, Love et al. (2017), perceberam que o comportamento suicida é maior nas pessoas que estavam mais comprometidas em seu relacionamento.

Com base nos dados apresentados até o momento pode-se concluir que o impacto de um divórcio pode ser devastador. Traz declínio na satisfação com a vida em geral, no suporte social recebido, nas relações com amigos, na renda, tarefas diárias, saúde física e mental. Psicologicamente os impactos podem ser ainda mais complexos.

Diversos autores classificam o rompimento amoroso como um dos episódios de vida que trazem maior sofrimento psicológico ao indivíduo (SBARRA & COAN, 2017; LUHMANN e EID, 2009). Segundo Sbarra (2015), os três maiores sofrimentos que uma pessoa pode passar, em ordem de relevância, são: aprisionamento, divórcio e viuvez. De forma alguma deve-se levar isto como algo válido para todos os casos. Sabe-se que alguns casos de luto complicado podem se sobrepor facilmente a qualquer um dos sofrimentos acima mencionados, assim como pessoas podem viver tais episódios de vida sem serem tão impactadas. Sob esta perspectiva, este estudo deve ser compreendido mais como uma prevalência.

A ideia aqui foi trazer uma perspectiva sobre o que um divórcio é capaz de gerar na vida de uma pessoa já que este fato é muitas vezes é menosprezado, desvalidado, com falas como: *“Você logo arruma outro”*, *“Você é nova, isso não é nada”*, *“Você não tinha filhos, logo vai ser fácil”* diminuindo inclusive a permissão social para o sofrimento, ou seja, gerando um luto não reconhecido (DOKA, 1989).

A comparação do divórcio com um processo de luto por morte também não abrange a complexidade deste tipo de perda. Hetherington (2002) explica em seu estudo longitudinal que o divórcio é bem mais complexo que a viuvez, dado que a perda na viuvez é definitiva enquanto no divórcio o outro permanece existindo, alimentando desde a esperança de volta, quanto de conflitos. Para a autora, o divórcio simboliza o fim de uma civilização que ali tinha se formado. Em seu estudo fica claro o quanto os dois primeiros anos pós-separação ainda são de elaboração e ajuste, sendo comum um período de quatro anos para que a pessoa se sinta, de fato, recuperada. Pode-se lembrar aqui que a taxa de suicídio e tentativas só volta ao mesmo patamar das pessoas não divorciadas após cinco anos.

Antes de aprofundar no tipo de perda do divórcio, a perda ambígua, pode-se compreender um pouco mais a diferença entre divórcio e viuvez e seus lutos.

Quando uma pessoa se torna viúva, ela não perde o amor do outro, não perde seu espaço na vida psíquica, no coração do outro. É como se a pessoa ainda a amasse, mas agora em outro plano, em algum tipo de vida pós-morte. Mas quando o outro o deixa, ele decide fazer um luto. Ele toma a decisão de o matar dentro dele, de desinvestir deste amor, ou seja, somado a tudo o que já foi tratado é necessário lidar com uma dor narcísica, a morte de si dentro do outro (CARUSO, 1986). Por isso muitas vezes pessoas que passam por um divórcio têm a sensação de que teria sido mais fácil se o outro tivesse falecido. O luto acontece em mais de uma instância no divórcio. Há uma morte simbólica do outro e uma morte simbólica de si mesmo ao mesmo tempo. Quando se separa, inevitavelmente, uma parte de si morre no outro. O que se era para o outro é renegado, deixa de existir, sendo que esta questão precisa de muito trabalho psíquico para ser superada. Por isso, divorciar-se leva a um processo psicológico complexo que abrange características que ultrapassam o luto.

CAPITULO 2 – O DIVÓRCIO INESPERADO

O presente estudo não está desvinculado de seu tempo histórico. Para compreender o fenômeno divórcio, acreditando-se que mais ainda o inesperado, é preciso estar ciente da cultura em que se está inserido. Bauman (2004) a definiu como uma época de relações líquidas, onde os vínculos afetivos são desfeitos com grande facilidade. Lipovestsky (2016) coloca as relações amorosas da atualidade da seguinte forma:

A fragilidade dos vínculos e a facilidade do descompromisso contemporâneo acompanham-se ora das delícias da renovação, ora do pesadelo de estar largado, abandonado, sozinho. Tudo se torna temporário, flexível e descartável: é um processo de desconexão com seu inevitável cortejo de ofensas, choros, decepções e sentimentos de fracasso. (LIPOVESTSKY, 2016, p. 248)

Neste contexto específico não é de se estranhar que cada vez mais separações e divórcios aconteçam, e a partir disto se conjectura se é possível que esta facilidade do descompromisso possa se refletir em formas abruptas de rompimento. Os dados abaixo (Quadro 1) do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) ajudam a perceber quão altas estão as taxas de divórcio na atualidade brasileira.

Quadro 1 - Divórcios e casamentos no Brasil

| BRASIL | | |
|--------|-----------|------------|
| Ano | Divórcios | Casamentos |
| 2009 | 174.747 | 935.116 |
| 2010 | 239.070 | 977.620 |
| 2011 | 347.583 | 1.026.736 |
| 2012 | 341.600 | 1.041.440 |
| 2013 | 324.921 | 1.048.777 |
| 2014 | 341.181 | 1.101.586 |
| 2015 | 328.960 | 1.131.734 |
| 2016 | 344.526 | 1.090.181 |
| 2017 | 373.216 | 1.064.489 |

Fonte: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE)
Estatísticas do Registro Civil (2009-2017)

Com base nestes dados pode-se ver a progressão dos divórcios no Brasil desde 2009, mas não se sabe quanto são ou não súbitos. Percebe-se que o número de casamentos aumentou em cerca de 14%, enquanto os divórcios em mais de 110%. Pode-se pensar que a legalização do divórcio no Brasil em 1977 e o seu atual crescimento contribuíram para diminuir o estigma e preconceito associado ao rompimento conjugal, embora não se acredite que essa possibilidade tenha reduzido o sofrimento para quem o vivencia e, mais ainda, quando este incide de forma súbita sobre um dos cônjuges.

Dado que este estudo se propôs a ter um olhar específico para casos de divórcios que acontecem de forma inesperada, no presente capítulo, embora tenha sido tratada sua elaboração, buscou-se afunilar nas especificidades do formato abrupto, iniciando com a conceptualização, construída para caracterizar este tipo rompimento amoroso.

2.1 O conceito de divórcio inesperado

Para viabilizar esta pesquisa, acreditou-se ser importante primeiramente discutir e propor o conceito de divórcio inesperado. Para isso partiu-se do entendimento de duas autoras que já publicaram livros sobre o tema, assim como de reflexões próprias.

Stark (2010) define divórcios inesperados como a partida repentina e não avisada do marido, começando praticamente no momento em que o companheiro sai de casa sem qualquer tipo de aviso prévio, não há nem ao menos alguma comunicação de que não estava feliz, ou que pensava na possibilidade de separação. Fica claro que neste tipo de divórcio não há possibilidade de que a parte preterida modifique o fato, ou proponha alguma forma de reconciliação, já que umas das características é exatamente que a decisão já foi tomada unilateralmente quando é informada.

Para Stark (2010), quando o parceiro revela suas intenções já é um *fait accompli*. Já Anderson (2014) define este tipo de divórcio como um abandono, onde se perde o amor e a conexão com o outro de forma brusca, e uma das partes é deixada repentinamente.

Propõe-se, então, que um divórcio inesperado seja aquele que ocorre de forma abrupta, sem que haja um aviso prévio de uma das partes. Quem é deixado se sente abandonado e não é envolvido no processo de decisão. Não há a percepção de quaisquer sinais de que o marido pretendia romper a relação, o que quase sempre é compartilhado pelo círculo de relacionamento interpessoais.

Entenda-se aqui a falta de aviso prévio como falta de comunicação entre o casal sobre seu envolvimento amoroso um com o outro, podendo ter ocorrido conflitos ou não, isto é, não obrigatoriamente se está falando de um casal que não tinha desentendimentos, mas, que mesmo durante estes, a pessoa que decidiu partir nunca comunicou que estava pensando em se separar.

O processo decisório unilateral também é atributo desta forma de rompimento. Somente uma das partes toma a decisão, sem compartilhar e sem permitir que a outra opine, questione, ou possa alterá-la. Não se sabe como é tomada essa decisão, mas fica claro que é somente informada à outra parte que nada pode fazer além de receber a notícia e procurar absorvê-la, o que aumenta sua sensação de descontrole da própria vida e de impotência.

O sentimento de abandono é a terceira característica importante nessa forma de divórcio. Mesmo que o cônjuge que decidiu romper o relacionamento abruptamente mantenha-se próximo, ou até ofereça algum suporte, a pessoa sente-se completamente abandonada. A quebra de envolvimento amoroso é imediata, provocando um claro abandono afetivo. Além disso, como a própria rede interpessoal pode estar impactada pela imprevisibilidade do evento, pode ter diminuída sua capacidade de oferecer apoio.

Por fim, a quarta característica de divórcios inesperados é o fato de que a parte abandonada não tinha percebido que isso iria ocorrer. E essa não é uma falha na forma de se relacionar, em que não havia envolvimento e atenção da parte deixada, mas sim uma característica comum na maioria dos casos de divórcios inesperados.

Stark (2010), que relata sua própria experiência e já era terapeuta de casais anteriormente a seu divórcio, conta que não tinha a menor ideia de que seu marido pensava em se separar. A autora, inclusive, alerta para a falta de conhecimento de alguns psicólogos que assumem que há algum problema na não percepção de evidências, afirmando que os sinais estavam ali e que a pessoa estava propositalmente ignorando-os, causando constrangimento ao paciente ao invés de ajudá-lo.

Pode-se hipotetizar, baseados em Mikulincer & Shaver (2007) que o cônjuge que se vai teria um estilo de apego inseguro com dificuldade de considerar as características do parceiro e modular seu ritmo de interação em função das demandas do outro, o que contribuiria para uma dificuldade de comunicação e busca de alternativas para solucionar conflitos, de modo que parece haver uma dissociação entre o processo conjugal que vivia e o evento que deflagra. Em muitas histórias a mudança do ex-cônjuge pós-divórcio é tamanha que é difícil reconhecer a pessoa.

2.2 Particularidades do divórcio inesperado

O divórcio inesperado tende a causar uma reação inicial mais intensa e mais dolorosa que os demais tipos de separação. Segundo Coleman e Morgan (2016) a relação é direta. Quanto mais repentino o anúncio, mais estressante será a reação inicial. Field (2017) também traz dados de que o estresse é maior em quem não

tomou a decisão, e ainda maior para aqueles para a qual a notícia foi inesperada. Em relação ao processo de autoconhecimento e formação de identidade, ele também será mais intenso pois a parte que foi deixada não estava fazendo sequer algum esforço para diferenciar-se do outro. Não havia um questionamento da relação, que acabaria trazendo um questionamento de gostos, de afazeres e de tantos detalhes que formam a identidade do casal. No divórcio inesperado não há chances de se preparar como em tantos outros casos.

Neste tipo de divórcio o indivíduo terá não somente que lidar com a dor do rompimento, mas também com o sentimento de rejeição. Segundo Lima (2008, p. 117) “sentir-se culpado é mais tolerável do que sentir-se rejeitado”. O que é condizente com os estudos de Sakrinda (2008) sobre quem iniciou o processo. Quase que numa fuga da dor da rejeição, a pessoa pode deparar-se com um enorme sentimento de culpa. O sentir-se culpada pode amenizar a dor da rejeição, mas também tende a levar à internalização da raiva, complicando mais uma vez o processo de elaboração. Anderson (2014), compreende que essa internalização da raiva é um dos grandes riscos à saúde mental em casos de divórcios inesperados, e que é preciso dar uma especial atenção para que isso não ocorra.

É importante notar que todos os fatores mencionados até agora ocorreram de forma abrupta. Desde pontos mais práticos, como viver sozinho, a quebra na renda familiar, as tarefas de casa, como os mais subjetivos. A perda de suporte é imediata, não há tempo para se preparar para a mudança, de construir novos apegos. É necessário aprender a ser sozinho da noite para o dia e a reconstrução da identidade é dificultada pelo imenso sentimento de abandono.

Todos os divórcios implicam em estresse produzidos por evento ou situação que perturba o equilíbrio do sistema e trazem risco à saúde mental, exigindo enfrentamento (COWAN 2016). Boss, Bryant e Mancini (2016) realizaram uma classificação das situações estressoras quanto à fonte, tipo, duração e densidade. Com base nela pode-se afirmar que um divórcio inesperado implica em ter sua fonte externa, quanto ao tipo pode ser considerado catastrófico (inesperado, indesejado e não escolhido); quanto à duração é agudo (ocorre subitamente), e quanto a densidade é cumulativo (gerará múltiplas mudanças). É fácil, então, considerar que nestes casos há crise, isto é, a perturbação do equilíbrio é tão esmagadora, a pressão é tão severa, e a mudança é tão aguda que o indivíduo, ou o sistema familiar fica bloqueado, imobilizado e incapacitado, ao menos por um tempo, de

funcionar adequadamente (BOSS,1999). Na crise, o pico de estresse faz com que a mudança seja compulsória e poderá ser dificultada quando o indivíduo ou família tem um repertório de comportamentos limitado, ou o nível de estresse aumenta subitamente, que é o caso do divórcio inesperado, sendo uma situação potencialmente produtora de trauma.

Trauma é qualquer evento testemunhado ou vivenciado por alguém como ameaça à sua própria vida, à sua segurança ou à de outros, e que tem como resultado um sentimento de medo, terror ou impotência. Gera risco aumentado de dissociação, confusão e perda da sensação de segurança (APA, 2010). Eventos traumáticos desorganizam, desestruturam ou provocam descontinuidade. Situações traumáticas e perdas violentas e não previsíveis aumentam risco de dificuldades de elaboração.

