

Pensando famílias



Fonte: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-494X2017000100013](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2017000100013). Acesso em: 28 fev. 2020.

#### REFERÊNCIA

SATTLER, Marli Kath; TAVARES, Ana Cristina Costa Nicola; SILVA, Isabela Machado da. A infidelidade no relacionamento amoroso: possibilidades no trabalho clínico com casais. **Pensando famílias**, Porto Alegre, v. 21, n. 1, p. 162-175, jul. 2017. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-494X2017000100013&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2017000100013&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 28 fev. 2020.

# A Infidelidade no Relacionamento Amoroso: Possibilidades no Trabalho Clínico com Casais

Marli Kath Sattler<sup>1</sup>

Ana Cristina Costa Nicola Tavares<sup>2</sup>

Isabela Machado da Silva<sup>3</sup>

## Resumo

*Embora o que se entenda como infidelidade varie de acordo com o contexto sociocultural e o contrato estabelecido por cada casal, seu impacto na relação costuma ser significativo e desafiador. Neste artigo, serão abordadas possibilidades de intervenção junto a casais que buscam terapia em virtude da infidelidade conjugal. É importante considerar a infidelidade como um fenômeno complexo, relacionado a questões intrapsíquicas, relacionais, situacionais e socioculturais. O terapeuta deve abordar (a) o impacto inicial da descoberta da infidelidade; (b) a história da relação, de forma a contextualizar o acontecido; e (c) o seu futuro. Nesse processo, mostram-se úteis tanto sessões individuais como conjugais. O entendimento da infidelidade requer um olhar sistêmico, que consiga abranger a história do casal e da família, suas crenças e seus padrões relacionais. O terapeuta precisa ser capaz de criar um ambiente de compreensão mútua que possibilite as mudanças desejadas pelos cônjuges.*

**Palavras-chave:** relações conjugais; aconselhamento conjugal; infidelidade; adultério.

## ***Infidelity in Romantic Relationships: Opportunities in Couples' Clinical Work***

## Abstract

*Although its meaning may differ according to specific socio-cultural contexts and to the established contract, infidelity always causes stress on couples' relationships and is very challenging to deal with. This article addresses possibilities of intervention when dealing with couples who seek therapy due to infidelity. It must be considered as a complex phenomenon, associated to intrapsychic, relational, situational and socio-cultural issues. Therapists must address: (a) the initial impact of the of infidelity revelation; (b) the history of the relationship, in order to contextualize what happened; and (c) what can be expected for the relationship's future. In this process, both individual and couples sessions are useful. Understanding infidelity requires a systemic approach, which should consider the history of the couple and of their family; their beliefs and their relational patterns. Therapists should be able to create an environment of mutual understanding thus contributing to the changes desired by the spouses.*

---

<sup>1</sup> Psicóloga, Mestre em Psicologia Clínica, Terapeuta de Casais, de Famílias e de Indivíduos. Professora, Supervisora e membro da Coordenação do Domus, Centro de Terapia de Casal e Família.

<sup>2</sup> Psicóloga, Terapeuta de Famílias pelo Interpsi.

<sup>3</sup> Psicóloga, Terapeuta de Famílias pelo Domus, Doutora em Psicologia pela UFRGS. Professora do Depto. de Psicologia Clínica e do PPG em Psicologia Clínica e Cultura da UnB.

**Keywords:** *marital relations; marriage counseling; infidelity; adultery.*

Na atualidade, destacam-se as diferentes formas de ser casal. O que distingue a família e o casamento na pós-modernidade é exatamente a ausência de um “modelo dominante, seja no que diz respeito às práticas, seja enquanto um discurso normatizador das práticas” (Vaitsman, 1994, p. 18). O casamento, no entanto, permanece como uma instituição imprescindível no imaginário dos indivíduos, embora incorporado de novos paradigmas.

Para Féres-Carneiro (1998), os modelos de relação a dois na contemporaneidade buscam um novo equilíbrio entre conjugalidade e individualidade, de forma que se tenta conciliar a parceria e os projetos e desejos ligados ao casal com a autonomia e o contentamento voltados para si mesmo. Os cônjuges necessitam, assim, lidar com demandas aparentemente contraditórias: individualidade x família, constância x busca pelo novo, fidelidade x permissividade (Jablonski, 1991).

É inegável que ocorreu uma grande mudança com relação ao comportamento sexual dos casais. O clima de sedução que hoje existe, e a maior liberdade para viver experiências sexuais, tanto por parte dos homens como das mulheres, facilita o acesso a pessoas disponíveis ao envolvimento sexual, seja na posição ativa, que seduz, ou na posição de seduzido. Em alguns momentos pessoais ou da relação, a pessoa pode encontrar mais dificuldade em negar a oferta que se apresenta. Nesse contexto, é possível observar duas tendências no que se refere à sexualidade do casal: por um lado, desponta o desejo por relações abertas, com mais liberdade individual; por outro, o desejo por relações com fidelidade, como um valor importante na construção da intimidade

Cada casal tem a liberdade de construir seu relacionamento da forma que lhe parecer mais adequada e satisfatória para seu jeito de ser, de forma que cada relação envolverá um contrato entre os cônjuges, que representa a essência da relação e aquilo que é esperado de cada um dos cônjuges, mesmo que não de forma explicitamente demandada, aceita ou reconhecida por eles mesmos (Sager, 2004).

A infidelidade representa justamente o rompimento desse contrato afetivo implícito ou explícito existente entre os parceiros durante o casamento ou o namoro (Pittman, 1994). Pode incluir tanto o pensamento e a fantasia como a concretização do ato, que, por sua vez, pode se tratar da troca de mensagens em ambientes virtuais, de um beijo ou da consumação do ato sexual (Sattler, 2002). O termo infidelidade abriga uma enorme variedade de situações, podendo variar de um episódio a vários, de um único encontro até a manutenção de casos que chegam a durar anos (Sattler, 2002).

