

RELAÇÕES CONJUGAIS: O MUNDO ENCOBERTO E AS DIFICULDADES DOS CASAIS EM DEMONSTRAR EMOÇÕES E SENTIMENTOS NA ATUALIDADE.

REIS, L. M.¹; CARVALHO, T. M.²; PINTO D. S. M.³; SANTOS, M. M.⁴

RESUMO

Nas últimas anos as relações conjugais estão sofrendo alterações devido aos novos padrões sociais, onde homens e mulheres assumem papéis diferentes na sociedade. Analisar como estes novos padrões sociais interferem nas relações torna-se de extrema relevância. Este presente artigo busca investigar na literatura atual, realizando um levantamento bibliográfico, as dificuldades que estes casais possuem em demonstrar suas emoções e sentimentos, e como tais dificuldades refletem nos relacionamentos.

Palavras-chave: Relações conjugais. Mundo encoberto. Emoções e sentimentos. Análise do comportamento. Psicologia.

ABSTRACT

In the past years, marital relationships are undergoing changes due to new social patterns, where men and women assume different roles in society. Analyzing how these new social patterns interfere in relationships becomes extremely relevant. This article seeks to investigate the current literature, conducting a bibliographical survey, the difficulties that these couples have in demonstrating their emotions and feelings, and how such difficulties reflect on relationships.

Keywords: Marital relationships; Hidden world; Emotions and Feelings; Behavior analysis; Psychology.

INTRODUÇÃO

Os comportamentos privados são tão importantes quanto os demais comportamentos observáveis, não podemos negligenciá-los por somente serem

¹ Liliane Machado dos Reis. Graduada do Curso de Psicologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2019. Contato: liliane11reis@hotmail.com

² Thaisa Mara de Carvalho. Orientador da pesquisa. Docente do Curso de Psicologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2021. Contato: thaisa.mara@fap.com.br

³ Debora Sanitá Malaguido Pinto. Orientador da pesquisa. Docente do Curso de Psicologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2021. Contato: debora.malaguido@fap.com.br

⁴ Matheus Moreira Santos. Coorientador da pesquisa. Docente do Curso de Psicologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2021.

acessíveis quando o indivíduo os relata. Tais comportamentos possuem função nas nossas vidas e devem sempre ser observados. Para se ter acesso a estes comportamentos é necessário trabalhar o autoconhecimento e o comportamento verbal, cuja é a única forma de acessar estes comportamentos.

Muitos indivíduos entram em suas relações conjugais levando consigo o que a sua comunidade verbal os ensinou: que emoções e sentimentos devem ser reprimidos e controlados e não expostos ao outro. Outro ponto que agrava tais relações é a forma pela qual esses indivíduos selecionam suas relações de uma forma a serem reforçados financeiramente, e não afetivamente, não dando a devida importância a esses comportamentos privados. A consequência de todo este contexto são relações fragilizadas e desenvolvimento de conflitos por não expressarem o que sentem de forma efetiva.

OBJETIVOS

O Objetivo deste presente artigo é de compreender como as relações conjugais são constituídas na atualidade e os principais problemas pertinentes à estas relações. Investigar como a análise do comportamento aborda as emoções e sentimentos em suas terapias contextuais especificamente voltadas ao tratamento de casais. Observar como as relações conjugais foram se estruturando ao longo do tempo, levantar os principais obstáculos enfrentados pelos casais na construção de um relacionamento e como a sociedade está propensa a novos padrões de matrimônio, revisar as teorias e práticas que a análise do comportamento trabalha sobre as emoções e sentimentos, bem como analisar a função que este mundo encoberto tem sobre o indivíduo e as relações conjugais e explorar o desenvolvimento da terapia de casais e a proposta contextual que a análise do comportamento tem aplicado com este público.

METODOLOGIA

Através de uma revisão bibliográfica no decorrer do ano de 2021 efetuada em onze livros, três artigos e uma revistas científica atual, os mais utilizados e citados dentre os psicólogos. As fontes utilizadas foram do acervo da biblioteca da faculdade de Apucarana, internet e do próprios do pesquisador. O idioma dos matérias utilizados são do idioma português e para análise dos mesmos foi utilizado leitura crítica.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise do comportamento explora as relações conjugais como um comportamento social. Skinner (2003, p. 325), descreve o comportamento social como “comportamento de duas ou mais pessoas em relação a uma outra ou em conjunto em relação ao ambiente comum”. A relação de casal, é compreendida como aquela em que um reforça os comportamentos do outro e o inverso também ocorre (SKINNER, 1989 apud ZEGLIO, FINOTELLI e RODRIGUES, 2013).

Como em qualquer outra relação, estes indivíduos estão respondendo sob controle das contingências nos três níveis de seleção (filogenético, ontogenético e sociocultural). Na atualidade, os novos padrões sociais afetam os relacionamentos contemporâneos, sendo comum na modernidade uma adolescência mais prolongada, onde as pessoas entram tardiamente na vida adulta. Esta fase da adolescência exige uma maior preparação para a vida profissional, deixando a vida conjugal em segundo plano, assim contribuindo para que as pessoas tenham um posicionamento mais individualista, sobrepondo a cultura do “eu”. Esta insensibilidade social reflete nas relações conjugais uma ausência de sentimentos, tornando os relacionamentos que seriam afetivos, em relações voláteis e fluídas, onde não há um comprometimento com a permanência e durabilidade do casamento. Simplesmente, o matrimônio assumiu uma utilidade financeira e não afetiva. (ZEGLIO, FINOTELLI e RODRIGUES 2013).

