

Vínculos e Saúde Mental

A634v Anton, Iara L. Camaratta
Vínculos e saúde mental / Iara L. Camaratta Anton. – Novo
Hamburgo : Sinopsys, 2018.
16x23cm; 448p.

ISBN 978-85-9501-057-4

1. Psicologia – Vínculos. I. Título.

CDU 159.922

Catálogo na publicação: Mônica Ballejo Canto – CRB 10/1023

Vínculos e Saúde Mental

IARA L. CAMARATTA ANTON



2018

© Sinopsys Editora e Sistemas Ltda., 2018

Vínculos e Saúde Mental

Iara L. Camaratta Anton

Capa: *Fabiana Franck*

Assistente editorial: *Jade Arbo*

Supervisão editorial: *Mônica Ballejo Canto*

Editoração: *Formato Artes Gráficas*

Todos os direitos reservados à

Sinopsys Editora

Fone: (51) 3066-3690

E-mail: atendimento@sinopsyseditora.com.br

Site: www.sinopsyseditora.com.br

*À minha família,
com meu amor.
E a você,
querido leitor,
que é quem dá sentido a esta escrita.
Eternamente grata!*



Iara L. Camaratta Anton. Psicóloga. Especialista em Psicologia Clínica pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS). Especialista em Psicoterapia de Orientação Psicanalítica pela PUCRS. Formação em Terapia de Casal e de Família (Domus/Porto Alegre/RS). Formação em Psicanálise dos Vínculos (Instituto Contemporâneo/Porto Alegre/RS). Autora de: *A escolha do cônjuge – um entendimento sistêmico e psicodinâmico*; *Homem e mulher: seus vínculos secretos*; *O casal diante do espelho: psicoterapia de Casal – teoria e técnica*. Site: www.iaracamaratta.com.br

A psicologia e a psicopatologia da emoção são em grande parte consideradas como a psicologia e a psicopatologia dos laços afetivos

(Bowlby, 1985, p. 40).



Sumário

Prefácio	17
<i>Felix H. P. Kessler</i>	
Apresentação	23
<i>Aristides Volpato Cordioli</i>	
Introdução	33
1 Vínculos	37
Introdução	37
Vínculos	38
Atualidades	39
Refletindo sobre nossos vínculos	43
2 Apego	45
Introdução	45
Teoria do Apego	45
Apego e família	49
Apego e conjugalidade	56
Apego: funcionalidades e disfuncionalidades	60
Homenagem póstuma a um menino de 8 anos	63
"Presença sensível"	64
3 O "eu" e o "outro"	67
Concepção: do fenômeno à metáfora	67
A marca das diferenças	68

O “outro” como introdutor do “novo” e do “diferente”	69
A autorização para o amor	71
Ritos de passagem.....	73
“Sim!”	75
Trânsito livre entre famílias de “fronteiras cerradas” e famílias de “fronteiras difusas”	76
Amores fusionais	79
O espelho vincular.....	82
A relação especular na idade adulta.....	86
O amor em famílias de “fronteiras permeáveis”	87
4 Entre o passado e a história	91
Por “vasos comunicantes”	91
Pactos e acordos conjugais.....	93
“Teatros da alma” e conjugalidade	96
Mudanças: perdas e ganhos	98
Não registrado, não historizado e não significado	99
Telescopiação transgeracional.....	103
Desvendando segredos e revelando a história no contexto terapêutico	105
O vínculo terapêutico na psicoterapia de casal	109
5 Direito à privacidade: um velho dilema entre pais e filhos	113
Introdução	113
Ciclos da vida.....	114
O estágio da paixão	115
O fim do estágio da paixão	116
Intimidade e distância	120
Triangulando: o nascimento dos filhos e o destino da privacidade conjugal.....	125
Quando o adolescente fecha suas portas.....	127
6 Família: casamento, lar ou prisão?.....	133
Introdução	133
Histórias de família no contexto terapêutico	134
Imposição e aceitação de papéis e funções antinaturais	136
Oposições catastróficas	140
Entre o pai, a mãe e a relação amorosa	143