Apesar dos índices de infidelidade, a grande maioria dos indivíduos tem a expectativa de estar em um relacionamento monogâmico, desaprovando o sexo extramarital (Allen et al., 2008), que continua sendo visto como um problema sério e fonte de sofrimento.

Conforme destacam Snyder, Baucom e Gordom (2008), a infidelidade tende a exercer um forte impacto sobre o casal. Estudos identificaram, naqueles que sofreram a infidelidade, sentimentos de ansiedade, depressão, ideação suicida, impotência e abandono, bem como sintomas semelhantes aos de pessoas que apresentam transtorno de estresse pós-traumático (p. Ex., violação de crenças fundamentais à segurança emocional). Naqueles que foram infiéis a seus companheiros, por outro lado, também se identificou ansiedade, depressão e ideação suicida, em especial quando a descoberta da

infidelidade ameaçou a continuidade do casamento ou efetivamente levou à separação. Assume-se que, entre as questões mais difíceis da infidelidade, tendem a estar a culpa e o ciúme, pois dificilmente são ultrapassados (Pittman, 1994).

Embora a infidelidade constitua uma importante questão no relacionamento conjugal, sendo, assim, de grande interesse para terapeutas de casal e família, existe uma escassez de estudos nacionais sobre o tema (Santos & Cerqueira-Santos, 2016). Dessa forma, no presente artigo, serão discutidas possibilidades de atuação do terapeuta de casais em contexto de infidelidade conjugal, considerando-se uma visão sistêmica da infidelidade.

### **Uma visão sistêmica da infidelidade conjugal**

Modelos teóricos aplicados à infidelidade, variam na ênfase atribuída ao indivíduo, ao contexto da relação e às normas culturais para explicar a infidelidade (Allen et al., 2008). De acordo com Sattler (2002) é o jogo entre os contextos pessoal, interacional, familiar e histórico que permite compreender os comportamentos de fidelidade ou infidelidade.

### **Fatores históricos e transgeracionais**

Os fatores históricos referem-se às expectativas das pessoas sobre o seu papel, de acordo com o seu sexo e as características da época. Em cada cultura, existem regras e conceituações diferentes para a infidelidade, sendo que o ponto comum entre as sociedades no decorrer da história, é o duplo padrão para homens e mulheres. O comportamento autorizado aos homens pela sociedade, se cometido pelas mulheres, podia autorizar seus parceiros a matarem-na em defesa de sua honra.

Durante séculos, a ordem patriarcal defendeu o valor do casamento monogâmico – em especial para as mulheres – e pregou o controle da sexualidade feminina como forma de garantir a transmissão de bens (Muraro, 2000). A partir da segunda metade do século XIX, passaram a ser observadas importantes e acentuadas mudanças no papel de homens e mulheres: a entrada da mulher no mercado de trabalho em larga escala e seu crescente poder aquisitivo, o controle reprodutivo, a lei do divórcio, etc. (Sattler, 2002). Nesse contexto, a mulher assumiu, cada vez mais, uma posição de independência em relação a si e as suas escolhas. O papel masculino também tem passado por transformações, no que se destaca, o maior envolvimento do homem com a família e com suas questões emocionais (Sattler, 2002). Ao lado dessas mudanças nos papéis feminino e masculino, ocorreu também uma grande mudança com relação ao comportamento sexual dos casais, incluindo novos comportamentos, como os relacionamentos abertos ou poliamorosos, bem como práticas como o swing.

No entanto, as mudanças sociais costumam iniciar em um segmento da população e são absorvidas de forma lenta pela sociedade. Conforme assinala Zanello (2008), as mulheres seguem sendo avaliadas segundo valores patriarcais tradicionais, o que influencia especialmente a forma como vivenciam sua sexualidade. Zampiere (2004) relata que, ainda hoje, ao terminar um casamento pela infidelidade do parceiro, a culpa recai com bastante frequência nas mulheres. Fato que demonstra, o

reflexo de coerções sexuais a que estão condicionadas, julgando-se as maiores responsáveis, pelas dificuldades e problemas do relacionamento.

Esses valores tradicionais costumam ser transmitidos e/ou reforçados pelas famílias, que transmitem de forma implícita ou explícita às gerações subsequentes como veem o mundo e a si mesmas, o que consideram importante, aquilo que classificam como certo ou errado e o que é esperado de seus membros (Falcke & Wagner, 2005). Censi e Costa (2014), em pesquisa realizada na cidade de São Paulo, observaram a importância dos valores que são transmitidos pelas famílias e que surgem de forma a justificar e manter o comportamento de trair. Por exemplo, uma família pode reforçar crenças de que homens têm maior necessidade de sexo e de que, ao contrário das mulheres, são capazes de separar sexo e amor, o que faria com que a infidelidade fizesse parte de sua natureza (Pittman, 1994). Tais valores influenciam tanto as mulheres como os homens que crescem nestas famílias. Elas podem esperar e desconfiar constantemente de uma possível infidelidade e eles podem acreditar que devem reproduzir esses comportamentos para serem reconhecidos como homens. Pode-se, ainda, transmitir a crença de que mulheres precisam de um companheiro para se sentirem completas (Goodrich et al., 1990), fazendo com que situações de infidelidade sejam vistas como toleráveis, cabendo à mulher o papel de suportá-las e superá-las.