Otero e Ingberman (2004) esclarecem que os mesmos fatores que podem atrair um casal, podem se tornar uma possível problemática entre eles. Um dos principais pontos para desenvolvimento de problemas são as incompatibilidades entre os dois, cujos traços que os atraíam antes, podem posteriormente ser fonte de punição na relação, originando conflitos pois, com o passar dos anos, os parceiros podem se tornar menos tolerantes às diversidades. Tal polarização transforma as diferenças em deficiências, assim tornando-as maiores do que são.

As emoções são nada mais que o conjunto de comportamentos reflexos, que são inatos do ser humano relacionados com as variáveis sociais aprendidas no decorrer da história do indivíduo. Ou seja, as respostas eliciadas no corpo do indivíduo perante um estímulo, estão inteiramente ligadas aos processos fisiológicos deste organismo. Skinner (2003) analisa que quando choramos, empalidecemos, suamos, trememos, estas são respostas fisiológicas do nosso corpo, que atribuímos como medo, tristeza, raiva, nervosismo. Estes codinomes para nossas reações são

diagnosticados através do nosso repertório verbal, que nos torna capazes de nomeá-los de acordo com o que foi ensinado pela nossa comunidade verbal.

As emoções e sentimentos possuem um papel fundamental na evolução de nossa espécie, e é primordial que saibamos expressar, descrever e modular nossas emoções, e para isso o ambiente social deve ensinar desde crianças a expressá-los. Porém ocorre o contrário, é comum que, quando crianças, seja ensinado aos indivíduos que devem reprimir e controlar seus comportamentos emocionais. (HARRIS, 2011, KOONS, 2016 apud COUTO, 2021).

Duas “pontes” necessárias para que os comportamentos privados sejam expressos de forma efetiva são o autoconhecimento e o comportamento verbal. “Podemos tomar o sentimento como simples resposta a estímulos, mas seu relato é o produto de contingências verbais especiais, organizadas por uma comunidade. Há uma diferença semelhante entre o comportamento e o relato do comportamento ou das suas causas.” (SKINNER, 2006 p. 30).

A análise do comportamento dispõe de uma terapia contextual de terceira onda para contornar os problemas conjugais consequentes da não demonstração dos comportamentos privados. A terapia comportamental integrativa de casais (TCIC ou IBCT) segundo Santos, Gouveia e Oliveira (2015) convoca a validar as vivências internas, que são resultados da interação entre os indivíduos e seu ambiente social, onde os sentimentos não devem ser modificados, mas validados e aceitos, o que deve ser mudado é o contexto em que as interações que causam sofrimento ao indivíduo.

As intervenções propostas pela IBCT são de aceitação que corresponde a conexão empática, distanciamento unificado e tolerância emocional, e mudança de comportamento que consistem em intercâmbio de comportamentos e treinamento de comunicação e resolução de problemas. (Jacobson e Christensen, 1998, Cordova e Jacobson, 1999, Christensen, et al. 2009, Christensen et al., 2016 apud SDOUKOS, 2019).

CONCLUSÃO

Há muita ainda a estudar e explorar sobre o mundo encoberto e como este reflete nas relações interpessoais do indivíduo, principalmente nas relações conjugais. Com os novos padrões sociais, podemos perceber sujeitos mais individualizados, que se preocupam consigo mesmo e não com a coletividade, e esta cultura do “eu” reflete em casais que não se importam com um relacionamento mais afetivo, assim

demonstrando cada vez menos seus sentimentos uns pelos outros, gerando possíveis conflitos.

Importante salientar que os comportamentos privados para serem explorados, dependem que o indivíduo tenha um autoconhecimento bem formulado sobre si mesmo, e somente através do comportamento verbal que demais sujeitos da comunidade verbal terão acesso a estes sentimentos, sendo assim reforçar a explanação deste mundo encoberto pelos casais é de suma importância, para que cada vez mais se fale do que está sentindo, e trabalhar a resolução de problemas através da aceitação emocional e validando as emoções e sentimentos uns dos outros.

REFERÊNCIAS

COUTO, L. P. **O Valor das Emoções**. Portal Comportar-se: Psicologia e análise do comportamento, Local desconhecido, mar 2021. Disponível em: <<https://comportese.com/2021/03/04/o-valor-das-emocoes>> Acesso em: 16 mai. 2021.

OTERO, V. R. L. INGBERMAN, Y. K. (2004). **Terapia comportamental de casais: da teoria à prática**. Em M. Z. Brandão, F. C. Conte, F. Brandão, Y. K. Ingberman, V. L. M. Silva & S. M. Oliani (Orgs.). *Sobre comportamento e cognição* (Vol. 13, pp. 363-373). Santo André: ESEtec.

Santos, P. L.; Gouveia, J. P.; Oliveira, S. M. **Terapias comportamentais de terceira geração: guia para profissionais**. Snopsys editora, Novo Hamburgo, 2015.

SKINNER, B. F. **Ciência e comportamento humano**. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

SKINNER, B. F. **Sobre o Behaviorismo**. Cultrix, 2006

SDOUKOS, S. S. **O que é Terapia Comportamental Integrativa de Casal?**. Portal Comportar-se: Psicologia e análise do comportamento, Local desconhecido, abr 2019. Disponível em: < https://comportese.com/2019/04/23/o-que-e-terapia-comportamental-integrativa-de-casal-ibct#google_vignette > Acesso em: 25 mai. 2021.

ZEGLIO, C.; FINOTELLI JR, I.; RODRIGUES JR, O. M. **Relações Conjugais: Discutindo Alternativas Para Melhor Qualidade de Vida**. Zagodoni Editora, 2013.