A vivência de situações traumáticas gera, ou aumenta, o risco de várias expressões disfuncionais relativas à saúde física e mental. A probabilidade de risco não é fixa, e nem todos os indivíduos expostos a situações de risco desenvolvem um prognóstico negativo. Assim, diferentemente do estresse que está associado a um processo de adaptação no qual se pressupõe que o indivíduo seja capaz de lidar com situações e acontecimentos impactantes sem desenvolver sintomas severos de desadaptação, o trauma associa-se a situações de vida sob circunstâncias avassaladoras que ultrapassam a possibilidade de adaptação imediata (LAZARUS, 1999).

É a partir deste olhar que se propôs entender qual seria o melhor manejo clínico possível nestes casos, e para isso foi preciso compreender mais a fundo as perdas e demandas de elaboração no contexto dos divórcios inesperados.

2.3 Perda ambígua e luto do divórcio

O divórcio implica em luto. De acordo com Parkes (1998), o luto é uma manifestação de estresse emocional frente a uma situação de rompimento de vínculo implicando em reações físicas, emocionais, comportamentais e sociais.

O luto (...) não é um tipo comum de estresse na vida da maioria das pessoas. Ao dizer isso, eu deveria ter escrito luto com L maiúsculo. É claro que perdas são comuns na nossa vida. E como o luto é uma reação à perda, deveria ser comum também. Mas o termo luto não é usado para a reação à perda de um guarda-chuva velho. Ele geralmente é reservado para a perda de uma pessoa, em especial de uma pessoa amada. (...). Em qualquer luto, raramente fica claro com exatidão o que foi perdido (PARKES, 1998, p.24).

A expressão e elaboração do luto dependem de variáveis pessoais (como estilo de apego), características da perda, recursos de apoio e significados culturais. No capítulo anterior foram mencionadas as diferentes perdas associados ao divórcio (pessoal, familiar, social, sexual, estilo de vida) e diferenças entre divórcio e viuvez. No presente capítulo, procurou-se aprofundar a natureza das perdas emocionais, características do divórcio em geral, e do inesperado em particular.

A separação produz uma perda ambígua, o que torna a elaboração do luto um processo mais complexo. Segundo Boss (2006), perdas ambíguas são situações não finitas em que há ausência física com presença psíquica ou presença psíquica com ausência física. Nestas situações, as fronteiras são confusas e o grau de estresse em que fica submetido o indivíduo é alto. Por serem perdas pouco claras, elas dificultam um fechamento, uma solução. Em decorrência da ambiguidade é comum que os indivíduos permaneçam confusos, sem conseguir dimensionar e significar adequadamente a situação, e com isso, ficam paralisados.

Para deixar mais claro, exemplificou-se aqui os tipos de perda ambígua. Casos de ausência física com presença psicológica podem ser além de separações, desaparecimentos, sequestros, soldados que não retornam da guerra e não se tem notícias, entre outras. O exemplo de um marido desaparecido em guerra caracteriza bem como este tipo de perda pode paralisar uma pessoa, já que será necessária uma decisão interna sobre aguardar o retorno, que pode jamais acontecer, ou autorizar-se a ter novos relacionamentos, e quando fazê-lo.

A ausência psicológica e presença física pode ocorrer em casos como o Alzheimer, demências, doenças mentais, droga adições, entre outros. Aqui pode-se olhar para casos de Alzheimer, nos quais o indivíduo já não reconhece mais os familiares. Não compreender a situação e não tomar a decisão sobre como cuidar deste indivíduo pode paralisar a vida do cuidador e dos familiares. A complexidade abrange desde se a pessoa irá para uma casa de repouso, ou será cuidada em casa, até a reformulação de papéis dos familiares.

Durante um relacionamento há sempre perdas: de autonomia, de sonhos, materiais, sociais, mas são identificáveis. A ambiguidade baseia-se no processamento cognitivo de pistas que se contradizem, com ou sem implicação afetiva. Em situações ambíguas, é difícil dar sentido aos elementos dissonantes. A percepção e o processamento cognitivo não são estáveis e ambas as imagens (ou elementos) tomam o campo da consciência sucessiva e contraditoriamente.

Boss (1999) relata que a perda ambígua imobiliza o indivíduo e, conseqüentemente, seus relacionamentos, dificultando o processo de tomada de decisão, de elaboração do luto, das ações de enfrentamento e impedindo o fechamento. A pessoa sente-se muitas vezes desamparada, desesperançosa e exausta. Isso tudo leva ao aumento de casos de depressão, ansiedade, abuso de substâncias e até suicídio.

Pode-se dizer que a morte tem um ponto de definição clara, mas a ausência psicológica com a presença física ou vice-versa, que ocorrem nos divórcios, não. Esta ambiguidade torna-se ainda mais sensível e complexa quando o casal vai e volta constantemente, não pode ou não consegue se distanciar. Há inúmeras histórias de pessoas que passam a vida em relações pouco saudáveis, onde a esperança da volta do outro bloqueia a formação de novos contatos e relacionamentos. Mas, no caso dos divórcios inesperados, como analisado anteriormente há alto potencial de trauma, dada as circunstâncias avassaladoras que ultrapassam a possibilidade de adaptação imediata. Dado ser difícil dar sentido ao rompimento, fica ambíguo o vivido e o que se poderá viver.

Quanto mais ambígua a relação, mais difícil entender o rompimento. De fato, há que se ultrapassar a demanda de compreender, de manter a esperança da mudança do parceiro e das tentativas auto ou hetero agressivas de o reter (SOUZA, 2008). Nos divórcios, como um todo e nos abruptos em especial, há a possibilidade de não fechamento, pois, em casos de perda ambígua não há um processo linear de enfrentamento e não há encerramento. O que pode ocorrer é uma aceitação do paradoxo da ausência e presença (BOSS, 2006).

Pelo ato do divórcio implicar em uma perda ambígua pode-se focar nas indicações de Boss (2006) acerca de sua elaboração. Essa estudiosa propõe seis principais focos de trabalho clínico de situações que envolvem esse tipo de perda.

O primeiro é ajudar a dar sentido, ou seja, ajudar a compreender a ambiguidade da perda, perceber o sofrimento gerado nos contatos, a dificuldade de

fechamento, de significar os fatos. No divórcio, muitas vezes, o trabalho clínico ajuda permitir que a pessoa verbalize o quanto teria sido mais fácil se o outro tivesse, de fato, morrido e validar este sentimento mostrando como não se trata de um absurdo. Ao mesmo tempo a autora alerta que a elaboração é dificultada pela necessidade de vingança, manutenção de segredos, entre outras reações. Logo, dar sentido a isso pode ajudar a libertar a pessoa da necessidade de revidar. Sbarra (2015) indica que ajudar o paciente a pensar de forma mais concreta e objetiva sobre seus afazeres e gasto de tempo, fazendo com que não fique preso a rumações sobre sua história de vida também ajuda a manter um menor grau de estresse. Pode-se também alertá-lo de que dar sentido não é ficar recorrentemente vivenciando a história, mas lhe dar clareza para poder seguir em frente.

Um segundo ponto é voltar a ter equilíbrio e controle da situação, ou seja, reconhecer o que pode ser feito e o que não pode. Quais situações podem ser controladas e quais é necessário aprender a lidar. A autora (BOSS, 2006) também reflete sobre a externalização da raiva e do quanto se culpar não ajuda o indivíduo à poder voltar a se sentir bem e agir em seu dia-a-dia. Anderson (2014) alerta para a extrema importância de não se internalizar a raiva em divórcios inesperados. Há casos em que questionamentos sobre o que a pessoa poderia ter feito de diferente para manter o relacionamento são até agressivos. Um exemplo seria o caso de um homem que está traindo a esposa e se apaixona pela amante, fugindo com ela da noite para o dia. Aqui nos cabe validar a dor e deixar que essa mulher culpe este homem pelo erro, externalizando a raiva a respeito da atitude dele e não permitindo que ela se culpe imaginando o que ela poderia ter feito de diferente, ou o que fez de errado para que ele se fosse. Em longo prazo, pode ser que análises sobre o relacionamento e sobre como a pessoa se portava nele sejam bastante úteis, mas no momento de extrema dor deve-se ajudar a externalizar a raiva, e não o contrário. Quando a pessoa estiver forte o bastante para olhar para si, sem por isso internalizar a raiva, jogando toda culpa para si mesmo, aí sim, é possível cuidar destes aspectos.

Reconstruir a identidade também é fator chave para a autora. Redefinir os papéis, quem fará o quê, quem cuida do quê, é muito importante. Não só redefinir como deixar alguns de lado e passar a fazer outros. Deixar de ser a esposa que acompanha o marido a um evento, e passar a ser a pessoa que troca a lâmpada queimada, ou que leva o carro ao mecânico. Agarrar-se aos papéis antes

estabelecidos só reforça o sofrimento e a dor. Não é porque o outro tomava conta de uma atividade que a pessoa não pode fazê-lo. Ao contrário, descobrir-se capaz de fazer o que antes era delegado ao outro ajuda num senso de dignidade e valor. No divórcio é preciso assimilar que antes o que era “casal”, agora passa ser “único” o que antes o outro fazia, agora se passa a ter que fazer; o que antes se achava que gostava de fazer, agora percebe-se que não passava de gosto do outro; o que se achava que odiava, vê-se agora que se faz com gosto. Enfim, o processo passará por uma reconstrução de identidade e a necessidade de redescobrir quem se é. Muitas vezes os casais acabam se misturando tanto, que ao romper as fronteiras estão tão borradas que não é possível separar o que é de um e o que é do outro, não sabem mais quem são. Segundo Sbarra (2015) um dos principais trabalhos clínicos é ajudar a pessoa a reconhecer sua própria identidade, sendo que este fator está diretamente associado a relatos de melhora do estado psicológico como um todo. Encontrar-se sozinha no mundo sem a certeza de quem se é pode ser aterrorizador. Essa reorganização interna e reconstrução da identidade é inevitavelmente um processo lento e desafiador.

O quarto ponto é normalizar a ambivalência. Note que se está falando aqui da ambivalência de sentimentos e não da ambiguidade da situação. Compreender que se ama e sente raiva da mesma pessoa, que se pode odiar certos aspectos e gostar de outros, que não é preciso culpar-se por aquilo que não está nas próprias mãos, é essencial. Lidar com a avalanche de sentimentos gerada por uma separação é bastante desafiador, e esperar que os sentimentos sejam todos coerentes só causa mais sofrimento. É preciso aprender a lidar de forma diferente com a ambivalência de sentimentos e a ambiguidade da perda.

Também é importante ajudar o paciente a rever os apegos. Como foi visto no início, parte da formação do vínculo amoroso é passar a ter o cônjuge como figura central de apego, base segura. Será necessário formar novos laços, voltar a bases de apego antigas ou voltar-se a novas relações. Construir novos vínculos é um processo importante e não se deve focar num extremo individualismo, ou a ideia de completa autossuficiência. Caminhar para um autossuporte é muito diferente do que chegar a um ilusório autossuporte completo. Poder e ter ajuda de outros é vital para qualquer ser humano. No divórcio será importante desvincular-se, porém a morte ocorrida é simbólica e não real. O outro continuará vivendo, relacionando-se com os outros, e talvez, sendo mais feliz sem você. Isso faz com que a elaboração dessa

perda exija uma decisão de desinvestimento e ação para que isso, de fato, aconteça. Tomar decisões em momentos dolorosos, vivenciando uma perda ambígua, é muito difícil. Agir para se desvincular é um enorme desafio.

E por último, reencontrar esperança. Muitas vezes perde-se a ideia de que o mundo é justo frente a situações muito difíceis, embora a pessoa se sinta desamparada e sem ter para onde ir. Aos poucos, é preciso conseguir encontrar novos rumos, poder rir de nós mesmos e de nossas histórias, enfim, encontrar esperança. Insistir em um encerramento perfeito, em um término não ajuda nos casos de perda ambígua, já que o outro não morreu. Lidar com a situação é um esforço de compreensão da mesma e resiliência frente às novas situações.

Além dos pontos indicados anteriormente, um ponto bastante pragmático é verificar a saúde física de quem está vivenciando uma perda ambígua. A qualidade do sono, por exemplo, é um bom indicador da hora de recorrer a uma intervenção psiquiátrica e quando se pode manter o paciente somente com ajuda psicológica. Segundo Sbarra (2015) problemas no sono são esperados nas dez primeiras semanas pós-separação. Por este período é normal que a pessoa enfrente dificuldades importantes para dormir, acorde demasiadamente cedo ou tenha o sono interrompido, mas se as alterações perdurarem além deste período é esperado que a própria falta de sono leve à depressão e à casos de doenças associadas. De acordo com este autor, quando o paciente está a mais de dois meses e meio apresentando dificuldades em dormir é importante encaminhá-lo ao psiquiatra que definirá a conduta adequada.

CAPITULO 3 - MÉTODO

O modelo de pesquisa adequado a este estudo é a pesquisa qualitativa, pois visa explorar e compreender melhor os significados dados pela participante. Este tipo de pesquisa permite uma ampla descrição e o entendimento mais profundo de eventos e experiências do indivíduo. Visto que nossa realidade é diversa e multifacetada só é possível compreender o mundo social por meio da interpretação dos significados atribuídos a ele. Não sendo possível dimensionar numericamente tal fenômeno, pois isso, de forma inevitável, levaria a uma redução e perda destes significados, o que acabaria por impedir o uso de modelos puramente quantitativos. Desta forma, pode-se reconhecer que a experiência humana não pode ser confinada a métodos nomotéticos (CHIZZOTI, 2006), ou seja, não há como reduzir os dados matematicamente a conclusões válidas para todo e qualquer indivíduo. Contudo, apesar da impossibilidade de construir generalizações numéricas é possível fazer generalizações analíticas e naturalísticas.