As experiências observadas ou vivenciadas na família de origem vêm a reforçar esses valores. Pode ser observado, em contexto clínico, pessoas envolvidas em situações de infidelidade, frequentemente, relatarem história semelhante em sua família de origem, sugerindo que ter vivido, mesmo que com sofrimento ou escutado sobre os reflexos desse fato na vida dos familiares criasse a possibilidade desse comportamento como uma opção latente - a força da fidelidade aos comportamentos familiares na transmissão transgeracional (Sattler, 2002).

### **Fatores pessoais**

Os fatores pessoais dizem respeito às características e particularidades de cada cônjuge, remontando também às experiências iniciais que eles vivenciaram no seio de suas famílias de origem e que contribuíram para o desenvolvimento de sua personalidade. As experiências iniciais apresentam grande relevância para o desenvolvimento da autonomia e da autoestima (Rauer & Volling, 2007), que, por sua vez, também tendem a estar associadas à questão da infidelidade (Sattler, 2002). De acordo com Satir (1995), a autoestima constitui o “fundamento das decisões sobre como se comportar. (...) Havendo baixo nível de auto-estima, tudo passa a ter significado pessoal: a meu favor ou contra mim” (p. 32-34). Assim, uma boa autoestima seria necessária para que a pessoa conseguisse avaliar as situações de forma adequada. Uma baixa autoestima contribuiria para a utilização de defesas diante das dificuldades relacionais e a conseqüente negação dos próprios sentimentos e necessidades, aumentando a insegurança e a vulnerabilidade no relacionamento. Dessa forma, uma pessoa com baixa autoestima pode recorrer à infidelidade como forma de provar algo ou de suprir sua carência. Em um estudo norte-americano com mais de 2000 participantes, Whisman, Gordon e Chatav (2007) constataram que pessoas com baixa autoestima e que suspeitavam que seus parceiros as estivessem traindo (real ou não) apresentavam maiores chances de serem infiéis em seus relacionamentos. Os

autores chamam atenção, no entanto, para o fato de que essa relação só se mostra presente quando os cônjuges referem baixa satisfação conjugal. Portanto, pessoas que não apresentam uma autoestima adequada podem se mostrar, também, mais suscetíveis a se envolverem em relações extraconjugais ao vivenciarem tanto o sucesso profissional de seus parceiros que obtém posição de destaque maior do que a si mesmo quanto ao vivenciarem eles mesmos experiências novas de prestígio pessoal, como promoções no trabalho, por pensarem tudo poder, inclusive a liberdade sexual (Sattler, 2002).

A Teoria do Apego também fornece elementos importantes para a compreensão da infidelidade. O estilo de apego é formado por uma representação mental originada pelas relações significativas que o indivíduo teve com seus cuidadores na infância (Bolbo, 1989). Se a criança sente que pode contar com seus cuidadores - ou seja, suas figuras de apego - nos momentos de necessidade, desenvolve um estilo de apego seguro. Se, por outro lado, percebe a figura de apego como inconstante ou indisponível, desenvolve um estilo de apego inseguro (Bowlby, 1977/2011; Johnson, 2012). Esses estilos costumam ser generalizados para as relações futuras, de forma que, ao longo da vida, o indivíduo tende a se envolver em relações amorosas cuja dinâmica se assemelha àquelas mantidas na infância com a figura de apego. Assim, pessoas com estilo de apego seguro tendem a confiar mais em si mesmas e naqueles com quem se relacionam, mostrando-se mais seguras e satisfeitas em seus relacionamentos. Já pessoas com estilos de apego inseguro podem mostrar-se ansiosas ou evitadoras. Pessoas com um estilo ansioso apresentam uma visão negativa de si mesmas e sentem dificuldade em confiar no amor do outro, demonstrando grande medo do abandono e buscando constantemente a reasseguramento do parceiro. Já pessoas com um estilo evitador sentem que podem confiar apenas em si mesmas e não se sentem confortáveis em depender ou contar com o outro, de forma que o estabelecimento de relações de intimidade se mostra um desafio (Shachner, Shaver, & Mikulincer, 2012).

A forma como pessoas com diferentes estilos de apego veem a si mesmas, seus relacionamentos e os seus companheiros mostra-se relacionada à maneira como vivenciam a questão da infidelidade. Dada sua preocupação com a manutenção da relação, pessoas com estilo ansioso veem a infidelidade como algo negativo, mas, em virtude de sua insegurança e da conseqüente insatisfação que vivenciam em seus relacionamentos, costumam envolver-se com maior frequência em relações extraconjugais. Já pessoas com um estilo evitador tendem a ver a infidelidade de forma mais positiva dadas suas dificuldades em relação à intimidade e à proximidade do outro. Essa atitude, por sua vez, também contribui para relações extraconjugais (Afonso, 2011).

A forma como se vê a infidelidade, ou seja, a atitude em relação à mesma mostra-se relevante para compreender o envolvimento em comportamentos de infidelidade independentemente do estilo de apego. Atitudes permissivas diante da sexualidade tendem a aumentar a probabilidade de casos extraconjugais, enquanto atitudes restritivas (a não aceitação do sexo fora do casamento) tendem a diminuir essa probabilidade. Nessa mesma direção, estudos comprovam que a crença e o pertencimento a uma religião contribuem para o aumento da fidelidade nos relacionamentos, uma vez que a infidelidade é considerada como falta grave de acordo com os dogmas religiosos (Blow & Hartnett, 2005).

Transtornos de personalidade também são questões a serem avaliadas nas situações de infidelidade (Bagarozzi, 2008; Kreuz 2000). Em algumas situações, o comportamento infiel pode ser compreendido como relacionado aos sintomas de transtornos de personalidade mais amplos, tais como, narcisista, borderline, paranoide ou antissocial. Nessa mesma direção, condições relacionadas ao uso de substâncias ou a transtornos do desejo sexual devem ser consideradas.