Um amor materno escondido	146
Relação terapêutica	148
7 “Encaixes perfeitos” ou “laços de família”	157
Introdução	157
Questionando a hipótese inicial	157
Unidade, união, vínculo	159
Genograma familiar e escolha do cônjuge.....	162
Escolha conjugal como indício de saúde	164
A dança conjugal	167
Intervenções terapêuticas.....	170
8 A privacidade e o segredo: reflexões de ordem clínica	173
Entre a privacidade e o segredo	173
Uma questão de fronteiras.....	177
Tabus	180
Jogos de poder, alianças, inclusões e exclusões.....	182
Segredos precocemente revelados em terapia	185
Segredos insinuados em terapia	186
A sondagem terapêutica.....	188
O trabalho terapêutico envolvendo conteúdos secretos	189
9 Vínculos e saúde mental	193
Introdução	193
DSM-5	194
Funcionalidades e disfuncionalidades vinculares.....	196
Apego, perda e seus reflexos na saúde mental	199
Disfunções e transtornos mentais em casais e famílias.....	203
Reações perante diagnósticos clínicos/psiquiátricos	206
Apoio, intervenções psicoeducacionais e psicoterapias	208
Psicoterapias em busca da reconstrução de significados	210
E quando os transtornos não são propriamente mentais, mas tipicamente relacionais ou vinculares?.....	214
10 Solidão	217
Introdução	217
Máscaras: diferentes faces para uma solidão dolorosa.....	220
Interpretando a solidão: o ursinho panda	222
Interpretando a solidão: o agasalho de lã	224

Interpretando a solidão: os soldados vão à luta.....	226
A “solidão absoluta” ou “a vida decreta sua própria morte”.....	227
Solidão em casamentos supostamente felizes.....	229
Mitos familiares versus fantasias inconscientes	231
Castelos de areia	233
A ânsia em preservar imagens.....	234
Recursos terapêuticos plurais	237
11 Homem e mulher – seus vínculos secretos: recortes.....	241
Introdução	241
Sexo virtual (como preferência ou exclusividade):	241
– um pedido de divórcio.....	241
– Curiosidade e temor.....	243
– Promiscuidade familiar: quando o novo e o antigo se enlaçam	244
– Ansiedades ligadas a dificuldades afetivas	246
– Ansiedades sexuais.....	246
– Sentimentos manifestados por adeptos do sexo virtual.....	248
– O sexo virtual como vício.....	250
– Sobre o gozo imediato	253
– Adultério virtual <i>versus</i> divórcio.....	254
– O vício em sexo virtual, o adultério virtual e a Ajuda psicoterapêutica.....	255
A escolha de parceiros: motivações inconscientes e ajuda terapêutica	257
– Introdução	257
– Psicoterapias versus relações interpessoais.....	257
– Parcerias disfuncionais	257
– Paciente e terapeuta frente a um terceiro excluído.....	258
– A escolha de parceiros.....	262
– História pregressa versus história atual	264
– Sujeito e objeto: conflitos inconscientes	265
– Amor romântico versus conflito no setting terapêutico	266
12 O mistério dos triângulos.....	269
Introdução	269
Triângulos: metáfora ímpar	269
Das relações diádicas às triangulares	274

Sobre o Complexo de Édipo	275
Édipo revisitado, segundo Haydée Faimberg	281
O “quarto termo”, segundo Berenstein.....	283
O complexo de Édipo compartilhado pelos irmãos	287
Triangulações funcionais.....	289
13 Patologia dos triângulos.....	293
Introdução	293
A ânsia pelo “objeto único”	296
“Almas gêmeas”.....	300
Efeitos transgeracionais.....	303
De Narciso a Édipo.....	305
Nora <i>versus</i> sogra.....	308
Ciúme, inveja, deslealdades.....	312
O psicoterapeuta familiar e o triângulo terapêutico	314
14 Transtornos de ansiedade.....	317
Introdução	317
– Encaminhamentos.....	317
Impressões iniciais	318
O perigo e o medo	321
Transtornos de pânico x reações de pânico	324
As fobias.....	328
As bases infantis.....	331
15 O sujeito fóbico, sua família e seu “objeto acompanhante”	343
Introdução	343
Fatores biológicos ou familiares?	345
O parceiro eleito	351
Necessidades compartilhadas	353
Resistências à superação da fobia, por parte do cônjuge e/ou do objeto acompanhante	355
Abordagens em psicoterapias.....	357
16 Amores tantalizantes: sofrimentos que não têm fim.....	363
Introdução	363
Amores tantalizantes.....	364
Sujeito e objeto	366
Motivações e conflitos inconscientes.....	369