O estudo qualitativo é uma investigação descritiva, que segundo Creswell (2010) permite uma análise indutiva dos dados, isto é, obtém-se dados gerais a partir de fenômenos individuais. Desta forma a pesquisa iniciou-se na observação de um caso específico, para então analisá-lo em busca de um conhecimento sobre o tema. Segundo Esteban (2010), os seres humanos são subjetivos, construtores de sua realidade e ao mesmo tempo são determinados por ela, procurando-se aqui compreender essa dinâmica em um estudo de caso.

O estudo de caso é um método que se justifica quando se depara com histórias de vida extremas ou únicas (ALVES-MAZZOTTI, 2006). Histórias instigantes, raras, e que permitem maior aprofundamento das questões que se pretende estudar. O estudo de caso aqui utilizado é instrumental (STAKE, 2005), pois permite produzir *insights* a fim de refinar a teoria, tendo um papel de respaldo à compreensão do tema.

Este método permite duas importantes formas de generalizações. A primeira delas é chamada de generalização analítica, ou seja, espera-se encontrar replicações da teoria no caso estudado, permitindo gerar proposições teóricas que poderão ser aplicadas a outros casos (YIN, 2015). Desta forma, é esperado coesão entre o caso estudado e a teoria levantada sobre o tema.

A segunda forma são as generalizações naturalísticas, que podem levar os leitores a associarem o que foi observado com fatos de sua própria vida (STAKE, 1978). Apesar da singularidade de cada história de vida, muitas vezes pode-se autorreconhecer no sofrimento do outro, ou ao menos, ser fortemente tocado por ele.

3.1 Participante

O levantamento procurou um caso que obedecesse ao seguinte critério de inclusão: ser do sexo feminino, ter vivido um relacionamento heterossexual de no mínimo cinco anos e estar separada há pelo menos 2 anos. Este período de separação procurou respeitar o momento de maior mobilização, já que segundo Hetherington, Cox e Cox (1985), a maior parte dos ajustamentos são feitos nos primeiros dois anos.

Além dos critérios mais pragmáticos supracitados, foi importante garantir que a pessoa tivesse vivido um rompimento verdadeiramente inesperado, ou seja, que estivesse dentro da conceptualização aqui proposta na qual: a separação ocorreu de forma abrupta, houve um claro sentimento de abandono, o processo decisório foi unilateral e não havia sinais de que isso poderia ocorrer. A participante selecionada foi uma mulher de 38 anos, com escolaridade de nível superior (doutorado), permaneceu casada por 8 anos, de um total de 10 anos de relacionamento. O casal não teve filhos e o divórcio foi completamente inesperado para ela.

3.2 Instrumentos

Primeiramente, foi utilizado um questionário organizado para esta pesquisa, (Apêndice A), cujo objetivo foi permitir um levantamento inicial acerca das participantes possíveis. Ele iniciou-se com um levantamento de dados básicos, como sexo, idade, escolaridade, tempo de relacionamento, data de rompimento e se havia filhos desse relacionamento. Depois fazia uma breve verificação do tempo de namoro e a percepção de sua qualidade, assim como do casamento e os últimos anos da união, e ainda algumas perguntas sobre a separação e como ela ocorreu. Houve também uma verificação sobre a busca de ajuda psicológica e/ou psiquiátrica e demais suportes. Seguiu-se um levantamento sobre os fatores de recuperação e

reorganização da vida, tais como moradia, renda, trabalho, relações familiares, amigos, atividades físicas, lazer e relacionamentos afetivos-amorosos. O questionário finalizou perguntando se a pessoa aceitaria participar de um estudo mais aprofundado.

Com a participante selecionada para o estudo de caso, foi realizada uma entrevista aberta. Segundo Lakatos e Marconi (1996), a entrevista é um procedimento de investigação social que tem vantagens como: permite maior flexibilidade ao entrevistador, que pode esclarecer dúvidas; possibilita melhor avaliação de pontos focais, que podem ser avaliados com maior precisão, entre outros.

Três temas nortearam essa entrevista aberta: a) Como foi informada que haveria a separação, solicitando um relato breve sobre o episódio; b) Como se sentiu logo após a separação; c) Como estava e quais dificuldades estava enfrentando um ano depois e deste então. Para a entrevista foi utilizado um gravador a fim de possibilitar uma completa transcrição do conteúdo.

Também foi aplicada a escala *“The Experiences in Close Relationships - Relationship Structures Questionnaire”* (ECR-RS), capaz de fornecer dados rigorosos e válidos em relação ao estilo de vinculação de indivíduos adultos com suas figuras parentais, amigos e parceiros românticos (FRALEY et al., 2011). Esta escala permite avaliar o apego nas relações íntimas durante a vida adulta, baseada em duas dimensões presentes nestes tipos de relacionamentos: ansiedade de separação e busca de proximidade. Compõe-se de 9 itens (por exemplo: “eu normalmente discuto meus problemas e preocupações com essa pessoa”) que são repetidos em folhas diferentes, relativas a mãe, pai, parceiro romântico e amigos. As afirmações indicam o quanto a pessoa concorda fortemente ou discorda fortemente, variando de 1 a 7. A escala teve estudo de adaptação e validade para ser utilizada no Brasil por Rocha et al. (2017).

3.3 Procedimento

Primeiramente, as possíveis participantes foram alcançadas pelo procedimento conhecido como “bola de neve” a partir de contatos pessoais desta pesquisadora e de colegas psicólogos. Desta forma, foi encaminhado o questionário supracitado via e-mail, WhatsApp ou Facebook e permaneceu *online* por um mês

para que pudesse ser respondido em momento oportuno pelas potenciais participantes. Caso a pessoa não desejasse participar de fases futuras do estudo, a mesma não precisaria fornecer nenhum dado, mantendo sua identidade em completo sigilo.

A partir das respostas ao questionário, foram selecionadas três participantes que sob escrutínio mais rigoroso levaram à seleção da participante Ana (nome fictício), que preencheu totalmente os critérios de inclusão. A ela foi feito um convite via e-mail para entrevista no qual foram explicados os objetivos da pesquisa e marcados horário e data adequados para a participante.

Por ocasião do encontro presencial foi novamente explicitado o objetivo da pesquisa, solicitada a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido⁵, e realizada a entrevista deixando aberto a possibilidade de reencontros se houvesse necessidade e também para a aplicação da escala ECR-RS, bem como obter outras informações complementares.

A entrevista foi gravada e posteriormente transcrita de forma integral, os dados obtidos foram lidos atentamente, repetidas vezes para a apreensão dos conteúdos, a fim de que se pudesse construir um conhecimento científico crítico e relevante.

3.4 Análise de resultados

A análise foi qualitativa, isto é, trabalhou-se com o universo de significados, valores, crenças e atitudes, correspondendo a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos, que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis (MINAYO, 2001).

Segundo Stake (2005), no estudo de caso instrumental, o mesmo é analisado para produzir *insights* em um determinado assunto, ou para refinar a teoria. O autor define diferentes estratégias de organizar as informações de um estudo de caso e optou-se por uma apresentação histórica, organizada em eixos decorrentes do objetivo da pesquisa, e a partir dos quais o conteúdo foi tematizado, ressaltando o que havia de comum e específico. Ainda segundo Stake (2005), os pesquisadores

⁵ A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética da PUC-SP e tem cadastro de aprovação na Plataforma Brasil com o Certificado de Apresentação para a apreciação Ética (CAAE) número 13824119.7.0000.5482.

de casos buscam tanto o que é comum, quanto o que é particular em cada caso, mas o resultado final geralmente retrata algo de original em decorrência da natureza do caso, de seu histórico, contexto e problemática.

Também buscou-se considerar se os conceitos teóricos levantados na primeira fase deste estudo se verificaram, se deveriam ser questionados ou expandidos, permitindo generalizações analíticas sobre o tema, expressando a riqueza deste estudo de caso.

CAPÍTULO 4 - RESULTADOS E DISCUSSÃO

*Já lhe dei meu corpo, minha alegria
 Já estanquei meu sangue quando fervia
 Olha a voz que me resta
 Olha a veia que salta
 Olha a gota que falta
 Pro desfecho da festa
 Por favor*

Chico Buarque - Gota d'água

Antes de propriamente apresentar, discutir e interpretar os resultados obtidos nesta pesquisa, deve-se mencionar que as informações provenientes das respostas ao questionário inicial (Apêndice A) só foram utilizados para o recrutamento da participante. Embora a maioria das 45 respondentes considerassem que haviam vivido um rompimento abrupto e inesperado, ou suas respostas não eram condizentes com as demais informações apresentadas, ou não se mantinham nos contatos telefônicos realizados. Concluiu-se, assim, que as respostas obtidas por meio deste instrumento permitem deduzir o grau de impacto emocional que o divórcio traz consigo para muitas mulheres, mas, tal fato reforçou a ideia inicial de que se faz necessário diferenciar o sofrimento geral associado a qualquer rompimento, daquele que foi proposto compreender. Esta percepção validou a perspectiva inicial de que a opção por um estudo de caso poderia ser o mais heurístico para identificar e compreender o divórcio inesperado.

O estudo de caso possibilita o aprofundamento da compreensão de uma situação complexa em seu contexto histórico, social, familiar e individual. Conforme Stake (2005), no estudo de caso instrumental a finalidade não é a generalização, mas sim, produzir *insights* sobre um determinado assunto, neste caso o divórcio inesperado. Optou-se por apresentar as vivências de Ana⁶ de modo histórico e organizado em tópicos, ressaltando o comum relativo à teoria e o específico do caso.

Ana, 38 anos no momento da entrevista, é uma mulher pós-graduada e financeiramente autossuficiente. Viveu uma história bastante dolorida de divórcio inesperado, cujas características se alinham aos parâmetros apresentados no Capítulo 2 sobre este tipo de divórcio.

⁶ Todos os nomes foram alterados para manter o sigilo das pessoas envolvidas no caso. Todas as falas transcritas da entrevista encontram-se em itálico.

Primeiramente, o rompimento ocorreu de forma abrupta. Ana relata:

“O André no meio da conversa muito ofendido, falando com minha mãe não sei o que, ele simplesmente levantou da mesa, foi pro portão da casa dos meus pais, meus pais moram em casa, e foi embora. Saiu.”

Este é um momento de discussão que será abordado mais adiante, mas o então marido foi embora, e não retornou mais. Neste caso, ele nem ao menos afirmou que estava deixando sua esposa, somente saiu.

Ficou claro que o processo decisório foi feito de forma unilateral por seu companheiro, Ana não teve quaisquer chances de emitir sua opinião, ou ao menos dizer como se sentia. Ela ainda continua em seu relato:

“Eu ligava no celular dele, não atendia. Ele só escutava, eu vi ele online no WhatsApp.”

Nas semanas seguintes ela pediu inúmeras vezes para que André ao menos lhe explicasse o que estava acontecendo, sem obter nenhuma resposta satisfatória.

Neste caso em específico, a ruptura não foi somente abrupta, mas também pouco clara. André passou o primeiro mês dizendo-se chateado. Segundo Ana, suas poucas mensagens diziam:

“[...] tá muito difícil basicamente trabalhando, as coisas aqui estão ruim, [...] tá tudo muito ruim, eu não tenho onde ficar, tô dormindo na casa de um amigo.”

A realidade só veio depois que Ana começou a descobrir inúmeras mentiras e então passou a questionar André.

Devido à falta de clareza, demorou um pouco para que Ana percebesse o abandono, relatando:

“E realmente eu fiquei muito sozinha”.

A partir disso, ela passou a perceber quantas vezes esteve sozinha durante o casamento, e a ressignificar parte de sua história.

O fato deles estarem tentando ter um filho, ainda mais por um processo tão dispendioso quanto o da inseminação artificial, fazia com que Ana imaginasse que seu marido estivesse tão comprometido com a relação quanto ela. Dessa forma, ela não tinha nenhuma percepção que o fato poderia ocorrer.

Conforme foi conceptualizado, além das características anteriormente descritas, o fato foi visivelmente traumático: superou qualquer capacidade de adaptação que ela poderia ter naquele momento. Ana relata o quando se sentia perdida, incapaz de reagir frente a um evento que destruiu tão profundamente seu mundo presumido, ou seja, condizente com a definição de trauma, que é um evento que desorganiza, desestrutura e provoca descontinuidade (APA, 2010), e que ultrapassa a possibilidade de adaptação imediata (LAZARUS, 1999).

Nas audiências de divórcio, aproximadamente quatro meses depois do dia que André saiu da casa dos pais de Ana, ela ainda estava tão desorganizada que relata:

“É, então assim, eu entrei na audiência. Eu, eu só virava e falava assim. Eu virei e falei o seguinte: O que que eu estou fazendo aqui? Eu virava pro André, diretamente pro André e falo assim: André o que que eu tô fazendo aqui? ”.

Ficou evidente como o rompimento não é somente uma descontinuidade da vida de Ana, mas a desestruturou por um longo período.

Passados três anos, embora tenha se reorganizado materialmente, Ana ainda se encontra em processo de recuperação emocional. Este tempo não surpreende uma vez que segundo Hetherington (2002) é comum um período de 2 a 4 anos para que uma pessoa se recupere emocionalmente de um divórcio. Neste caso, está se falando de um divórcio abrupto, traumático, gerando um processo de elaboração ainda mais complexo e dificultoso.

4.1 A família de origem

Os pais de Ana são casados e ela tem um irmão. Seus pais são imigrantes da Europa mediterrânea, sendo que ela relata que são bastante presentes em sua vida, envolvendo-se de forma intensa em seu dia-a-dia, inclusive, em seus relacionamentos.

Ao mesmo tempo que Ana apresenta uma família de origem tradicional, de base patriarcal, relata episódios intensos dentro de casa:

“Meu pai teve uma amante por muito tempo, meu pai, eu venho de uma casa de violência doméstica, eu tinha 12 anos, eu acordava de madrugada e ia abraçar a minha mãe, porque meu pai dava bicuda nela quando ela começava a falar demais”.