### **Fatores relacionais**

Os fatores relacionais referem-se a como os padrões de interação e de comunicação desenvolvidos pelo casal podem contribuir para a compreensão de situações de infidelidade. Nesse sentido, mostra-se necessário atentar a questões como a intimidade do casal e suas estratégias de resolução de conflitos, bem como os níveis de comprometimento e satisfação do cônjuge com a relação.

O padrão de interação do casal é constituído desde o início da relação, dando origem a expectativas mútuas e a regras que devem ser seguidas pelos cônjuges. Algumas destas são conscientes e explicitadas, enquanto outras são inconscientes e implícitas (Kreuz, 2000; Sager, 2004). A proximidade entre os cônjuges e a intimidade existente entre eles, assim como as estratégias utilizadas na resolução de conflitos, integram esses padrões. A intimidade se refere à possibilidade de falar sobre questões simples e profundas, experimentar conjuntamente alegrias e dores, além da possibilidade de desenvolver intimidade sexual (Kreuz, 2000). A falta de intimidade e o distanciamento emocional podem se mostrar presentes desde o contrato inicial ou desenvolver-se com o passar dos anos, mas criam uma cegueira relacional acerca dos sentimentos e das necessidades mútuas, o que pode contribuir para situações de infidelidade (Andolfi, 2002). No que tange à resolução de conflitos, tanto sua evitação como sua elevada frequência podem constituir fatores de risco para a relação. A evitação de conflitos introduz uma paz aparente, mas origina segredos sobre a real extensão das insatisfações dos cônjuges, podendo levá-los a desejar desafiar ou punir o parceiro. Por outro lado, conflitos frequentes, mas ineficazes na resolução dos problemas também podem aumentar a vulnerabilidade, ou de reforçar o desejo de buscar soluções fora da relação (Andolfi, 2002; Kreuz, 2000).

O comprometimento dos cônjuges com a relação é considerado um importante preditor em relação à infidelidade conjugal e “não só representa uma vinculação psicológica, como uma motivação para continuar a relação” (Afonso, 2011, p. 10). O comprometimento mostra-se relacionado à satisfação sentida na relação, à percepção de alternativas disponíveis e às possíveis perdas esperadas com o fim da relação. Quanto maior o comprometimento do indivíduo com a relação, menor sua chance de ser infiel.

Como a satisfação conjugal é um dos aspectos que contribui para o comprometimento, diversos estudos têm investigado sua relação com a infidelidade. Em uma ampla revisão sobre o tema, Blow e Hartnett (2005) identificaram relações entre insatisfação conjugal e infidelidade, sendo que essa relação pode se mostrar particularmente proeminente para as mulheres e para casos de infidelidade emocional. Outros autores (Atkins, Yi, Baucom, & Christensen, 2005) identificaram que casais em que

há infidelidade tendem a apresentar maiores níveis de instabilidade, desonestidade, discussões sobre confiança, narcisismo e tempo afastado entre os cônjuges. Também a satisfação com a vida sexual parece desempenhar um papel na infidelidade (Blow & Hartnett, 2005). Nesse sentido, uma redução na frequência das relações mostra-se associada a maiores chances de infidelidade.

Não necessariamente a infidelidade ocorre em uma relação que esteja ruim. Em alguns casos, a relação pode, realmente, não ser satisfatória e a infidelidade pode representar uma forma de sair dessa relação. Entretanto, com frequência, a relação é satisfatória, mas tem algo que está faltando: percepção de falta de interesse no sexo, de sua parte, ou do parceiro/a; ou sentimento de falta de atenção ou companheirismo, tornando a pessoa mais vulnerável a sentir-se atraída por um terceiro, com desejo de sentir-se especial (Kirshenbaum, 2008).

Conforme assinalaram Previti e Amato (2004), no entanto, a má qualidade da relação conjugal é tanto causa como consequência da infidelidade. Assim como dificuldades na relação podem contribuir para situações de infidelidade, esta também contribui para a piora da relação conjugal.

### **Fatores situacionais**

Kreuz (2000) explora outros aspectos que parecem favorecer o comportamento de infidelidade. Entre esses menciona a questão do ciclo vital da família, destacando a importância de momentos de transição. A gravidez e o nascimento do bebê, em que o homem pode antecipar ou sentir de forma real, um distanciamento afetivo da mulher; a morte de um dos pais e a tentativa de fugir da dor e tristeza; o ninho vazio, quando o casal se vê a sós novamente e descobre um vazio são momentos que podem representar pontos de vulnerabilidade. Deve-se considerar, porém, que iniciar uma relação extraconjugal em qualquer momento do ciclo vital também pode ser uma forma de “facilitar” a saída de um casamento insatisfatório.

Outros estudos investigaram o papel das chamadas oportunidades para trair. A partir de uma revisão sobre o tema, Blow e Hartnett (2005) sugerem que as oportunidades percebidas no ambiente de trabalho mostram-se particularmente relacionadas à infidelidade. Da mesma forma, casais que levam “vidas separadas” tendem a apresentar maiores taxas de infidelidade. De acordo com esses autores, considerar essas oportunidades pode se mostrar importante no trabalho clínico junto a esses casais, pois os terapeutas podem incentivar os cônjuges a se afastarem das mesmas para que possam se dedicar à relação primária.

### **A terapia com casais em situação de infidelidade conjugal**

Para trabalhar com casais apresentando a temática da infidelidade, é necessário que o terapeuta tenha algumas questões pessoais bem claras e desenvolvidas. Entre elas, a capacidade de não julgar, ou seja, que ele não tenha uma visão crítica ou moralizadora sobre esse comportamento, sendo sensível e capaz de validar o sentimento de ambos os clientes. Além disso, embora se trate de um tema doloroso para o casal e que acione sentimentos e reações fortes, o terapeuta necessita ser capaz de manter o foco da sessão sobre o tema da infidelidade, durante o tempo que julgar necessário.