- Anseios regressivos	369
- Sentimentos de culpa inconscientes x lealdades familiares	372
- Sheron, em contribuição à pesquisa, alguns anos após terapia individual	373
Em terapia	374
17 Intimidade	385
Introdução	385
Intimidade	385
Alteridade	386
O "outro" e a "constituição de si mesmo"	387
Intimidade em terapia	389
O estágio da paixão e as ilusões de intimidade	391
A intimidade no vínculo do amor	394
Confiança	399
18 Do vínculo familiar ao vínculo terapêutico – e vice-versa	407
Introdução	407
A capacidade de vincular-se	408
Individualidade e o vínculo	413
Vínculos iniciais versus vínculos terapêuticos	415
Aliança terapêutica: sua natureza vincular	418
Do círculo vicioso à espiral libertadora	421
Sobre o término de terapia	424
Epílogo	429
Referências	433



Prefácio

Não posso deixar de iniciar os comentários sobre o livro *Vínculos e saúde mental* sem relatar que a minha convivência com Iara começou em minha tenra infância.

Em função da proximidade dos lares, desenvolvi grande amizade com seus filhos, tendo frequentado sua casa e o sítio que construiu com paixão, fazendo deste um belo espaço de lazer entremeado pela natureza, pelo afeto dos amigos e dos familiares. Infelizmente, o tempo e os afazeres do mundo pós-moderno trouxeram consigo a distância, não tendo, entretanto, apagado da minha memória a sua dedicação à família, às produções literárias, aos estudos e pacientes. Recordo-me claramente das noites em que buscava o ambiente acolhedor de sua casa para jogar xadrez, Master, canastra... Enquanto isso ela, incansavelmente, datilografava seu primeiro livro. Também percebi sua alegria ao comprar uma máquina de escrever nova com corretor automático, que não exigia reiniciar a digitação ou rasgar páginas a cada erro. Confesso que ficava impressionado com sua persistência e paixão. Como alguém podia trabalhar naquele horário tão propício para “brincar” ou descansar? Mais adiante, com o livro pronto e sua repercussão, tudo passou a fazer sentido. Hoje, tenho a real dimensão do que a publicação de um livro significa e o valor da difusão do conhe-

cimento que proporciona. De certa forma, segui seus passos. Certamente, seu exemplo me influenciou, consciente e inconscientemente, na escolha pela Psiquiatria e pela docência.

Portanto, Iara, aproveito a oportunidade para expressar minha admiração e gratidão, além de revelar minha surpresa e satisfação de prefaciar esta obra tão significativa e relevante.

Após este preâmbulo, sinto-me à vontade para ressaltar que a temática escolhida é desafiadora, atual e de grande interesse, principalmente numa época onde a noção de um mundo com características VUCA (tradução – volátil, incerto, complexo e ambíguo) parece estar se confirmando. Agrega-se a isso o fenômeno das novas tecnologias e redes sociais, que afetam diretamente o modo com que os seres humanos estão se relacionando.

Nota-se que, com o avanço da sociedade de consumo e competitividade quanto à aquisição de produtos, incrementam-se as defesas narcísicas, arrefece-se o olhar empático e também a compaixão. Os novos relacionamentos tornam-se mais fugazes e a busca pelo prazer efêmero e intenso adquire *status* de idealização, em detrimento de vínculos mais profundos. A juventude se embriaga com a ideia quase dogmática de um paradigma de vida pouco original com um estilo hedonista, tatuando na mente o *meme* YOLO (You Only Live Once, ou seja, só se vive uma vez) para justificar ações impulsivas e inconsequentes ou a chamada “vida louca”. Consequentemente, os amores, a sexualidade, e, mais recentemente, o gênero dos indivíduos tornam-se mais líquidos, sem fronteiras, apego ou diferenciação. Contudo, esse fenômeno tem um preço: sentimentos de solidão, desemparo e vazio. Talvez por isso perceba-se cada vez mais nos pacientes um crescente anseio por maior aproximação, nem sempre concretizado. Casamentos de longa duração vão se tornando mais raros, *démodé*, sendo até temidos e muitas vezes desaconselhados. Exatamente nesse sentido, este livro agrega valor, lançando novos olhares sobre os conflitos e suas repercussões nas duplas (trios, quartetos...) amorosas.