Apesar destes episódios, os pais de Ana seguem casados. Ela, inclusive, fala deles atualmente como um casal muito unido, que faz tudo junto e se apoia mutuamente.

Os resultados da ECR-RS parecem corroborar com as possíveis diferenças entre os relacionamentos de Ana com seu pai e com sua mãe. Em relação à figura materna, Ana apresenta um estilo de apego seguro, ou seja, fica confortável em depender da mãe e também apoiá-la quando necessário. Não foi observado se há uma preocupação de Ana se sua mãe, de fato, se preocupa com ela. A relação é segura.

Já com seu pai, Ana apresenta um estilo de apego desligado-evitativo, que quer dizer que ela não se sente confortável em se abrir com ele ou depender dele. Mas também não está preocupada se seu pai, de fato, se preocupa com ela (FRALEY et al., 2015).

4.2 Estilo de apego

O estilo de apego de Ana com seus pais não parece se repetir com seus amigos ou companheiro amoroso. Segundo seus resultados na ECR-RS, globalmente Ana apresenta um estilo temeroso de apego. Pessoas com este padrão tendem a ter dificuldades em seus relacionamentos. Elas evitam apegar-se aos outros, fazendo com que, muitas vezes, haja desconfianças sobre o outro e falta de confiança em si mesmo (FRALEY et al., 2015).

O maior escore de Ana em relação ao estilo temeroso de apego apresentou-se exatamente em seus relacionamentos amorosos, para o qual ela apresenta um estilo temeroso-evitativo. O que apontou que ela não se sente confortável em depender de seu parceiro, ou de lhe dar segurança. E se preocupa com o fato de que seu parceiro não se preocupe, de fato, com ela. É bastante provável que este

escore reflita a situação vivida, podendo encontrar-se mais elevado atualmente (FRALEY et al., 2015).

Em relação às amizades, Ana apresenta um estilo de apego preocupado, demonstrando não estar segura se o outro está ou estará disponível quando ela precisar. Ela, provavelmente, gostaria de poder depender de seus amigos, assim como eles podem depender dela, mas não sente essa reciprocidade.

Mediante este estudo pôde-se verificar como os estilos de apego podem ser diferentes de um relacionamento para outro (FRALEY et al., 2015), como a mãe pode ser ainda sua base de confiança, mas como sua rede de apoio estaria limitada dada suas inseguranças. É evidente que não se muda o passado em um piscar de olhos.

4.3 Formação do vínculo amoroso

Ana relata que havia saído de um relacionamento conturbado antes de conhecer André, seu ex-marido, com quem vivenciou a história que foi estudada mais a fundo. Relata ainda sua dificuldade em confiar em alguém e logo declara:

“(...) eu tive um namoro muito difícil com uma pessoa que (estudava) comigo e foi uma ruptura (...) eu fiquei muito assustada por um ano, e aí eu achei que conheci uma pessoa muito legal, era o André. Que era amigo de um namorado de uma grande amiga minha, (...), e eu me senti segura”.

O fato de André ser conhecido por amigos ajudou na formação de vínculo do casal, já que isso traz a sensação de familiaridade, e estimula a busca de proximidade característica da formação de apego (BOLWBY, 1979) A segurança da relação com os amigos, ajudou-a a se vincular a André e leva a pensar que hoje, mesmo seus relacionamentos de amizade podem estar transitoriamente impactados pelo impacto destrutivo do rompimento conjugal.

Durante encontros posteriores, para dar conta do que havia sido aberto, Ana relatou que esta segurança primária estava muito associada ao quesito fidelidade, visto que seus dois namorados anteriores a traíram. Esta preocupação é condizente com seu estilo temeroso-evitativo. Segundo Figueiredo e Souza (2015, p. 51), “a

fidelidade é um símbolo da suficiência do sujeito como objeto amoroso para o parceiro. Assim, a infidelidade ameaça tanto a relação, quanto o eu”.

Ana logo conta sobre o andamento desta construção de vínculo:

“A gente namorou por dois anos, a gente foi morar juntos, a gente construiu uma casa”.

Como foi visto anteriormente, dois anos correspondem à fase inicial de atração e formação de vínculo, depois além da proximidade, o outro passa a ser também base segura (HAZAN; ZEIFMAN; MIDDLETON, 1994). A história vivida até então faz pensar que houve uma construção adequada e segura de apego. Que houve tempo suficiente para que se formasse um vínculo amoroso saudável, apesar do estilo de apego de Ana e de seus receios quanto à fidelidade, o que levou a pensar no impacto desastroso que a confirmação de seus receios ocasionou sobre ela.

A união do mundo de André e Ana deu-se inicialmente no âmbito das amizades, já que foi por esta via que se conheceram. Muito do que viviam já era compartilhado, mas a união das famílias não se deu com o mesmo peso para ambos os lados. A família de André é de outro Estado, gerando menor interação e Ana a percebe de forma negativa, dizendo:

“A família do André é uma comida muito complicada; o irmão mais velho fraudava o INSS e ele tem um dinheiro do governo...”

Já na família de Ana, André foi adotado como filho. Ana relata:

“Até na tese de doutoramento da minha mãe, tá?: Pra meus três filhos. E um dos filhos era o André”.

A família de Ana tem um modelo patriarcal bem claro, seu pai comanda a casa. Este modelo é tão arraigado que não é de se surpreender que o estopim do rompimento abrupto se deu por uma fala do pai de Ana.

As raízes são distintas, mas como todos os casais, eles formam sua própria identidade independente das famílias de origem. Identidade coconstruída que gera e

ajuda a gerar a base segura da relação. Em nenhum momento da entrevista Ana relata discussões, ou falta de entendimento entre o casal por haver uma visão de mundo diferente.

Sabe-se que o ponto culminante da formação de um casal é o casamento, que neste caso se deu após dois anos de relacionamento. A partir deste momento, pode-se passar a olhar para a manutenção deste vínculo.

4.4 Manutenção do vínculo amoroso

Parece haver uma boa cumplicidade entre o casal, sendo que André recebeu muito apoio de Ana para construir sua carreira. Ela relata que:

“Então assim, eu sempre fui essa esposa que... É, eu estava terminando o mestrado, o André não conseguia, ele estava há oito anos para ser jubilado da (universidade). Daí eu corri atrás, fiquei sustentando a casa sozinha enquanto ele fazia as matérias. Isso é dele, ele sempre teve muita dificuldade acadêmica. Então assim, eu escrevi basicamente o TCC dele, né?”

Pôde-se perceber pela entrevista que André, de fato, alavancou sua carreira e pareceu ter uma boa posição no momento da separação. Ao mesmo tempo a família de André também ajudou o casal, o pai dele depositava mensalmente uma mesada ao filho para complementar sua renda.

O casal tomou junto importantes decisões de investimento, como a compra do apartamento. Eles fizeram planos futuros a dois, ajudaram-se mutuamente, tiveram vida social em comum, levando a ideia de que se tratava de um relacionamento funcional, onde ambos investiam no relacionamento e no futuro compartilhado. Eles, inclusive, decidiram ter filhos. Pela fala de Ana pode-se perceber que houve comunicação entre o casal que tomou a decisão conjuntamente:

“E aí eu fui fazer uma consulta médica de rotina, os nossos planos era esperar o final do (meu) doutorado para tentar ter filho. O André sempre falou muito em adotar. Pra mim, isso não é uma coisa que passava muito pela cabeça e aí eu tive uma taxa ovular baixa com o exame de anti-mulleriano. Isso trouxe uma perspectiva da gente repensar algumas coisas.”

André demonstrou estar plenamente envolvido no processo. Ana relata um episódio do breve período em que ficou grávida, após o primeiro e único procedimento de fertilização. André escrevera um caderno para o bebê da seguinte forma:

“Bebezinha, você foi feita com todo amor e carinho dos seus pais (...) A coisa mais importante que você vai ter do seu pai, da sua mãe, é a questão de saber que ter amigos é a principal coisa que você pode ter na vida, né? A sua mãe se esforçou muito para te ter”.

Ela relata que apesar de desencontros no processo, pois André nessa época já trabalhava demasiadamente, ele se apresentava como um marido carinhoso e companheiro, ou seja, considerando a teoria (KELLEY, THIBAUT, 1978), parecia haver alto investimento de ambas as partes no casamento. Ambos se diziam satisfeitos conjugalmente e não parecia haver alternativas que pudessem levar a um rompimento. Tanto Ana como André demonstravam-se comprometidos pessoalmente na relação em todas as dimensões possíveis, pessoal, moral, social e estruturalmente. Mas, as relações não são previsíveis, sua duração até o momento não predizia sua continuidade.

Em alguns momentos durante a entrevista pôde-se perceber que a presença de André era ambígua (FIGUEIREDO, SOUZA, 2015), durante o processo de fertilização e suas decorrências. Ana relata:

“Eu tive um dia que fazer a retirada (do óvulo) ..., você fica grogue, anestesia.... ele me deixou em casa e teoricamente foi trabalhar num sábado”;

“[...] na outra semana, no dia que eu ia fazer a implantação, ele tava no Rio de Janeiro, e aí ele me ligou falando que eles tinham perdido o último voo”;

“O André teve que ir assim depois disso lá, na mesma noite que eu cheguei da implantação ele recebeu uma ligação, tinha que ir porque estourou problemaço lá na fábrica da Bahia, e ele teve que ir embora e eu fiquei três dias deitada sozinha em casa”.

Ao mesmo tempo, André dizia estar trabalhando muito, e Ana relata que ele dizia:

“Tamo junto Ana, tamo junto! ”.

Ela o retrata como um marido atencioso na fala, e justifica sua ausência pelo trabalho. Acredita-se que o modelo familiar patriarcal de Ana tenha reforçado sua visão de que André estava trabalhando para ser um bom provedor para seu filho e que a amava, tornando a ausência justificável como investimento, e não como abandono ou desproteção.

No dia da implementação do óvulo, André não pode acompanhar Ana. Ela pediu que sua mãe, com a qual tem uma relação de apego seguro, a acompanhasse. Quando Ana começou a ter alguma consciência da ausência de André, sua mãe a reprimiu reafirmando o modelo patriarcal. Ana reproduz o diálogo entre ambas:

“Poxa mãe, o André não conseguiu estar junto comigo nesse momento. ”

(André a aguardava no portão de casa após o procedimento). Sua mãe respondeu:

“Cala a boca porque ele tá aqui no portão, é a primeira pessoa que está te recebendo. Ele estava trabalhando Ana, entenda isso. ”

Acredita-se que a ambiguidade da situação, a intensidade do investimento que é ter um filho, somadas a uma base patriarcal, reforçada pela única pessoa com quem Ana tem, de fato, um apego seguro, ajudaram a dar um significado de continuidade à narrativa conjugal construída e a obscurecer um potencial desinvestimento do companheiro. Novas narrativas só são necessárias quando há uma ruptura de significados, caso contrário busca-se preservar o vivido⁷.

⁷ Informação verbal - Notas de aula da disciplina Relacionamentos amorosos: formação e rompimento, ministrada pela Profa. Dra. Rosane Mantilla de Souza no Programa de Estudos Pós Graduados em Psicologia Clínica da PUCSP – 1º semestre de 2018.

4.5 O rompimento

Para compreender o rompimento cabe detalhar melhor o episódio que o precede, a inseminação e suas decorrências. No dia do procedimento de implantação André tivera que trabalhar, e quem acompanhou Ana ao médico foi sua mãe. Nessa época o trabalho de André exigia muito dele. Ana relata chorando:

“E, eu não tive a dimensão da solidão que eu estava naquele momento, né?”

O processo exigiu um período de 3 dias de total repouso. Ana ficou em casa, porém ficou só. Logo após a inseminação, André teve que viajar a trabalho e ela passou os dias de repouso sozinha, vendo Netflix, conversando ao telefone com as amigas e comendo a sopa que sua mãe preparara para ela. Neste momento ela não se percebia sozinha e seguiu dando conta de tudo.

Um pouco depois, o casal foi junto a uma consulta médica fazer o primeiro ultrassom. Infelizmente eles descobriram o pior. O bebê não tinha batimentos cardíacos e o médico sugeriu aguardarem um aborto espontâneo para que um novo procedimento pudesse ser realizado o quanto antes. O aborto não ocorreu espontaneamente e Ana teve que passar pelo procedimento de curetagem, que foi psicologicamente sofrido para ela. Ana relata:

“Eu tive que entrar em um centro cirúrgico e eu acho que uma das coisas mais difíceis que pode ter pra uma pessoa que estava na minha situação, é você acordar depois de um processo desse e escutar as pessoas em volta, e as mães perguntando sobre os bebezinhos. (choro) E você completamente esvaziada. O André teve que trabalhar nesse dia também. Quem estava comigo era minha mãe.”

Mesmo assim, o casal seguia com planos de fazer uma nova fertilização *in vitro*.

Ao mesmo tempo que André era pouco presente, ele demonstrava ser um marido preocupado, que a acompanhou na consulta ao ginecologista e disse:

“Ana, você tá muito mal de saúde, eu não acho que é o melhor momento, eu acho que a gente não deve fazer isso agora (nova fertilização)”.

Ele também se dizia impactado com o procedimento, e preocupado com Ana, dizendo não saber se já era hora de tentar de novo, demonstrando sofrimento pela perda ocorrida na primeira tentativa. Ao mesmo tempo os pais de Ana torciam pela vinda de um neto e depositaram o valor de um segundo procedimento para que o casal pudesse fazer uma nova tentativa.

Num dia comum, Ana e André estavam jantando com os pais dela, como faziam regularmente. A conversa voltou-se à questão de iniciar a segunda tentativa de fertilização *in vitro* e Ana relata sua vontade de fazê-lo imediatamente. André então rebate, dizendo-se preocupado com a saúde da esposa e ainda abalado com a perda do primeiro bebê. Até então parece ser uma discussão comum e entendida como um assunto de família na casa de Ana, embora evidencie o quanto as fronteiras entre o casal e a família de origem de Ana eram porosas, o que se ressalta com o que segue.