Assumir uma postura ativa, oferecendo orientações e firmeza na colocação de limites, constitui-se outro atributo importante ao terapeuta (Dupree, White, Olsen, & Lafleur, 2007).

A seguir serão exploradas algumas orientações consideradas úteis, a partir da experiência clínica de umas das autoras do artigo (Sattler). Para a organização da discussão, as autoras se inspiraram no modelo proposto por Gordon e Baucom (1998) e assinalam três fases principais no atendimento a esses casais: (a) fase aguda da descoberta da infidelidade; (b) a contextualização da relação; e (c) o futuro da relação. Embora corresponda a uma frequência considerável, nem sempre a sequência do processo ocorre dessa forma e nessa ordem. Mesmo assim, oferece alternativas ao terapeuta na condução da terapia. Alguns casais recorrem à terapia em um momento posterior à descoberta da infidelidade por estarem vivenciando os reflexos da situação, já por algum tempo, não se encontrando no ápice da fase aguda. Nesses casos, é provável que o início do processo da terapia se aproxime mais da fase da contextualização da relação.

### **Fase aguda da descoberta da infidelidade**

Em se tratando de descoberta recente de infidelidade do parceiro, torna-se muito difícil para a pessoa que sofreu a infidelidade, apresentar condições de falar sobre outros assuntos. A sugestão, portanto, é iniciar falando sobre a situação: como o parceiro soube da infidelidade; se havia suspeita; como cada um reagiu; quem mais sabe; se ocorreram episódios de briga ou violência; como o casal está se comportando na presença dos filhos, caso haja; se seguem morando juntos ou se um deles saiu de casa; se houve outros episódios de infidelidade, qual foi o tipo de relacionamento extraconjugal - sua duração, periodicidade e nível de contato; o que o parceiro sabe e o que deseja ainda saber sobre o assunto (Dupree et al., 2007). Nesse quesito, é importante que o terapeuta auxilie a intermediar as perguntas sobre a situação da infidelidade. A pessoa necessita saber o que aconteceu para tentar entender, mas, por questões de privacidade do outro, existe um limite nos detalhes que tem direito a ter conhecimento.

Quando há suspeita de infidelidade, é possível observar que, em alguns casos, por questões de funcionamento intrapsíquico e da presença de ciúmes exagerado, a pessoa vive em sofrimento e traz sofrimento para a relação em virtude de uma suspeita infundada quanto ao envolvimento do parceiro com outras pessoas. Em outros casos, a infidelidade do cônjuge aparece de forma percebida como súbita e inesperada, seja porque negou os sinais ou porque confiava que a relação estivesse satisfatória. Em outros, ocorre ainda uma deslealdade extra do parceiro infiel ao negar de forma veemente as suspeitas do cônjuge, fazendo este duvidar de sua própria sanidade mental.

Essa fase do impacto inicial da descoberta da infidelidade desencadeia no parceiro uma resposta de estresse pós-traumático (Gordon & Baucom, 1998) e se caracteriza pela presença de sentimentos intensos de confusão, insegurança, raiva, ansiedade, tristeza, vergonha, perda da confiança em si e no outro, perda do rumo dos planos de vida, questionamento se a relação toda foi uma farsa. O sentimento básico é de violação do código interpessoal, em que o sistema de crenças sobre si, o outro e a relação fica alterado.

As pessoas reagem de formas diferentes ao tomar conhecimento da infidelidade do parceiro. Por funcionamento intrapsíquico ou por medo de perder o parceiro, alguns se retraem, pouco expressando o sofrimento externamente. Entretanto, a maior parte das pessoas, reagem com intensidade (Gordon e Baucom, 1998). O comportamento da pessoa que sofreu a infidelidade se torna bastante instável e, com frequência, na tentativa de diminuir a confusão e recuperar a segurança, ocorre um interrogatório obsessivo interminável.

Já a tendência da pessoa que teve o caso é o de adotar um comportamento defensivo de não querer falar sobre o assunto, seja por culpa ou vergonha. Nesse momento, é importante que o terapeuta possa ajudá-la a entender que falar sobre o que ocorreu é difícil, mas necessário. Oferecer explicações sobre o comportamento instável do parceiro são úteis, nesse momento do processo: as explosões de raiva por parte do parceiro fazem parte do momento; sua necessidade de fazer perguntas e de aumentar o controle é resultado da insegurança e dos ciúmes ativados (ou potencializados) pela infidelidade e ele necessita sentir-se escutado no seu sofrimento. Por outro lado, é necessário que o terapeuta, com suporte e validação, possa trabalhar junto à pessoa que sofreu a infidelidade para que ela expresse a raiva, a ansiedade e a tristeza de forma aceitável. Apesar do desejo de punir o parceiro, é importante ajudá-la a evitar o uso de expressões grosseiras e de humilhações que não favorecem o diálogo (Gordon & Baucom, 1998).