A autora perpassa inúmeras temáticas e conceitos da psicologia e psiquiatria para dissecar tipos de vínculos ou até pseudovínculos em que apenas uma ou nenhuma das partes está conectada à outra. Demonstra que a confiança e o respeito, tão necessários, nem sempre estão presentes, e que a alteridade deve ser uma condição *sine qua non* para uma verdadeira e genuína intimidade. Isso vale para outras relações como as de amizade e até as terapêuticas. Assim como não existe um bebê sem cuidador ou mãe, segundo Winnicot, não existe um vínculo real quando apenas uma das partes investe no outro, na busca de uma intimidade mais profunda.

Ao mesmo tempo, o livro nos faz pensar em outros paradoxos do novo milênio. Por exemplo, como não sucumbir à “produtização” da chamada “felicidade a dois” que, ao surgir como solução artificial para o desamparo, desmorona casais com a simples chegada de um filho?

Iara, além de discorrer sobre as fronteiras ou limites dos apaixonados, tece reflexões sobre os “deslizes” narcísicos, que podem ser imperdoáveis ou consumir a dupla em um périplo torturante e interminável de acusações, ressentimentos, mágoas e rancores. Descreve casais que se agriem amiúde, sufocados em um subterrâneo de raivas incandescentes prestes a eclodir em gestos e palavras ofensivas. Nestes casos, prega-se a tolerância, mas raramente ela viceja graciosamente no campo dos “diálogos” ou “monólogos crônicos”. Então, nascem perguntas como: Quando se desvela a dependência, dominação, machismo, assédio ou abuso nas relações? E o que pensar do contrassenso de casais unidos pela dependência química de um ou de ambos, muitas vezes separados pela abstinência das drogas? Será que os vazios e o medo do abandono, confundidos com a paixão, prevalecem como força motriz da busca incessante e frustrante por uma fusão e totalidade, em vez de procurarem uma certa intimidade possível?

A autora aborda os tipos de intimidade, como a verbal e sexual, e sugere, sabiamente, que a evolução destas só é possível a partir do

autoconhecimento. Sabe-se que essa busca corre em paralelo com a procura por identidade e autoafirmação. Mas quais as doses de verdade ou consciência sobre si e sobre o outro que se pode suportar? Qual a medida certa? Até onde os segredos e revelações indiscretas podem minar a “saudável” e “cega” convivência amorosa? Quando parar e simplesmente desfrutar do enlace neurótico imperfeito? Juntamente, há a necessidade interna do pertencimento a um grupo, de ser reconhecido como competente perante o outro e a sociedade. Tudo isso permeia o processo de vínculo. Nessa direção, quando pensamos em uma relação terapêutica, Iara comenta sobre os cuidados narcísicos do terapeuta em intervenções que transpassam a barreira da intimidade e resvalam para o abuso ou intervenções a serviço do autoengrandecimento ou competição velada, fomentadas por intensa inveja das qualidades e conquistas alheias.

Nota-se que Iara passeia por esses e outros assuntos pantanosos, porém inevitáveis, como aspectos da subjetividade e privacidade de forma elegante e culta, iluminando-os com ideias próprias e de autores renomados ou poetas. Brinca com as palavras, entremeando-as com as emoções ilustradas pelos arquétipos dos personagens da literatura e figuras artísticas com pensamento científico de pensadores do psiquismo humano. Em um dos capítulos, imaginei um debate improvável e aguerrido entre os aprisionados Tântalos e Marquês de Sade com Freud e Dostoiévski, onde cada um expunha suas certezas ou convicções sobre as dores da alma e possíveis soluções. A partir da tragédia grega, Freud monopolizaria a conversa fazendo uma digressão sobre ser o cultivo redundante de comportamentos dolorosos apenas uma expiação de culpa e autopunição ou extravasamento através da incessante busca por uma descarga compulsiva das raivas reprimidas em busca de alívio e o reencontro com as memórias dos objetos abusivos passados. Destrutividade, instinto de morte e projeção? Crime e castigo *versus* culpa e reparação? Outras hipóteses poderiam ser discutidas pelo grupo *ad eternum*, como no mito de Sísifo. Será que um