Naquele momento da conversa, o pai de Ana, com sua postura de patriarca que claramente queria um neto, simplesmente falou:

“Ana, só acho que o André, porque aqui em casa você sabe que todo mundo é muito claro. Se separa desse cara. (...) Esse cara nunca vai ser o cara que você merece do lado. Ele ainda não entendeu o que é fazer parte dessa família”.

André imediatamente sentiu-se ofendido e uma discussão se inicia; pouco depois ele se levantou da mesa e sem maiores explicações sai sozinho da casa dos sogros. Mas ele não foi para a casa deles, nem sequer falou com Ana deste momento em diante. Ele somente respondeu mensagens via WhatsApp dizendo estar ofendido e não mais voltou para casa. Ana relata da seguinte forma este período:

“Eu ligava no celular dele, não atendia. Ele só escutava. Eu vi ele online no WhaspApp. Ele só me escreveu: Ana, estou passando no apartamento fazendo uma mala de roupa, vou ficar na casa de um amigo porque vocês não conseguem me considerar dentro desse casamento”.

De fato, André parecia ser pouco considerado na família, tendo quase a função de procriador sem que fossem respeitados seus interesses. Mas, esta dinâmica não justificava seus atos. Nem mesmo poderia ser tomada como principal fonte de discórdia entre o casal.

No primeiro mês posterior a saída do marido, Ana ainda aguardava seu retorno, respeitando que o mesmo precisasse de um tempo, entendendo que seu pai o tinha ofendido. Ele raramente respondia suas mensagens e dizia que estava mal, que não tinha onde ficar, que estava difícil para ele. Após esse mês Ana insiste:

“Olha, acho que tá na hora da gente sentar e conversar”,

Mas André não voltou, e nem mesmo verbalizava que não voltaria. Somente quando as contas da casa começaram a vencer é que algo mudou.

André cuidava de todas as contas e ela precisou fazê-lo. Para isso, instalou um aplicativo que a avisava onde cada gasto da conta conjunta deles tinha sido feito e quando. Sobre isso ela mesmo relata:

“E aí eu ganhei um poderzinho que foi terrível, porque eu comecei a ver onde que o André estava gastando o dinheiro da conta que a gente tinha conjunta. Naquele fim de semana que ele falou para mim que estava indo para Bahia a trabalho, mas começou aparecer conta de posto de gasolina indo em direção a Minas.”

A partir daí uma avalanche de dados recaiu sobre Ana. Assim que descobriu algumas mentiras, ela passa a questionar o cônjuge. Isso ocorreu num final de semana e ele ainda tentou se esquivar e explicar. Disse que eram coisas do trabalho e procurou acalmá-la dizendo:

“Ana, eu nunca menti para você, realmente eu estou em Minas. A (empresa) está com negócios aqui em Minas e eu não queria contar para você que eu que eu não estava na Bahia, porque você ia achar isso, que eu estou me divertindo aqui. Está tudo bem e não estou nada bem. Tá muito difícil pra mim. As coisas não estão fáceis”.

Mas ela deixou claro que iria ao banco no próximo dia útil para compreender melhor o que acontecia. Então ela relata:

“Eu chego no banco e a minha conta tá zerada, minha conta conjunta com ele, o endereço de correspondência do cartão tinha sido mudado, e o segundo titular da conta, meu o cartão tinha sido bloqueado, falando que o cartão tinha sido roubado. Assim, como os cheques.”

Neste momento Ana compreendeu subitamente que o marido a tinha abandonado, e que não voltaria mais. Que suas poucas falas eram mentiras e que ele a estava enganando há meses. A situação produziu crise e trauma, portanto, ameaça à saúde mental.

Ana veio de uma trajetória comum. Amigos os apresentaram, eles namoraram, casaram, decidiram ter filhos, e de repente ele saiu de casa e não retornou. Por um mês a faz pensar que era só um problema passageiro, mas a deixou sem recursos financeiros, e ela acaba por descobrir uma conta de banco esvaziada e histórias que não correspondem ao que ele tinha contado.

Seu sentimento de impotência, a perda da sensação de segurança a desorganizaram enormemente, sendo condizentes com situações traumáticas (APA, 2010). Ana vinha vivendo uma situação de alto nível de estresse, mas agora instalou-se uma situação de crise, pois, enquanto o primeiro trata-se de uma perturbação do equilíbrio, a crise trata-se de um ponto de desequilíbrio agudo que demanda reorganização. Segundo Boss (1999) a perturbação do equilíbrio é esmagadora e a pressão é tão severa que o indivíduo ou sistema familiar fica bloqueado, imobilizado e incapacitado e ao menos por um tempo, não funcionando adequadamente. Ana claramente não teve possibilidades de adaptação imediata (LAZARUS, 1999).

4.6 As descobertas posteriores

André jamais explicou a Ana o que tinha acontecido. Nem mesmo teve coragem de dizer, depois de 8 anos de casamento, que estava indo embora. Ana teve que ir aos poucos descobrindo o que tinha vivido e só o pode fazer a partir das

informações bancárias que conseguiu obter. A partir deste momento Ana passou a ressignificar sua própria história.

Ela relata como este processo a deixou confusa e sem reconhecer a si mesmo:

“Eu fui perdendo identidade, eu fui virando assim, eu fui perdendo referencial do que que é estar com o outro e isso foi uma coisa terrível. E é terrível para mim ainda até hoje.”

Ela já não sabia o que de fato havia vivido com André, quem eles eram como casal e quem ela era. Rever sua própria história e identidade a partir de outra perspectiva, de forma tão abrupta, deixou em Ana uma sensação de *“falta de referencial”*, termo usado por ela diversas vezes durante a entrevista. A quebra de identidade do casal que acontece nos divórcios, neste caso, foi agravada por um questionamento da própria identidade anterior ao fato.

Quando a primeira mentira apareceu (estar em Minas ao invés da Bahia), Ana passou a levantar outros dados e datas. Ela descobriu que as, então, viagens a trabalho eram estadias em um hotel de São Paulo, e as longas horas de trabalho não passavam de cinema e restaurantes. Ficou claro que André tinha uma amante, e eles passaram então a falar claramente sobre o divórcio. Ele mais uma vez a enganou, propondo um processo amigável enquanto pedia uma separação litigiosa. Ana relata:

“... ele foi me enrolando com isso, (dizendo) eu não tenho tempo de ler, até chegar o oficial de justiça na porta do meu apartamento, que ele tinha colocado um processo de separação litigiosa, ao mesmo tempo que fala pra mim que ia moderar. Então de manhã é uma mensagem: eu não tive tempo de ler, eu vou ler hoje até o final do dia eu respondo, e está chegando um oficial de justiça na porta da minha casa”.

Não bastasse ter sido enganada mais uma vez, o oficial de justiça entregou-lhe a carta segunda feira, para uma audiência na quinta feira. Então, o pai de Ana tomou a frente, indicando um advogado amigo dele e a situação fez com que Ana perdesse as chances de se sentir ouvida. Seus recursos psicológicos já estavam

escassos, e ela perdeu o pouco que poderia ter. Na petição, André dizia que o apartamento era somente dele e o advogado achou melhor defender-se com os dados que tinha do que atrasar o processo e correr o risco de André solicitar mais coisas que não lhe pertenciam. Esta decisão foi extremamente questionável, mas Ana ainda estava completamente ferida e não conseguiu se colocar. Para dificultar, sua avó faleceu na semana em que ela recebeu o oficial de justiça. Ela relata esse episódio da seguinte forma:

“Eu vou para audiência mal, porque assim, o oficial entrou na segunda, a audiência era na quinta, minha avó falece no meio dessa semana. Eu super fragilizada, super fragilizada, eu peço ajuda para os meus pais. Meu pai que até então não queria se envolver, (...) aí meu pai coloca um advogado, (...) um advogado que é superamigo dele (...) E ai, ai, eu comecei a perder voz a partir daí na separação. (...) eu comecei a ser colocada de escanteio. Não Ana, pode deixar que a gente cuida. E um monte de coisa que eu queria cobrar, de fazer, acontecer, eu não, eu não. Foi uma separação do meu pai. ”

Este foi um ponto muito importante na história de Ana, já que ela se sentiu extremamente injustiçada. A separação não era esperada, menos ainda era esperado que a justiça não lhe ajudasse a cobrar de André o mal que ele havia lhe feito. Ao contrário, ela levantou gastos de André com a amante, e ao invés de ser ressarcida como gostaria, acabou por pagar a ele um valor alto por sua parte do apartamento. Segundo Ana:

“[...] os oito meses de putaria no meu cartão de crédito de conta conjunta, de mais de 120 mil reais, na época, 1300 reais de conta de TIM, todo mês, no cartão de crédito nosso. E eu nunca cobreí, e nunca assim, é o que tenho de referencial do que aconteceu, nunca, financeiramente, fui ressarcida. ”

A quebra repentina do casamento, o descontrole, as descobertas e o abandono que estava vivenciando foram recordados durante a entrevista:

“Eu tinha visto o André saindo da casa dos meus pais, e eu encontrei com ele no dia da audiência”.

Aos poucos apareceram mais informações: enquanto o casal tentava engravidar e ele fazia declarações de como cuidariam do filho, dos pais que eles seriam, entre outras, também mantinha uma amante. Ana relata que uma amiga em comum do casal trouxe mais informações.

“Ana, ó, a história é a seguinte. O André realmente tem uma outra pessoa. Eu vou te contar porque se você, se fosse comigo, eu gostaria de saber.”

Essa amiga relata que a amante está em sua rede social e dá o nome dela. A partir daí Ana passou a acompanhar alguns acontecimentos da vida do casal, o que só a machuca mais. Ana relata:

“aparece confirmação da gravidez por rede social, a (amante) posta uma foto com barrigona assim, escrita: Feito com amor vinga”.

É preciso lembrar que Ana precisava lidar não somente com o que estava descobrindo, mas também com o caráter abrupto da situação. Além dos eventos estressores sucessivos, agora a situação envolvia um conjunto de eventos traumáticos, ou seja, aqueles que claramente desorganizam, desestruturam ou provocam descontinuidade, exigindo uma transição que obriga reorganizações de monta de cada espaço psicológico do indivíduo. Segundo Cowan (2016) há uma nítida sensação de descontinuidade: quando se considera o mundo interno e o mundo externo, as pessoas sentem e percebem coisas que não existiam antes, envolvendo mudanças internas no si-mesmo, no mundo presumido e na regulação dos afetos, bem como mudanças no externo, como nos papéis, reestruturação das competências, reorganização dos relacionamentos e na regulação dos afetos nos relacionamentos.

Acompanhar a vida de André por rede social só mantém o paradoxo ausência- presença mais forte, dificultando ainda mais o processo de elaboração. Descobrir uma gravidez frente a história deles causa ainda mais dor. Ela mesmo diz:

“[...] cada hora era uma bomba. André tá grávido! Bum! (Amante)! Bum! Ah, não sei o que. Bum! Foto de cachorro! (Igual ao que eles tinham)”

4.7 Impacto pós-divórcio

Ana foi entrevistada 3 anos após o rompimento, e ficou perceptível que a situação ainda gera grande sofrimento. Ela relata o quanto ainda gostaria de ouvir uma explicação diretamente de André e tem intenção de processá-lo por danos morais. Ela ainda se sente injustiçada e calada e segue presa à necessidade de reparação. Boss (2016) aponta que essa necessidade de se vingar tende a dificultar a elaboração de uma perda ambígua, prendendo o indivíduo no processo.

Não há dúvidas que este tipo de divórcio gera uma crise, trauma e demanda transição para poder seguir em frente. Ana ficou claramente incapacitada de funcionar adequadamente por um longo período (BOSS, 1999). Pode-se dizer que esta crise se caracteriza por ser de fonte externa (deflagrada por André), ser catastrófica (indesejada e inesperada), ser aguda (por ter ocorrido subitamente) e cumulativo (pelas múltiplas descobertas e mudanças que gerou) (BOSS, BRYANT e MANCINI 2016). Fica claro que o evento foi traumático, pois gerou um enorme sentimento de insegurança e impotência, desorganizando e desestruturando completamente a vida de Ana (LAZARUS, 1999) exigindo uma refundação de si e do mundo (COWAN, 2016)

O rompimento do relacionamento ocorreu num momento de aparente grande investimento do casal, havia planos para filhos, um futuro a dois em comum que perduraria por muitos anos. Não havia dúvidas que Ana estava completamente comprometida e que seu mundo presumido se rompeu completamente. Segundo Rhodes et al. (2011) quanto maior o investimento, maior o impacto, o sofrimento e tempo necessário para recuperação. Pode-se ver neste caso que não foi diferente com Ana. Para Sakraida (2008), Ana não ter decidido separar-se, e sim ter sido deixada, também se constituiu em um preditor de que a situação levaria a níveis elevados de estresse, assim como o fato de ter sido inesperado.

No aspecto financeiro, como esperado (LEOPOLD, 2016), Ana sofreu uma enorme queda. Ela estava reduzindo suas horas de trabalho a fim de se voltar à maternidade, confiando na estabilidade financeira que seu marido era capaz de lhe proporcionar. Aproximadamente um mês após o conflito na casa dos pais de Ana começou a sofrer os impactos e diz:

“O que que vai acontecer? E as contas da casa que eu não tenho condição de pagar? ” Eu tinha saído de (um emprego), eu não sei o que, eu não sabia o que acontecia, ele zerou a conta conjunta. Eu tinha, eu ganhava uma bolsa, de doutorado. Eu tinha um empréstimo de R\$ 3000 do apartamento, mais quase 1000 de conta de condomínio ao mês, e eu não tinha esse dinheiro. ”

Ana explicou que André era economista e na divisão das tarefas de casa ele cuidava das contas, e ela confiava completamente em seu marido para isso.