Assim como é importante validar a intensidade do sofrimento da pessoa que sofre a infidelidade, é também necessário entender o sofrimento presente nas pessoas que se envolvem no comportamento de infidelidade. Algumas pessoas, embora não aceitando a infidelidade do cônjuge, vivem seu próprio comportamento infiel como algo a que tem direito, ou seja, sem que sejam despertados sentimentos de desconforto. Estes, afirmam na terapia do casal, que não aceitariam e não perdoariam caso a infidelidade tivesse ocorrido por parte de seu parceiro. Por outro lado, existem aquelas que se envolvem em comportamento de infidelidade e que sentem arrependimento de forma imediata, caso este tenha ocorrido em momento de impulso. Passam a sofrer pela culpa e pelo medo da perda da relação, podendo também sentir tristeza e ansiedade frente ao sofrimento despertado no cônjuge, bem como por não reconhecerem a si mesmas, nem a seus valores no comportamento manifesto (Kirshenbaum, .2008)

Nos casos em que o comportamento de infidelidade tenha evoluído para o apaixonamento, o conflito e a ambivalência são intensos. Em algum momento, surge a necessidade de decidir sobre como prosseguir com a vida. É necessário refletir sobre qual parceiro escolher, bem como manejar o sofrimento frente a possibilidade de deixar a família e a preocupação de fazer as pessoas sofrerem

É possível observar que o casal consegue ultrapassar essa fase aguda de forma mais fluida se a pessoa que teve o caso sentir tristeza genuína e sofrimento pela possível perda do parceiro, demonstrando desejo de resgatar a relação. É importante também para o parceiro perceber que o outro está comprometido com a relação e com sua continuidade (Bagarozzi, 2008).

### **Contextualização da relação**

Quando o terapeuta percebe que a ansiedade diminui, e a pessoa ferida mostra alguma capacidade de conversar sobre outros temas que não a infidelidade em si, o terapeuta pode avançar no processo, introduzindo questões relativas à contextualização da relação: história de vida de cada parceiro, história da relação antes da infidelidade, outros fatores estressantes vivenciados pelo casal, mágoas expressadas ou não, a redescoberta de qualidades positivas do outro, bem como expectativas de cada um sobre a relação. O terapeuta necessita estar sempre atento para que o casal desenvolva a capacidade de se expressar de forma que facilite a escuta e a compreensão mútua (Dupree et al., 2007; Gordon & Baucom, 1998).

Este pode ser um período com alternância entre a euforia e a disforia (Andolfi, 2002), em que podem ocorrer longas conversas, com revelações recíprocas e, em alguns casos, a intensificação da vida sexual, pelo desejo de reduzir a ansiedade inerente à crise e de equilibrar o perigo da perda potencial. Já em outros casos, segundo a experiência clínica de uma das autoras (Sattler), a vida sexual do casal é interrompida pelo fato de o parceiro que sofreu a infidelidade não permitir intimidade e aproximação em virtude da mágoa, da raiva, bem como de questões de autoestima abalada, ou ainda, por medo de que a retomada da vida sexual possa significar ao outro que a infidelidade foi perdoada e que essa facilidade de resolução poderia favorecer a repetição da traição.

Este é ainda um período delicado e de risco para a relação. O comportamento de euforia, com intensa aproximação, é chamado por Andolfi (2002) de pseudo-intimidade, pois, segundo ele, o casal ainda não atingiu o nível de confiança necessário, o que significa que os detalhes da autoexposição compartilhados, em um primeiro momento, podem dar ao casal a sensação de franqueza e de comunicação, mas, a seguir, podem chocar e provocar devastação emocional.

À medida em que ocorre a redução da raiva, embora a ansiedade e a insegurança permaneçam, é possível uma exploração mais aprofundada de situações pessoais e relacionais. O significado da infidelidade pode ser examinado, neste momento. Mesmo que a ambivalência quanto ao compromisso com o relacionamento ainda esteja presente, tanto o envolvido na situação de infidelidade quanto a pessoa que a sofreu devem avaliar seu grau de responsabilidade nos problemas da relação como um todo, bem como nas possíveis soluções (Andolfi, 2002; Dupree et al., 2007; Gordon & Baucom, 1998).

### **O futuro da relação**

Ambos os cônjuges necessitam avaliar a opção de ficar ou sair do relacionamento. Em caso de comprometimento com a relação, a terapia passa a focar questões relativas à continuidade da relação e o contrato de não repetição da infidelidade, com o objetivo principal de criar segurança no vínculo (Dupree et al., 2007; Gordon & Baucom, 1998). Pittman (1994) também menciona a importância de trabalhar a questão do ciúme, cuja única solução é a reconstrução da confiança. É necessário aprender a identificar e a evitar comportamentos que favoreceram a relação extraconjugal, com especial atenção à introdução de medidas preventivas de estresse; atentar às mudanças necessárias na relação que são importantes para ambos; focar a reconstrução da confiança; trabalhar como lidar com as recaídas; identificar ciclos de interação negativos e o papel de cada um nesses ciclos, com o objetivo de criar novos padrões de comunicação e de interação. Devem-se buscar novas formas de expressar

mágoas e insatisfações, bem como a reorganização da rotina, introduzindo novidades no comportamento e na expressão do afeto (Dupree et al., 2007). A terapia volta a se aproximar de terapia de casal com problemáticas ligadas às necessidades e expectativas do ciclo de vida de casal em que se encontram.

Nessa etapa, podem também ser abordadas as relações do casal com suas famílias de origem, bem como as experiências vivenciadas nesse contexto. Essa é uma boa oportunidade para que se avaliem os valores e as crenças transmitidos pelas famílias de cada um, os estilos de apego de cada cônjuge e suas influências na relação conjugal.

Gordon e Baucom (1998) bem como Dupree et al. (2007) mencionam a necessidade do perdão mútuo entre os cônjuges. Embora a responsabilidade seja da pessoa que se envolveu com uma terceira, é importante que ambos reconheçam e se responsabilizem pelas dificuldades vivenciadas na relação conjugal.

Os terapeutas devem, também, estar cientes quanto à presença de flashbacks ocasionais que remetam à traição, mesmo depois de encerrada a crise. Os flashbacks, embora mais espaçados com a passagem do tempo, são ativados por situações que acionam alguma lembrança da infidelidade, provocando acessos de raiva ou reações depressivas, inclusive depois de anos de estabilidade da relação (Dupree et al., 2007; Gordon & Baucom, 1998).