dia chegaremos a alguma dessas respostas? Devo exercitar a continência e parar por aqui para não ser *spoiler* do capítulo.

Por fim, destaco os elucidativos casos clínicos apresentados pela autora que permitem ao leitor transcender do terreno teórico à dimensão da prática clínica. Em vários momentos, Lara traz sugestões, dicas diagnósticas e estratégias terapêuticas, o que lança luz ao nebuloso e cinzento mundo do tratamento psicoterápico das patologias vinculares. Diante da riqueza da exposição de temas tão instigantes, a autora consegue cativar e desenvolver uma ligação intrínseca entre leitor e escritor na busca por respostas impossíveis, mas que desencadeiam o prazer epistemológico das descobertas, ampliam a mente e suscitam a tão desejada conexão íntima entre as pessoas.

Felix H. P. Kessler

Psiquiatra, PhD, Professor do Departamento de Psiquiatria e Medicina Legal da Universidade Federal do Rio de Sul (UFRGS)



Em sua longa trajetória como educadora, psicóloga e terapeuta individual, de casal e de família, Iara Camaratta Anton teve sua atenção voltada para a importância dos vínculos afetivos ou do apego no desenvolvimento normal da criança e por estarem, com muita frequência, associados ao sofrimento e à infelicidade das pessoas, e a dificuldades de relacionamento na vida adulta, como a de encontrar um parceiro e constituir família. A autora aborda a questão dos vínculos em diferentes contextos terapêuticos, onde se constituem, inevitavelmente, em tema central. Conforme afirma, a principal intenção da obra é instigar a necessidade de se valorizar a questão do apego, numa época em que parecem haver crescente superficialidade e relações cada vez mais efêmeras.

Essencial para a sobrevivência do indivíduo e da própria espécie, a importância do apego e dos vínculos afetivos foi abundantemente evidenciada por um grande número de estudos, destacando-se os trabalhos de Konrad Lorenz, René Spitz, Anna Freud, Dorothy T. Burlingham, Harry Harlow, Mary Ainsworth, D.W. Winnicott, Michael Rutter e, sobretudo, John Bowlby entre outros. O resultado é uma inestimável quantidade de dados e teorias sobre o apego, as consequências de sua ausência, ruptura ou fragilidade, o que mudou profundamente nossas concepções e nossas práticas sobre o cuidado das crianças. Produziu,

ainda, um importante efeito sobre a prática psicoterápica, que passou a dar um crescente valor ao vínculo terapêutico como condição essencial para o sucesso da terapia.

A título de apresentação de *Vínculos e saúde mental*, o novo livro de Iara, apresento um breve resumo de algumas das observações, experimentos e teorias relacionados com o apego, que muito me impressionaram em meus tempos de residente e de iniciante na carreira de psiquiatra, e que, a meu ver, contribuíram extraordinariamente para o nosso conhecimento sobre esse importante aspecto da natureza humana.

Um dos pioneiros no estudo do apego foi Konrad Lorenz que, em razão de seus estudos sobre o comportamento animal e etologia, foi agraciado com o prêmio Nobel em 1973. Lorenz (1935) observou que filhotes de gansos se apegavam ao primeiro objeto em movimento que avistavam depois do nascimento. Na maioria das vezes era a própria mãe, mas poderia também ser o pesquisador ou até mesmo um ganso artificial de madeira que se movesse. Denominou esse tipo de aprendizagem de *imprinting*. Lorenz verificou ainda que havia um período crítico para o estabelecimento do *imprinting* ou do apego.