Ana precisou ir fortemente atrás de sua carreira para reconstruir o mais breve possível o que tinha deixado, e criar novas formas de se sustentar. Hoje ela relata que esta finalizando de pagar parte do apartamento a André e está começando a conseguir equalizar suas contas. Um caminho longo, mas que lhe trouxe uma sensação de autossuficiência. Ela enfrentou bravamente as perdas concretas, mas não apresentou o mesmo desempenho frente às perdas emocionais.

Ana também relata impactos iniciais à sua saúde, como perda de peso involuntária e depressão, compatível com os resultados evidenciados por Gibb, Fergusson e Horwwod (2011); Shor et al. (2012); e Sbarra (2015). Mas, aos poucos voltou às atividades físicas as quais se dedicava antes da fertilização, como correr e fazer pilates. Com isso, em um aspecto geral sua saúde física parece estar melhor agora, do que quando casada. Porém sua saúde mental ficou fortemente abalada pelo episódio. Ana precisou de ajuda psiquiátrica para dar conta logo após o divórcio.

“[...] o psiquiatra começa a me medicar [...], eu tenho o diagnóstico que ele me deu, tá aqui separado aqui. F32.1⁸, né?.”

Em relação às amizades também houve impacto na vida de Ana, porém pequeno. Sabe-se de seu atual estilo de apego, preocupado, em relação aos amigos, mas afirma que conta com eles continuamente. Ao perder a primeira gravidez Ana relata:

⁸ Conforme CID-10 - F32.1 - Episódio depressivo moderado.

“[...] me chamem para pra desde fazer o supermercado até ir no Alceu Valença. E mandei (isso) para os 300 melhores amigos. Mandei pra todo mundo. E realmente eu fiquei muito sozinha (sobre André estar trabalhando), realmente eu contei com muitos amigos.”

Depois, ao descobrir o que André fizera ela relata o que fez com a informação:

“Você lembra que eu contei pros 300 a história da perda do bebê? Pois 1 bilhão de pessoas, pro taxista, pro cara da padaria, pra todo mundo, eu fiz questão de contar” sobre o André.

A ausência física de André foi imediata na vida de Ana, porém a presença psicológica foi devastadora. Por pelo menos um mês este homem não voltou para casa, mas não deixou claro que tinha ido embora, manteve-se presente psicologicamente dando a ela somente respostas esparsas e sem grande valor. A falta de possibilidade de finalizar a história e a falta de informação sobre o ocorrido fez com que Ana mantivesse a relação viva, sendo incapaz de “matar” completamente o André em sua psiquê.

Ana teve dificuldade em se desvincular de André como base-segura. Ela relata que uns cinco meses após a saída dele de casa, foi assaltada. Ficou perdida, sem saber o que fazer, sem saber a quem recorrer. Lembrava-se somente de seu telefone e ligou para ele. Ela relata:

“Um mês depois da audiência eu estava, era feriado aqui em São Paulo, meus pais tinham viajado, eu não tinha, minha bolsa foi roubada. Eu não tinha, chave de casa, celular. Não tinha o contato de ninguém, nada. E aí o único número, o único número que eu lembrava, e a questão ainda de ser muita referência. Eu liguei para o André, desesperada assim”.

André mais uma vez não atendeu, mas Ana encontrou outra forma de resolver a situação. Foi neste momento que relata ter compreendido que estava sozinha no mundo. Segundo Souza (2008), à despeito da crise, ou devido a ela, o divórcio pode ser uma oportunidade de superação e crescimento, sendo o que se pode perceber

em Ana, ela identifica a possibilidade de se tornar mais independente e tomar as rédeas da própria história.

A identificação da falta e da ausência, de que seus recursos não eram suficientes, fizeram com que Ana iniciasse passo-a-passo o processo de se recuperar. Ela diz:

“Mas o primeiro movimento foi ligar. E não ter tido o retorno foi muito assim. Foi: tá! Daqui pra frente você tá sozinha e você vai ter que se virar. Foi assim. E aí eu comecei a perceber que era muito forte assim, apesar de toda dor, eu conseguia dar conta. E eu mudei um pouco desse lugar. De pedir para ter uma resposta. Eu comecei a ir atrás de ter a minha resposta.”

A partir de então ela parou de tentar acessar o André para saber o que tinha acontecido e passou a investigar a própria história procurando dar algum sentido a ela, construindo seus próprios significados e, infelizmente, descobrindo cada vez mais detalhes que a machucavam. Ela estava paralisada na ambiguidade e falta de compreensão da mesma e este foi um dos grandes pontos de guinada. A possibilidade dar sentido ao que tinha acontecido é, segundo Boss (2006), um dos primeiros passos necessários para se lidar com uma perda ambígua.

Porém, este sentido ainda não foi suficiente para Ana, que mesmo após a descoberta da amante grávida seguiu pedindo explicações a André sobre o que havia acontecido, sendo que o mesmo continuava ignorando suas mensagens. Ele não procurou fazer-se presente, ele já a matou internamente (CARUSO, 1986), mas para Ana, ao contrário, ele ainda não morreu, e insiste em manter a presença psicológica dele em sua vida à despeito da ausência física. Boss (2006) diz que no caso de perdas ambíguas é necessária uma decisão interna de desinvestimento, mas Ana não conseguia fazê-lo. Ela não conseguia desinvestir, não conseguia matar André simbolicamente. Agarrou-se à necessidade de descobrir cada detalhe, de uma explicação que pudesse justificar o vivido, de uma esperança que André assumisse “a culpa”. Durante a entrevista Ana fantasia com a possibilidade de ouvir algo de André:

“Porque eu não tenho, eu não tive nem o direito desse cara olhar pra mim e falar Ana eu não queria ter filho com você. Eu fui obrigado e eu segurei enquanto eu estava com outra pessoa e estou feliz (...). Ou ele virar pra mim para falar assim, Ana eu queria muito ter um filho com você, mas eu sempre fui um bosta, continuo um bosta e eu tentei ser um cara legal. Mas o jeito de eu ser um cara legal é sendo um bosta...”

Ao mesmo tempo em que procurava informações, Ana mantinha a necessidade de reparar o irreparável e relata que ainda irá processar André por danos morais. Boss (1999) explica que querer reparação a todo custo, faz com que a pessoa fique presa à perda ambígua. Paralisa, a vida não pode fluir. Ficou claro o quanto este é sim um ponto de paralização de Ana que parece que poderá libertar-se deste peso, apenas após encontrar algo que lhe dê algum senso de justiça. Seja um ressarcimento na justiça, seja uma confissão de culpa por parte de André, que mantenha sua autoestima intacta.

A rejeição é sentida de forma extrema por Ana. O marido não só a abandonou, como abandonou os planos de ter filhos e engravidou a amante. Ela ficou completamente impotente, clamando por respostas. Ele a matou internamente de forma rápida e contundente. Eliminou-a de sua vida, retirou seu afeto repentinamente. Não respondeu, e praticamente fingiu-se de morto. Adicionalmente ao sentimento de rejeição há o fato da amante ser uma mulher magra, loira, que segue os padrões de beleza, os quais ela não se sente capaz de atingir. Com isso, Ana não se sentiu somente rejeitada, mas também insegura com sua aparência física, apesar de ser notoriamente uma mulher bonita e atraente.

Quanto à raiva, pareceu que com o passar do tempo Ana foi capaz de externalizar grande parte dela, o que foi de extrema importância segundo Anderson (2000). Mas não foi assim logo de início. Ela relata um primeiro momento em que pensava muito sobre o que fizera de errado, que não se sentia bonita, que achava que tinha colocado pressão demais sobre André. Mas também relata o quanto foi percebendo que ela não deveria competir com a beleza da amante, ou qualquer outra coisa. Refere o quanto hoje é capaz de xingá-lo, dizer livremente que ele é um filho da..., entre outros xingamentos, não se permitindo internalizar a raiva. Há uma passagem de sua entrevista que demonstra claramente este movimento:

“Sai do lugar que eu ficava muito, de o que que eu fiz de errado, que eu fiz de errado. Eu não sou tão bonita, eu não sou tão magra, eu não sou toda loira, toda loira tatuada, e toda na moda. Eu, eu não sou nada disso. Ficou, assim né?, toda da maquiada, não sou loira, não sou toda sensual sabe, de fazer fotos e boca, e eu fui sacando que assim. Eu fui sacando que eu não ia ficar no meio dessa coisa perversa de competição, de superioridade feminina. (...) Uma coisa aqui para mim foi muito difícil, nesse primeiro ano, que foi não ficar com raiva, né? Então assim, às vezes eu xingo assim, ah filho da..., mas assim, eu tento mesmo xingando, e eu tenho de alguma forma não me afogar nisso”.

Ana não pode aceitar que o novo relacionamento de André seja bom, saudável, e que lhe faça realmente feliz. Ela acredita que enquanto André não lhe der justificativas de seus atos, ele não poderá ser feliz. Relata que lhe disse:

“Eu acho que você tem que ter pelo menos, assim se você quiser algum dia andar de cabeça erguida e ter respeito pelas pessoas, pela sua história, eu acho que no mínimo vai ser bom você me contar o que tá acontecendo”.

E ao conseguir o contato da amante manda para ela um áudio dizendo:

“Eu acho que deve ter sido muito difícil para você, né? Como ser a outra quando um casal está fazendo uma inseminação? (...) Provavelmente ele pode até não querer ter aquele filho, mas de alguma maneira estava. De alguma maneira, você também foi preterida. Assim como que eu estou sendo agora. E assim, você vai ter que lidar com isso pro resto da vida. Eu vou ser um fantasma dentro do teu casamento para sempre se vocês não lidarem com isso, né?”

Ficou claro que para Ana lidar com isso é fazer com que André lhe explique a situação. Ela claramente ainda não está pronta para tomar novo rumo, desinvestir dessa história, matar André.

Embora algumas mudanças externas tenham se verificado, a presença ambígua de André está lá quer no amor, quer na raiva, quer na justificativa. Para Ana possa se superar são necessárias não só as mudanças no externo, como também nos papéis e reestruturação das competências e na regulação dos afetos

nos relacionamentos interpessoais. É precisa rever a própria identidade, fazendo uma transição que atinja mudanças no si-mesmo, no mundo presumido e na regulação dos afetos (COWAN, 2016). Enquanto contava sua história, Ana diz:

“Eu fiquei muito sem lugar, eu fiquei muito sem lugar. (...). Eu perdi identidade, perdi referencial, perdi o que que é estar junto”.

Aproximadamente um ano após o divórcio, Ana iniciou um bonito processo em que ela teve oportunidade de conhecer as raízes de sua família em uma viagem à Europa, reconheceu-se na música, tocando em blocos de carnaval e fazendo novos amigos neste meio. Ana voltou a correr, a fazer pilates. Retomou sua carreira e as rédeas financeiras de sua vida. Reformou seu apartamento, imprimindo seu jeito nele. Sua expressão, sua voz, mudaram quando ela contou sobre suas novas conquistas, de quem ela é. Viu-se aqui a grande oportunidade de se tornar ainda melhor, apesar dos sofrimentos da vida. Trabalhar a questão de identidade é peça chave para se ajudar os pacientes, segundo Sbarra (2015). Aqui há energia, fluidez, momentos de felicidade. Aqui o terreno é fértil para que haja crescimento.

Em relação à formação de novos vínculos afetivos Ana demonstra clara desconfiança dos homens, condizente com seu estilo de apego temeroso-evitativo em relação à parceiros românticos, como se pode observar na seguinte fala:

“Você imagina como é hoje em dia um cara chegar perto de mim? ”.

Em uma primeira tentativa, ela relata que ainda estava tão ligada ao ex-marido que seu parceiro não suportou, já que ela não parava de falar nisso. E agora ela diz não estar pronta, claramente desconfia dos homens como um todo. Não é de se estranhar que após a vivência que teve, não seja fácil confiar em um novo parceiro amoroso. Não é possível afirmar que seu estilo de apego tenha mudado com o que ocorreu, mas é bastante provável que tenha sido fortemente influenciado pelo fato.

Na entrevista com Ana ficou claro que ainda não pode reconstruir sua esperança de que novos relacionamentos virão, e que uma vida plena pode se formar. Ponto apontado por Boss (2006) como parte da recuperação em casos de perda ambígua. Ana ainda não se sente capaz:

“Eu não consigo tá junto. Então assim, a Ana fofa, Ana que faz as coisas, a Ana que cuida, isso. Parece que assim, eu, eu não sei o que é, mas assim, é eu, eu não sei.”

Ainda serão necessárias novas vivências para que Ana possa então abrir-se, de fato, a novos relacionamentos.

Antes de encerrar este estudo de caso, gostaria-se de expor um último ponto de análise. Por meio de algumas afirmações de Ana, ficaram dúvidas se seu casamento era realmente satisfatório. Ela descreveu um marido que teve que ajudar a se formar, um marido sexualmente pouco interessado:

“André tinha essa dificuldade de ereção e ele tomava hormônio sintético para conseguir ter libido”, um marido obeso: “Ele é um cara bem obeso, 130 kg, não muito alto”. Ela relata o quanto sempre estava estimulando-o nos estudos, no trabalho:

“Vamos lá André, fazer uma pós, quem sabe com a pós você consiga mudar o emprego...”,

E também quanto à saúde:

“Enquanto isso eu aqui fazendo saladinha, alfacezinho, marmitinha, grãozinho para ele emagrecer, pra ele ver o crescimento do filho. Eu pagava personal”.

E isso trouxe um grande questionamento. Para que Ana quis manter-se casada com ele? Será que este casamento era satisfatório para André? Se não, por que a insatisfação de Ana tentar mudar quem ele era? Ou será que o rompimento se deu exclusivamente porque surgiu uma amante? Essas são perguntas que não cabem a esse trabalho. Não se está estudando preditores do divórcio, mas vale o questionamento.