### **Em caso de separação**

No processo de avaliação da continuidade ou não da relação, alguns casais podem decidir pela separação. Nesses casos, o mais frequente é a opção pela interrupção da terapia pela pessoa que decidiu pela separação. Entretanto, Dupree et al. (2007) e Gordon e Baucom (1998) afirmam a importância do perdão, mesmo nas situações com esse desfecho. O perdão facilita a ambos reconstruírem suas vidas, por não carregarem consigo mágoas e sentimentos de raiva, especialmente quando existirem filhos e para o bem destes, já que o ex-casal, mas ainda pais, necessita seguir tendo contato em função das crianças.

Em alguns casos, uma das partes já optou pela separação, mas não compartilha sua decisão nas sessões conjuntas, por questões que envolvem a justiça, como, por exemplo, a guarda de filhos ou as finanças. A informação pertence ao indivíduo e não cabe ao terapeuta revelar o conteúdo das entrevistas. Nessas situações, o terapeuta necessita avaliar as prováveis consequências das alternativas de que dispõe: se e o quanto deve ser revelado entre o casal, qual a melhor forma de trabalhar as informações no processo terapêutico, ou ainda, se julgar mais adequado, interromper o processo de terapia do casal e encaminhar ambos para terapia individual.

### **Entrevistas individuais ou conjuntas**

O terapeuta necessita construir uma relação de confiança com o casal, de forma que tenha liberdade de avaliar qual a modalidade de entrevista a ser adotada: se sessões individuais, ou sessões conjuntas. Essa decisão deve ser baseada no que parece mais produtivo naquele momento do

processo da terapia e não resultar de uma preferência ou conforto do terapeuta por sessões individuais, por exemplo.

Entre as situações que podem levar o terapeuta a sugerir entrevistas individuais, podem ser citados: sempre que a evolução do processo terapêutico se mostre paralisado; para que a pessoa que teve o caso tenha a oportunidade de explorar o significado e a importância que essa terceira pessoa representa ou representou, bem como o grau de ambivalência e de sofrimento por sua perda com o término do caso e pela possível perda do parceiro (Andolfi 2002); quando o parceiro atingido pela infidelidade apresenta fantasias de vingança ou depressão muito acentuada; quando há aparente desconforto de uma ou ambas as partes em manifestar-se na presença do outro; para identificar se o cônjuge ou a terceira pessoa possam estar na posse de informações importantes, de forma que haja o temor de represálias, caso termine uma relação ou a outra; para investigar a existência de violência ou doença mental; para que a pessoa possa avaliar se deseja seguir com a relação conjugal; e, ou ainda, para abordar possíveis temores com relação ao término. Esses espaços de entrevistas individuais podem auxiliar o terapeuta na avaliação da necessidade de encaminhamento de um ou de ambos os membros do casal para terapia individual e/ou avaliação psiquiátrica.

### **Considerações finais**

O objetivo desse artigo foi apresentar uma reflexão sistêmica acerca da infidelidade, discutindo as possibilidades de atuação do terapeuta de casais. O significado do comportamento de infidelidade varia amplamente, no entanto é inegável que se trata de um fenômeno complexo, que deve ser compreendido a partir de fatores individuais, relacionais, transgeracionais e socioculturais, aos quais o terapeuta deve estar atento. Segundo mencionado por Kirshenbaum (2008) e observado por Sattler, no contexto terapêutico, as situações de relação extraconjugal podem ser fruto de uma vulnerabilidade situacional, com arrependimento e desejo de resgatar a relação, podem envolver o apaixonamento pela pessoa com quem se teve o envolvimento ou podem, ainda, representar uma forma de sair da relação existente. Podem também representar um comportamento habitual de um ou de ambos os parceiros, por dificuldade pessoal de construir uma relação próxima e estável. Cabe ao terapeuta compreender as motivações e expectativas de cada cônjuge para, assim, poder atuar no encaminhamento da situação da melhor forma possível.

A infidelidade pode ser retratada a partir de inúmeras faces, podendo ser vivenciada de formas diversas. Nessas diferentes formas, porém, tende a existir um sofrimento interno, que, com o tempo, pode ser amenizado e trazer um crescimento emocional ou se transformar em sentimento de amargura e tristeza. Daí a importância de as pessoas envolvidas em situação de infidelidade vivenciarem o processo terapêutico até sua finalização a fim de poder prosseguir a vida.

Para que ocorra a formação do vínculo terapêutico, torna-se necessário que os dois parceiros tenham a certeza de estarem sendo compreendidos pelo terapeuta, ou seja, os cônjuges devem acreditar que o profissional não irá ficar de um lado em detrimento do outro. O terapeuta, ao mesmo tempo em que apoia o parceiro que sofreu a infidelidade, também precisa apreender a versão do que exerceu a infidelidade (Kaplan, 1999). Dessa forma, o trabalho terapêutico requer do profissional certa

maleabilidade e uma mente aberta a novas possibilidades. O caminho deve estar sempre aberto no sentido da visualização de diferentes perspectivas dos indivíduos e das situações que se apresentam.

O entendimento da infidelidade requer um olhar sistêmico do profissional, que consiga abranger a realidade sociocultural, a história pessoal, do casal e da família, as crenças internalizadas e o modo de relacionamento. Da mesma forma, o terapeuta precisa saber lidar com a posição dualista, de ver ambos os lados, de forma a criar um ambiente no qual o amor e o desejo, caso ainda existam, possam renascer ou despertar, mesmo diante das dificuldades.