O foco das primeiras observações era a privação *materna* (*maternal deprivation*) pela convicção derivada das teorias psicanalíticas da importância dos vínculos da criança com sua mãe. Uma fonte inestimável de dados sobre o apego e os efeitos de sua privação adveio da observação de crianças que, em razão de guerras (a Guerra Civil Espanhola e a Segunda Guerra Mundial), haviam sido separadas de suas mães e das famílias. Na Espanha, durante a Guerra Civil Espanhola, milhares de crianças, especialmente filhos de republicanos que haviam perdido a guerra e que haviam sido mortos ou haviam desaparecido, foram enviadas para países como a França ou tão distantes como o México ou a Rússia, para “terem uma vida melhor”. Na Inglaterra, muitas crianças foram separadas de suas mães e de suas famílias e enviadas para albergues ou orfanatos no campo, para serem protegidas dos bombardeios. Muitas delas haviam perdido suas famílias e foram enviadas para orfanatos. O problema assumiu tais proporções que chamou a atenção dos

profissionais e das autoridades que passaram a estudar o que inicialmente era chamado de privação materna (*maternal deprivation*) e a propor políticas para redução dos danos causados por tais separações. Anna Freud e Dorothy T. Burlingham, René Spitz e John Bowlby observaram essas crianças e fizeram relatórios que modificaram as práticas do cuidado de crianças especialmente as que viviam em instituições.

Anna Freud e Dorothy T. Burlingham, em 1943, escreveram o livro *War and Children (A guerra e as crianças)* relatando as reações psicológicas das crianças aos reides aéreos, bombardeios, destruição de suas casas, dissolução dos lares, evacuações, início precoce da vida social, falta de compreensão dos acontecimentos, e separação da família, etc. O livro se constituiu num manual com orientações práticas de como lidar com as crianças quando era imperiosa a necessidade de evacuá-las e enviá-las para o campo ou serem internadas em abrigos ou instituições para não correrem risco de vida, necessitando ser separadas dos pais e, em especial, de suas mães. Muitas eram órfãs. Salientam, sobretudo, a necessidade de fazer essa separação de forma gradual e de preservar o máximo possível a ligação afetiva com as mães.

René A. Spitz, na mesma época, focou sua atenção nos efeitos da privação materna e emocional em crianças que haviam sido abandonadas e que haviam sido institucionalizadas. Foi o primeiro psicanalista a fazer observações diretas de crianças, para observar o seu desenvolvimento ou para observar o efeito do abandono e da separação materna. Cunhou o termo "depressão anaclítica" para designar as reações da criança ao abandono por parte da mãe depois que haviam convivido e formado um vínculo. Destacou ainda que, se o vínculo fosse refeito num período de três a cinco meses, a recuperação era imediata. Se a privação durava mais de cinco meses, ocorriam reações cada vez mais graves, desde pequenas alterações comportamentais até a perturbações de personalidade. Designou de "Hospitalismo" reações mais graves das crianças como mutismo, atrasos no desenvolvimento físico e intelectual que ocorriam em situações de abandono extremo e em razão da institucionalização em hospitais ou orfanatos por longos períodos. Embora

seus conceitos de “depressão anaclítica” e “hospitalismo” tenham caído em desuso, por serem pouco precisos e designarem uma variedade de comportamentos que poderiam incluir o autismo, psicose, deficiência intelectual entre outros, suas observações sobre privação materna e desenvolvimento infantil tiveram grande impacto na reformulação dos métodos adotados em hospitais, institutos, orfanatos no manejo de crianças que viviam nessas instituições.

John Bowlby foi convidado pela OMS em 1951 para estudar crianças que haviam sofrido privação materna durante a Segunda Guerra Mundial, por terem sido separadas de suas mães e enviadas para abrigos, bem como crianças criadas em orfanatos por terem perdido os pais. Também estudou crianças que haviam sido internadas durante 5 meses a dois anos para tratamento de tuberculose. Para Bowlby, em reação da privação materna, essas crianças tenderiam a apresentar no futuro algum nível de retardo intelectual, social ou emocional e em casos mais extremos uma das consequências seria a incapacidade para se afeiçoar a outras pessoas. Foi a partir dessas observações que elaborou sua Teoria do Apego de grande aceitação até os dias atuais.