Concluindo, foi possível confirmar as especificidades de um divórcio inesperado conforme hipotetizado e identificar processos psicológicos que lhe são subjacentes. O caso apresentado permitiu verificar quase todos os aspectos apresentados na literatura. Por sua complexidade foi possível discutir não somente o

sofrimento gerado por um divórcio abrupto, mas também o processo psicológico e enfrentamento frente a este difícil episódio de vida.

Com este estudo de caso pôde-se confirmar quesitos como a queda de renda da mulher no pós-divórcio; o alto investimento e comprometimento no relacionamento estar correlacionado a um alto grau de sofrimento no rompimento; ao impacto na saúde física e mental (no caso emagrecimento não planejado e a necessidade de uso de antidepressivos); ao fato do inesperado do evento torná-lo traumático, pois não há a possibilidade de recursos suficientes para lidar com o mesmo; a dificuldade em lidar com sentimentos de rejeição e o risco de internalizar a raiva em forma de culpa.

Também foi possível verificar neste complexo processo a enorme importância de dar sentido e significado ao ocorrido. Neste estudo, isto começou a acontecer quando Ana passou a tomar as rédeas de sua própria história, mas, ao mesmo tempo, este é um quesito em que ela ainda está presa. Observou-se o quanto ainda há uma dificuldade em encontrar equilíbrio, em deixar para trás o que não pode ser controlado. A necessidade de reparo ainda aparece de forma forte no caso de Ana e claramente a paralisa.

Pôde-se perceber o quanto o processo de reconstrução da identidade foi central para que Ana começasse a dar os primeiros passos em direção à reconstrução de sua vida. Neste contexto, ficou evidente a importância de se redirecionar os apegos, pois permite um novo funcionamento. Um dos momentos culminantes da história de Ana se deu quando ela, finalmente, foi capaz de retirar sua base de apego de André frente à uma nova crise.

Ana ainda precisa conseguir desvincular-se, mas segue neste árduo caminho de recuperação. É possível que ainda não tenha conseguido pois tem uma enorme dificuldade em reencontrar esperança em relacionamentos futuros, outro quesito importante segundo a literatura levantada.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo propôs-se a compreender uma situação específica, o divórcio inesperado, que traz desafios diferenciais para a prática clínica. Entretanto, deve-se apontar que, no processo aqui acompanhado e descrito foram observadas as particularidades da história de vida da participante, como aspectos da família de origem (família hierárquica e pai autoritário), apego seguro apenas com a mãe; a relação conjugal, que por seu olhar, foi construída de forma paulatina, chegando a ter no companheiro uma base de segurança.

Quanto ao relacionamento conjugal, embora pareça ter havido investimento de ambos os cônjuges para o desenvolvimento de um projeto a dois (carreira, bens em comum, geração de filhos), avaliado após o rompimento, surgiu a dúvida sobre o que era satisfatório para cada um deles. Mas, estes aspectos que definem o contexto do rompimento, sobre os quais se tem de nenhum a pouco poder de mudança para o envolvido, devem ser considerados pelos psicoterapeutas como vulnerabilidades ou proteção para a elaboração.

A respeito do rompimento inesperado, não só foi observado que a definição elaborada de que tal condição abarca um processo decisório unilateral, cuja ocorrência é de forma abrupta, produz sensação de abandono e impotência, e de que a parte abandonada não percebe que isso irá ocorrer, produz não só estresse, mas é potencialmente traumático, com ameaça à saúde mental e ruptura da continuidade nos relacionamentos com o mundo externo e interno.

Qualquer divórcio implica na elaboração do luto pelas perdas (relacionais, materiais, sociais, sexuais e emocionais) envolvidas que, diferentemente da morte, no rompimento são ambíguas, ou seja, rompe-se com alguém que continuará se comportando, continuará vivendo. É necessário dar sentido à situação e mudar, embora a ambiguidade continue existindo, o que, por si só, é paradoxal: “transformar uma situação que não muda” (BOSS, 1999, p. 119).

O caráter inesperado do rompimento no caso analisado, deixou claro a dificuldade de se perceber que, de fato, houve uma ruptura. Implica uma transição bastante difícil porque os seres humanos tendem a manter narrativas anteriores. As reorganizações externas, como o previsto na literatura, são mais fáceis do que as internas, pois abarcam desinvestir no outro, no relacionamento e enfrentar o desconhecido em si mesmo/a.

Para a *Gestalt*, o momento do rompimento amoroso é uma agressão à integridade do indivíduo. A perda leva a uma descompensação da homeostase que acontecia até então, e isso faz com que a pessoa passe por um processo de ajustamento criativo, para que possa atingir um novo equilíbrio (LIMA, 2008). Um dos pressupostos do manejo gestáltico é que o trabalho psicológico no contexto de dor seja de validação da mesma e de sua presença, acompanhando o sofrimento e demonstrando compaixão (ZINKER, 2001). Essa validação é de extrema importância nos casos de divórcio inesperado (STARK, 2010), sendo que durante as entrevistas realizadas foi possível perceber que, conforme a pesquisadora validava seus sentimentos, dava-lhe forças para seguir com o trabalho de elaboração do ocorrido.

Tal validação pode ocorrer durante a realização de um estudo de caso em situações que envolvem grande impacto psicológico, esse fato alerta para as demandas de cuidado (ético) ao se realizar tal tipo de pesquisa, reforçando a reflexão de que se deve tomar cuidado na escolha de participantes e na definição de critérios de inclusão. Também conduz à indicação de limitações de estudo dessa natureza, tanto quanto a de novos temas a tratar. Como o estudo de caso limita-se à análise de uma ou poucas história(s) considerou-se que seria de grande valor ampliar o estudo a fim de confirmar os fatores mais proeminentes identificados. Compreender a vivência de um homem frente a uma situação correlata também poderia trazer informações valiosas sobre o processo psíquico vivenciado, identificando possíveis diferenças de gênero que, provavelmente, atuariam como diferenciais para as ações psicoterapêuticas. Além disso, estudar a parte que abandona, seja homem ou mulher, certamente traria novos *insights*.

Em resumo, pode-se dizer que três anos após a separação a participante ainda precisa desvencilhar-se de alguns laços com seu ex-marido, embora ainda não se saiba se refere a seu processo específico ou à circunstância, o que também poderá ser objeto de mais investigações. Ainda não foi possível a ela encontrar uma forma de viver plenamente, apesar do que viveu. Tais circunstâncias exigirão que os psicoterapeutas sejam conhecedores das particularidades do divórcio inesperado, que compreendam as especificidades da crise e do comprometimento dos recursos psicológicos envolvidos, de modo a não ter uma conduta que contribua para ainda mais a manutenção de crenças e narrativas pregressas.

A dor associada ao trauma, à ambiguidade da situação e à demanda de continuidade ou coerência/previsibilidade de si e do viver, podem imobilizar. Há risco

aumentado de dificuldade de elaboração do divórcio emocional porque para seguir em frente o indivíduo enfrentará mudanças internas e descontinuidades no si-mesmo, no mundo presumido e na regulação dos afetos. Mas, riscos também poderão se transformar em oportunidades que favoreçam às pessoas conseguirem depender menos da estabilidade, e passarem a contar mais com a espontaneidade e com as trocas de experiências. Acompanhar este processo desafia as práticas terapêuticas de manutenção da compreensão do passado.

Se for argumentado que as perdas envolvidas no divórcio emocional são ambíguas, o terapeuta será desafiado a conviver com a ambiguidade, inclusive, acerca de seu próprio papel e servir como base segura para seu cliente se conhecer após o rompimento, a fim de poder ser mais do que a pessoa que foi abandonada, mas como quem viveu uma história de amor com um final inconcebível., às vezes, como a participante deste estudo, durante um processo particularmente custoso emocionalmente (*fertilização in vitro*), Acompanhar seu/sua cliente para que possa se tornar alguém que superou o inesperado, que deu conta do pesar de uma história difícil, que pode ser feliz e amar apesar do desamor sofrido, acolher, acompanhar e desafiar para que o outro possa crescer torna-se o principal fazer do psicoterapeuta em divórcio com as essas especificidades.

REFERÊNCIAS

ADAMS, Jeffrey M.; JONES, Warren, H. The conceptualization of marital commitment: An integrative analysis. **Journal of personality and social psychology**, v. 72, n. 5, p. 1177, 1997.

AINSWORTH, Mary S. Attachments beyond infancy. **American psychologist**, v. 44, n. 4, p. 709, 1989.

ALVES-MAZZOTTI, Alda Judith. Usos e abusos dos estudos de caso. **Cadernos de pesquisa**, v. 36, n. 129, p. 637-651, 2006.

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION (APA). **Resilience and Recovery After War: Refugee Children and Families in the United States**. Washington, DC: Author, 2010.

ANDERSON, Susan. **The Journey from Abandonment to Healing: Turn the End of a Relationship into the Beginning of a New Life**. Penguin, 2000.

ANDERSON, Susan. *The Journey from Abandonment to Healing: Revised and Updated*: Berkley; Revised, Updated, 2014.

BALDWIN, Mark W.; FEHR, Beverley. On the instability of attachment style ratings. **Personal Relationships**, v. 2, n. 3, p. 247-261, 1995.

BATTERHAM, Philip J. et al. Temporal effects of separation on suicidal thoughts and behaviours. **Social Science & Medicine**, v. 111, p. 58-63, 2014.

BAUMAN, Zygmunt. **Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos**. Rio de Janeiro: Zahar, 2004.

BERGER, PETER; KELLNER, Hansfried. Marriage and the construction of reality'in Dreitzel, HP (Ed.), *Recent Sociology*, No. 2. **Patterns of Communicative Behavior**, 1970.

BOSS, Pauline. **Ambiguous loss: Learning to live with unresolved grief**. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1999, p.119.

BOSS, Pauline. **Loss, trauma and resilience: therapeutic work with ambiguous loss**. New York: Norton professional book, 2006.

BOSS, Pauline; BRYANT, Chalandra M.; MANCINI, Jay A. **Family stress management: A contextual approach**. Sage Publications, 2016.

BOWLBY, Jonh. Formação e rompimento dos laços afetivos (A. Cabral, Trad.). 1997. (Trabalho original publicado em 1979), p. 168.

CARUSO, Igor. **A separação dos amantes: uma fenomenologia da morte**. São Paulo: Cortez 1986.

CHIZZOTTI, Antônio. **Pesquisa qualitativa em ciências humanas e sociais**. Petrópolis: Vozes, 2006.

CRESWELL, John W. Mapping the developing landscape of mixed methods research. **SAGE handbook of mixed methods in social & behavioral research**, v. 2, p. 45-68, 2010.

COLEMAN, Marilyn; MORGAN, Marnin. Divorce and Adults. Missouri: University of Missouri . **Anais eletrônicos**. Extension, 2016. Disponível em: <<http://extension.missouri.edu/p/GH6601>>. Data de acesso: 10 out. 2017.

COWAN, Philip A. Individual and Family Life Transitions: A proposal for new definition. p. 6-26 In: COWAN, Philip A.; HETHERINGTON, Eileen Mavis (Ed.). **Family transitions**. Psychology Press, 2016.

DOKA, Kenneth J. **Disenfranchised grief: Recognizing hidden sorrow**. Lexington Books/DC Heath and Com, 1989.

ESTEBAN, Maria Paz. **Pesquisa qualitativa em educação**. Porto Alegre: AMGH Editora, 2010.

FEENEY, Judith A.; NOLLER, Patricia. **Adult attachment**. Sage Publications, 1996.

FIELD, Tiffany. Romantic Breakup Distress, Betrayal and Heartbreak: A Review. **International Journal of Behavioral Research & Psychology**, v. 5, n. 2, p. 217-25, 2017

FIGUEIREDO, Ana C. C.; SOUZA, Rosane M. As perdas ambíguas e a infidelidade conjugal. In: CASELLATO, Gabriela. **O resgate da empatia**. São Paulo: Summus, 2015. p. 49-69.

FRALEY, R. Chris et al. The experiences in close relationships—Relationship Structures Questionnaire: A method for assessing attachment orientations across relationships. **Psychological assessment**, v. 23, n. 3, p. 615, 2011.

FRALEY, R. Chris *et al.* Are adult attachment styles categorical or dimensional? A taxometric analysis of general and relationship-specific attachment orientations. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 109, n. 2, p. 354, 2015.

FURMAN, Wyndol; SIMON, Valerie A. Cognitive representations of adolescent romantic relationships. **The development of romantic relationships in adolescence**, p. 75-98, 1999.

GIBB, Sheree J.; FERGUSON, David M.; HORWOOD, L. John. Relationship separation and mental health problems: findings from a 30-year longitudinal study. **Australian & New Zealand Journal of Psychiatry**, v. 45, n. 2, p. 168, 2011.

HAZAN, Cindy; SHAVER, Phillip R. Attachment as an organizational framework for research on close relationships. **Psychological inquiry**, v. 5, n. 1, p. 1-22, 1994.

HAZAN, Cindy; ZEIFMAN, D.; MIDDLETON, K. Adult romantic attachment, affection, and sex. In: **7th International Conference on Personal Relationships, Groningen, The Netherlands**. 1994.

HAZAN, C. *et al.* The process of relinquishing parents as attachment figures. In: **biennial meeting of the Society for Research in Child Development, Seattle, WA**. 1991.

HAZAN, Cindy; SHAVER, Phillip. Romantic love conceptualized as an attachment process. **Journal of personality and social psychology**, v. 52, n. 3, p. 511, 1987.

HETHERINGTON, E. Mavis; COX, Martha; COX, Roger. Long-term effects of divorce and remarriage on the adjustment of children. **Journal of the American Academy of Child Psychiatry**, v. 24, n. 5, p. 518-530, 1985.