## Referências

- Afonso, C. M. C. G. (2011). *Estilo de vinculação e relações extra-diádicas: Satisfação relacional e atitudes como mediadores* (Dissertação de mestrado não publicada). Mestrado Integrado em Psicologia, Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.
- Allen, E. S., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Markman, H. J., Williams, T., Melton, J., & Clements, M. L. (2008). Premarital precursors of marital infidelity. *Family Process, 47*, 243-259.
- Andolfi, M. (2002). *A crise do casal*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Atkins, D. C., Yi, J., Baucom, D. H., & Christensen, A. (2005). Infidelity in couples seeking marital therapy. *Journal of Family Psychology, 19*(3), 470-473.
- Bagarozzi, D. A. (2008). Understanding and treating marital infidelity: A multidimensional model. *The American Journal of Family Therapy, 36*, 1-17
- Blow, A. J., & Hartnett, K. (2005). Infidelity in committed relationships II: A substantive review. *Journal of Marital and Family Therapy, 31*(2), 217-233.
- Bowlby, J. (1989). *Uma base segura: Aplicações clínicas para a teoria do apego*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Bowlby, J. (2001). Formação e rompimento de vínculos afetivos. In *Formação e rompimento de laços afetivos* (pp. 167-223). São Paulo: Martins Fontes. (Original publicado em 1977)
- Costa, C. B., & Cenci, C. M. B., (2009). A relação conjugal diante da infidelidade: A perspectiva do homem infiel. *Pensando Famílias, 18*(1), 19-34.
- Dupree, W. J., White, M. B., Olsen, C. S., & Lafleur, C. T. (2007). Infidelity treatment patterns: A practice-based evidence approach. *The American Journal of Family Therapy, 35*, 327-341.
- Falcke, D., & Wagner, A. A. (2005). A dinâmica familiar e o fenômeno da transgeracionalidade: Definição de conceitos. In A. Wagner (Org.), *Como se perpetua a família? A transmissão dos modelos familiares* (pp. 25-46). Porto Alegre: EDIPUCRS,.
- Féres-Carneiro, T. (1998). Casamento contemporâneo: O difícil convívio da individualidade com a conjugalidade. *Psicologia: Reflexão & Crítica, 11*(2), 379-394
- Gordon, K. C., & Baucom, D. (1998). Understanding betrayals in marriage: A synthesized model of forgiveness. *Family Process, 37*, 425-449.
- Goodrich, T. J. et al. (1990). *Terapia feminista da família*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Jablonski, B. (1991). *Até que a vida nos separe: A crise do casamento contemporâneo*. Rio de Janeiro: AGIR.

- Johnson, S. M. (2012). Introdução ao apego - Um guia terapêutico para lidar com os vínculos primários e sua renovação. In S. M. Johnson & V. E. Whiffen (Orgs.), *Os processos do apego na terapia de casal e família* (pp. 03-16). São Paulo: Roca.
- Kaplan, H., S. (1999). *Transtornos do desejo sexual. Regulação disfuncional da motivação sexual* (J. Burnier, Trad.). Porto Alegre: Ed Artes Médicas Sul Ltda.
- Kirshenbaum, M. (2008). *When good people have affairs*. New York: St. Martin's Griffin.
- Kreuz, A. (2000). La infidelidad en la pareja. In J. N. Góngora & J. P. Miragaia (Orgs.), *Parejas en situaciones especiales* (pp. 66-76). Madrid: Paidós.
- Muraro, R. M. (2000). Uma história do homem e da mulher, e suas perspectivas para o futuro. In C. A. M. Sá (Org.), *Sexualidade humana*. Rio de Janeiro: Revinter.
- Pittman, F. (1994). *Mentiras privadas: A infidelidade e a traição da intimidade* (V. A. Veronese, Trad.) Porto Alegre: Artes Médicas.
- Previti, D., & Amato, P. R. (2004). Is infidelity a cause or a consequence of poor marital quality? *Journal of Social and Personal Relationships*, 21, 217-230.
- Rauer, A. J., & Volling, B. L. (2007). Differential parenting and sibling jealousy: Developmental correlates of young adults' romantic relationships. *Personal Relationships*, 14, 495-511.
- Sager, C. J. (2004). *Contrato matrimonial y terapia de pareja*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Santos, L. R., & Cerqueira-Santos, E. (2016). Infidelidade: Uma revisão integrativa de publicações nacionais. *Pensando Famílias*, 20(2), 85-98.
- Satir, V. A. (1995). A mudança no casal. In M. Andolfi, C. Angelo, & C. Saccu (Orgs.), *A crise do casal* (pp. 29-37). São Paulo: Summus.
- Sattler, M. K. (2002, novembro). A fidelidade saiu de moda? *Pensando Famílias*, 4, 49-55.
- Schachner, D. A., Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2012). Teoria do apego adulto, psicodinâmica e relações conjugais. In S. M. Johnson & V. E. Whiffen (Orgs.), *O processo de apego na terapia de casal e família* (pp. 17-39). São Paulo, Rocca.
- Vaitsman, J. (1994). *Flexíveis e plurais: Identidade, casamento e família em circunstâncias pós-modernas*. Rio de Janeiro: Ed. Rocco.
- Whisman, M. A., Gordon, K. C., & Chatav, Y. (2007). Predicting sexual infidelity in a population-based sample of married individuals. *Journal of Family Psychology*, 21(2), 320-324.
- Zampiere, F. M. A. (2004). *Erotismo, sexualidade, casamento e infidelidade. Sexualidade conjugal e prevenção do HIV e da AIDS*. São Paulo: Ágora.
- Zanello, V. (2008). Xingamentos: Entre a ofensa e a erótica. In *Fazendo Gênero 8 - Corpo Violência e Poder*. Florianópolis, Brasil.

#### Endereço para correspondência

marlisattler@gmail.com

Enviado em 02/04/2017

Aceito em 29/05/2017