Na formulação da Teoria do Apego Bowlby, adotou uma perspectiva biológica para explicar a formação dos primeiros laços afetivos. Para ele, a propensão a estabelecer vínculos emocionais no início da vida em relação indivíduos específicos, usualmente a mãe, é um componente básico, faz parte da natureza humana. Por serem totalmente indefesos, os recém-nascidos são programados geneticamente para criar um vínculo com suas mães a fim de garantir sua sobrevivência, e as mães, da mesma forma, são programadas para se apegarem aos seus bebês e para sentirem a necessidade de mantê-los próximos. São, portanto, dois sistemas biológicos – o do apego e do cuidado – que garantem a sobrevivência do bebê. A figura de apego representa também um refúgio diante de situações de medo e de ameaça e uma base segura a partir da qual a criança exploraria o mundo a sua volta. Manifesta-se ainda por ansiedade de separação quando a figura de apego se afasta. Para Bowlby, existe um período crítico na vida da criança (os primeiros 24 meses) para estabelecer o vínculo. Se o vínculo

não se estabelecer ou se for quebrado durante esse período, a criança poderá sofrer danos graves e permanentes.

Os estudos e a teoria do apego de Bowlby tiveram grande influência nos padrões de educação e do cuidado de crianças, na melhoria do cuidado em orfanatos, hospitais e instituições, no sentido de minimizar os efeitos da separação materna. Houve também uma forte pressão para que as mulheres, que durante a guerra haviam saído de casa para exercer tarefas que eram consideradas masculinas, para que voltassem para casa para permanecer próximas de seus bebês.

Uma crítica que é feita a Bowlby foi o fato de afirmar que o apego seria sempre em relação a uma mulher (a mãe ou a mãe substituta) e nunca em relação ao pai, supervalorizando, portando, importância do vínculo com a mãe, em detrimento de outras figuras de apego, como por exemplo o pai, os avós, etc. Esse ponto de vista foi, posteriormente, contrariado pelo estudo de psicólogos como Rudolph Shaffer e Ross Parker, que comprovaram que os homens têm a mesma capacidade que as mulheres para prover vínculos afetivos. Demonstraram, ainda, que filhos de mulheres felizes em suas profissões têm um desenvolvimento melhor do que filhos de mães frustradas por permanecerem em casa. Nessa mesma direção, estão as observações feitas por Bruno Bettelheim de que crianças criadas nos *kibutzim* em Israel desenvolviam fortes laços de amizade entre si, menos do que com adultos, e embora não tivessem ligação com nenhum pai em particular, e se tornavam adultos bem sucedidos.

Mary Ainsworth havia trabalhado com John Bowlby em Londres e, em 1969, testou a Teoria do Apego num experimento que ficou conhecido como “A Situação Estranha”. Sua hipótese era de que poderia haver distintos tipos de apego. Para testá-la, observava as mães interagindo com seus bebês numa sala com brinquedos. Observava o que ocorria depois da entrada de um estranho no local, o que ocorria quando a mãe se ausentava deixando a criança com o estranho e, sobretudo, suas reações quando ela retornava. A maioria das crianças apresentava o que Ainsworth chamou de um apego seguro: ficavam ansiosas com a saída da mãe, mas brincavam felizes na sua ausência, mesmo diante de

um estranho, desde que a mãe estivesse por perto e fosse facilmente acessível. Um segundo grupo de crianças caracteriza-se por ser quase indiferente à presença da mãe, e praticamente não se perturbava com sua ausência. E, por fim, havia um terceiro grupo de crianças que ficavam muito perturbadas na presença do estranho, mesmo com a presença da mãe, e reagiam com indiferença, irritação ou recusa de contato com a mãe, quando ela, depois de ter se ausentado, retornava.

Uma questão que fica é se esses padrões de apego são estáveis no longo prazo. Também não ficou comprovado se os padrões de apego têm a ver com a sensibilidade da mãe, sua capacidade de proporcionar afeto, segurança e se eles têm relação com os padrões de vínculos do indivíduo da idade adulta.