HETHERINGTON, Mavis; KELLY, John. **For better or for worse: Divorce reconsidered**. New York: W W Norton & Co, 2002.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Estatísticas do registro civil**. Rio de Janeiro, Departamento de População, IBGE. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/135/rc_2009_v36.pdf>; <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/135/rc_2010_v37.pdf>; <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/135/rc_2011_v38.pdf>; <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/135/rc_2012_v39.pdf>; <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/135/rc_2013_v40.pdf>; <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/135/rc_2014_v41.pdf>; <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/135/rc_2015_v42.pdf>; <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/135/rc_2016_v43_informativo.pdf>; <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/135/rc_2017_v44_informativo.pdf>. Acesso em: 11 nov. 2017

JOHNSON, Michael P. Commitment to personal relationships. **Advances in personal relationships**, v. 3, p. 117-143, 1991.

KELLEY, Harold H.; THIBAUT, John W. **Interpersonal relations: A theory of interdependence**. John Wiley & Sons, 1978.

KNÖPFLI, Bina *et al.* Marital breakup in later adulthood and self-rated health: a cross-sectional survey in Switzerland. **International journal of public health**, v. 61, n. 3, p. 357-366, 2016.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina. **Técnicas de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 1996.

LAZARUS, Richard S. **Stress and emotion: A new synthesis**. Free Association Books, London, 1999.

LEOPOLD, Thomas. Gender Differences in the Consequences of Divorce: A Multiple-Outcome Comparison of Former Spouses. **Demography**. doi: 10.1007/s13524-018-0667-6, 2016.

LIMA, Sarah Batista Leite de. A dor da perda amorosa e a Gestalt-Terapia. **Revista IGT na Rede**. v. 5, n. 9, p. 114-125, 2008, p.117.

LIPOVETSKY, Gilles. **Da Leveza. Rumo a uma Civilização sem Peso**. São Paulo. Manole, 2016, p. 248.

LOVE, Heather A. et al. Suicidal risk following the termination of romantic relationships. **Crisis**, 2017.

LUHMANN, Maïke; EID, Michael. Does it really feel the same? Changes in life satisfaction following repeated life events. **Journal of personality and social psychology**, v. 97, n. 2, p. 363, 2009.

MARCONDES, Mariana Valença; TRIERWEILER, Michele; CRUZ, Roberto Moraes. Sentimentos predominantes após o término de um relacionamento amoroso. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 26, n. 1, p. 94-105, 2006.

MINAYO, Maria. **Pesquisa Social: teoria, método e criatividade**. 19.ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

MIKULINCER, Mario; SHAVER, Phillip R.; BERANT, Ety. An attachment perspective on therapeutic processes and outcomes. **Journal of Personality**, v. 81, n. 6, p. 606-616, 2013.

MIKULINCER, Mario; SHAVER, Phillip R. **Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change**. Guilford Press, 2007.

OLIVEIRA, Nielma. AGÊNCIA BRASIL. Divórcio cresce mais de 160% em uma década. Publicado em 30/11/2015 - Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2015-11/divorcio-cresce-mais-de-160-em-uma-decada>> Acesso: 11 nov. 2017.

ORTH, Ulrich *et al.* Codevelopment of well-being and self-esteem in romantic partners: Disentangling the effects of mutual influence and shared environment. **Developmental psychology**, v. 54, n. 1, p. 151, 2018.

PARKES, Colin Murray. **Luto estudos sobre a perda na vida adulta**. São Paulo: Summus editorial, 1998, p.24.

PARKES, Colin Murray. **Amor e perda: as raízes do luto e suas complicações**. São Paulo: Summus, 2009.

RHOADES, Galena K. et al. Breaking up is hard to do: The impact of unmarried relationship dissolution on mental health and life satisfaction. **Journal of family psychology**, v. 25, n. 3, p. 366, 2011.

ROCHA, Glaucia Mitsuko Ataka *et al.* The Experiences in Close Relationships-Relationship Structures Questionnaire (ECR-RS): validity evidence and reliability. **Psico-USF**, v. 22, n. 1, p. 121-132, 2017.

SAKRAIDA, Teresa J. Stress and coping of midlife women in divorce transition. **Western journal of nursing research**, v. 30, n. 7, p. 869-887, 2008.

SBARRA, David A. Divorce and health: Current trends and future directions. **Psychosomatic medicine**, v. 77, n. 3, p. 227, 2015.

SBARRA, David A.; COAN, James A. Divorce and health: Good data in need of better theory. **Current opinion in psychology**, v. 13, p. 91-95, 2017.

SHOR, Eran *et al.* Meta-analysis of marital dissolution and mortality: Reevaluating the intersection of gender and age. **Social science & medicine**, v. 75, n. 1, p. 46-59, 2012.

SOUZA, Rosane Mantilla de. Começar de Novo: as Mulheres no Divórcio. In: Meirelles, V. **Mulheres do Século XXI**. São Paulo: Roca, 2008. p.52.

SOUZA, R. M., RAMIRES, V. R. R. **Amor, casamento, família, divórcio... e depois, segundo as crianças**. São Paulo: Summus, 2006.

STAKE, R. E. Qualitative Case Studies. In: DENZIN, N. K.; LINCOLN, Y. S. (Eds.). *The Sage handbook of qualitative research*. Sage Publications Ltd., 2005. p. 443–466.

STAKE, Robert E. The case study method in social inquiry. **Educational researcher**, v. 7, n. 2, p. 5-8, 1978.

STARK, Vikki. **Planet Heartbreak: Abandoned Wives Tell Their Stories**. Canadá: Green Light Press, 2016

STARK, Vikki. **Runaway Husbands**. Canadá: Green Light Press, 2010.

WATERS, Everett; HAMILTON, Claire E.; WEINFELD, Nancy S. The stability of attachment security from infancy to adolescence and early adulthood: General introduction. **Child development**, v. 71, n. 3, p. 678-683, 2000.

WYDER, Marianne; WARD, Patrick; DE LEO, Diego. Separation as a suicide risk factor. **Journal of affective disorders**, v. 116, n. 3, p. 208-213, 2009.

YIN, Robert K. **Estudo de Caso - Planejamento e Métodos** - 5ª Ed. Bookfast Editora, 2015.

ZINKER, Joseph C. **A busca da elegância em psicoterapia**. Summus Editorial, 2001.

APÊNDICES

APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO

Pesquisa - Divórcio Inesperado

Você está sendo convidada a participar como voluntária de uma pesquisa autorizada pela PUC-SP. Caso seja mulher, heterossexual, tenha vivido um casamento de no mínimo 5 anos e esteja separada há pelo menos 2 anos você pode participar deste estudo. Para isso, pedimos que leia o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) abaixo e confirme sua leitura e aceitação.

TCLE

Título da Pesquisa: Divórcio inesperado: primeiras reações à uma perda ambígua.

Objetivo Geral: Compreender as primeiras reações frente à um divórcio inesperado

Esta pesquisa está relacionada à elaboração de uma Dissertação de Mestrado Acadêmico em andamento no Programa de Pós-Graduação em Psicologia Clínica, da PUC-SP.

Pesquisadora responsável: Virginie Madeleine Giselle van Eyl.

Orientadora da Pesquisa: Prof. Dra. Rosane Mantilla de Souza.

Estou ciente de que a minha participação nessa pesquisa será via resposta deste questionário online e poderei ser convidada a participar de um grupo focal sobre o tema.

Estou ciente de que a pesquisa espera obter dados sobre divórcio e que é possível que aconteçam alguns desconfortos ou riscos para mim, como estar diante de questões que eu não saiba responder. Não serei privada nem limitada em qualquer dos meus direitos, nem intimidada a qualquer tipo de participação com a qual eu não concorde, podendo inclusive retirar meu consentimento e me recusar a participar da pesquisa a qualquer momento sem qualquer prejuízo.

Estou ciente de que minha privacidade será respeitada, ou seja, qualquer elemento possa me identificar será mantido em sigilo.

Estou ciente de que me é assegurada toda a assistência necessária durante toda a pesquisa, bem como me é garantido o livre acesso a todas as informações e esclarecimentos adicionais sobre a pesquisa e suas consequências e tudo mais que eu queira saber, antes, durante e depois da minha participação. Para tal basta entrar em contato com a pesquisadora, via e-mail:

virginie.eyll@gmail.com ou recorrer ao Programa de Estudos de Pós-Graduação em Psicologia da PUC-SP pelo telefone: (11) 3670-8521 ou Comitê de Ética em Pesquisa da PUC-SP (11) 3670-8466, cometica@pucsp.br

*Obrigatório

1. TCLE *

Marque todas que se aplicam.

Li e concordo voluntariamente em participar deste estudo.

Questionário

2. Sexo *

Marcar apenas uma oval.

Feminino

Masculino

3. Idade *

Marcar apenas uma oval.

- 20 a 30 anos
- 30 a 40 anos
- 40 a 50 anos
- 50 a 60 anos
- acima de 70

4. Escolaridade *

Marcar apenas uma oval.

- Até o ensino médio
- Superior incompleto
- Superior completo
- Pós graduado

5. Tempo total de relacionamento *

Marcar apenas uma oval.

- 0 a 5 anos
- 6 a 10 anos
- 11 a 15 anos
- Mais de 16 anos

6. Data aproximada do rompimento *

Exemplo: 15 de dezembro de 2012

7. Quantidade de filhos *

Marcar apenas uma oval.

- Nenhum
- 1
- 2
- 3 ou mais

8. Idade do(s) filho(s) (quanto houver) *

Marque todas que se aplicam.

- Menor de 10 anos
- De 10 a 15 anos
- De 15 a 20 anos
- Mais de 20 anos

9. **Tempo de namoro ***

Marcar apenas uma oval.

- 0 a 2 anos
- 3 a 5 anos
- 6 a 10 anos
- Mais de 11 anos

10. **Como você classifica sua relação durante o tempo de namoro? ***

Marcar apenas uma oval.

| | | | | | | |
|------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| Ruim | <input type="radio"/> | Ótima |

11. **Tempo de casamento ***

Marcar apenas uma oval.

- menos de 5 anos
- 6 a 10 anos
- 11 a 20 anos
- mais de 21 anos

12. **Como você classifica sua relação durante este período? ***

Marcar apenas uma oval.

| | | | | | | |
|------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| Ruim | <input type="radio"/> | Ótima |

13. **Como você classifica sua relação no último ano dela? ***

Marcar apenas uma oval.

| | | | | | | |
|------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| Ruim | <input type="radio"/> | Ótima |

14. **Você imaginava que ele(a) pediria a separação? ***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

15. **Você trabalhava quando ele(a) pediu a separação? ***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

16. Houve traição no último ano da relação? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não

17. Conte resumidamente como ele(a) te contou que queria se separar? *

18. Quanto tempo após o pedido de separação ele(a) saiu de casa? *

Marcar apenas uma oval.

- No dia
 Em até 1 semana
 Em até 1 mês
 Entre 1 mês e 6 meses
 Mais de 6 meses

19. No primeiro momento quem ficou na casa onde vocês moravam? *

Marcar apenas uma oval.

- Eu
 Ele(a)

20. Houveram brigas na partilha dos bens? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não

21. Você procurou ajuda psicológica e/ou psiquiátrica? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não

22. Chegou a usar algum medicamento para dormir ou controlar o humor? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não

23. **Você teve suporte da sua família quando o rompimento do relacionamento aconteceu?**

*

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não

24. **Quanto tempo demorou para você reorganizar sua moradia?**

Marcar apenas uma oval.

- Não me mudei e não precisei reorganizar
 0 a 1 ano
 1 a 2 anos
 2 a 3 anos
 3 a 4 anos
 mais de 4 anos

25. **Quanto tempo demorou para você reorganizar sua renda? ***

Marcar apenas uma oval.

- Não afetou minha renda e não precisei me reorganizar economicamente
 0 a 1 ano
 1 a 2 anos
 2 a 3 anos
 3 a 4 anos
 mais de 4 anos

26. **Quanto tempo demorou para você reorganizar seu trabalho? ***

Marcar apenas uma oval.

- Continuo trabalhando no mesmo lugar ou se mudei não estive relacionado à separação
 0 a 1 ano
 1 a 2 anos
 2 a 3 anos
 3 a 4 anos
 mais de 4 anos

27. **Quanto tempo demorou para você reorganizar suas relações familiares? ***

Marcar apenas uma oval.

- Não alterei minhas relações familiares
 0 a 1 ano
 1 a 2 anos
 2 a 3 anos
 3 a 4 anos
 mais de 4 anos

28. **Quanto tempo demorou para você reorganizar suas relações com os amigos? ***

Marcar apenas uma oval.

- Não mudei de amigos nem fiz novas amizades
- 0 a 1 ano
- 1 a 2 anos
- 2 a 3 anos
- 3 a 4 anos
- mais de 4 anos

29. **Quanto tempo demorou para você reorganizar suas atividades físicas? ***

Marcar apenas uma oval.

- Não alterei minhas atividades físicas nem para mais nem para menos
- 0 a 1 ano
- 1 a 2 anos
- 2 a 3 anos
- 3 a 4 anos
- mais de 4 anos

30. **Quanto tempo demorou para você reorganizar seu tempo de lazer? ***

Marcar apenas uma oval.

- Não alterei o que faço no meu tempo de lazer
- 0 a 1 ano
- 1 a 2 anos
- 2 a 3 anos
- 3 a 4 anos
- mais de 4 anos

31. **Quanto tempo demorou para você reorganizar seus relacionamentos amorosos? ***

Marcar apenas uma oval.

- Não tive outros relacionamentos
- 0 a 1 ano
- 1 a 2 anos
- 2 a 3 anos
- 3 a 4 anos
- mais de 4 anos

32. Quanto tempo você acredita que levou para superar a separação? *

Marcar apenas uma oval.

- Ainda não superei
- Superei no primeiro ano
- De 1 a 2 anos
- De 2 a 3 anos
- De 3 a 4 anos
- De 4 a 5 anos
- De 5 a 6 anos
- Mais de 6 anos

33. Você aceitaria participar de um encontro em grupo sobre o tema? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

34. Se sim, por favor informe seu nome, e-mail e/ou telefone abaixo. (Seus dados pessoais são sigilosos e não serão divulgados em nenhuma hipótese)

Powered by

 Google Forms