Em 1972, Michael Llewellyn Rutter ampliou as concepções de Bowlby sobre privação materna em sua publicação "*Maternal Deprivation Re-assessed*" ("Privação Materna Reavaliada"). Para Rutter, a privação materna deve ser vista como um "fator de vulnerabilidade" em vez de um agente causador de distúrbios na idade adulta. Demonstrou ainda que as crianças podem formar vínculos com várias figuras de apego e, até mesmo, com objetos inanimados. Chamou a atenção também para o efeito de ambientes com privação de estímulos emocionais e de aprendizagem, que acompanham a privação materna, e para o seu efeito no crescimento da criança.

A questão do apego a objetos inanimados encontra eco nos fenômenos e objetos transicionais descritos por Winnicott, que formulou hipóteses para o seu significado. Para esse autor, esses objetos de apego (fraldas, ursinhos de pelúcia, mamadeira, bico), bem como os fenômenos transicionais (enrolar o cabelo, coçar a orelha antes de dormir, agarrar-se a uma fralda), fazem parte do desenvolvimento normal e auxiliariam o bebê a fazer a transição da dependência absoluta para a dependência relativa em relação à mãe, processo que é crucial para o seu desenvolvimento. Winnicott destacou ainda a importância do que chamou de mãe "suficientemente boa", aquela que tem capacidade de suprir e se adaptar às necessidades do bebê, de se identificar com ele, de exercer as funções de *holding*, de apoio na fase em que ele é inteiramente dependente.

Dentre os autores que estudaram o apego destaca-se Harry Harlow. Em 1959 fez os clássicos experimentos conhecidos como o das mães de arame e mães de pano. Demonstrou que filhotes de macacos *Rhesus* que haviam sido separados de suas mães desenvolviam um forte apego a bonecos cobertos com um pano macio, aconchegantes, mesmo que não tivessem mamadeira (mães substitutas de pano), mas não se vinculavam às mães de arame embora elas tivessem mamadeira. Verificou ainda que os filhotes que haviam se vinculado às mães de pano passavam a maior parte do tempo agarrados a elas, se agarravam a elas quando um objeto ameaçador era introduzido na jaula. O mesmo não ocorria com os filhotes que haviam sido criados com as mães de arame com as quais não haviam se apegado. Diante de situações em que se sentiam ameaçados não se agarravam a elas e ficavam mais perturbados que os que haviam sido criados com as mães de pano. Concluiu que o mais importante para desenvolver o apego não era o fato de a mãe proporcionar alimento, como se acreditava, e sim o contato físico que acontecia junto com a amamentação. Mesmo sendo questionável o quanto das conclusões de Harlow podem ser transpostas para a espécie humana, seu trabalho teve grande influência e modificou as práticas do cuidado com as crianças na valorização do contato físico.

A partir dos experimentos relatados, convicções, crenças e, sobretudo, as atitudes no que se refere o cuidado de crianças passaram por grandes modificações. Há hoje em dia uma convicção muito forte de que existência de um vínculo afetivo sólido, profundo e duradouro é uma condição crucial para que a criança se sinta segura, tenha a necessária confiança para explorar o mundo à sua volta, desenvolva a autonomia a autoconfiança, e tenha um desenvolvimento normal e não perceba o mundo e as pessoas como ameaças. É crucial também para o indivíduo ser capaz de estabelecer laços afetivos quando se tornar adulto, de escolher de parceiros que o façam feliz, proporcionem experiências e trocas enriquecedoras, tanto afetiva como cognitivamente, Moldará as expectativas que a pessoa levará para essas relações, tanto aquelas destinadas a suprir desejos, necessidades, compartilhamento de afetos, como

de planos e projetos de vida. Serão cruciais para que o indivíduo possa confiar, ter intimidade e de se envolver em amor romântico e ser feliz.

Acredita-se que as figuras de apego podem ser várias e não necessariamente a mãe, como se supunha inicialmente. Acredita-se que existem períodos críticos para o estabelecimento do apego e da autoconfiança, mas as evidências apontam que a criança é vulnerável a vínculos frágeis, a rupturas, e à falta de um ambiente que lhe proporcione afeto, segurança e modelos parentais estáveis, num período mais longo, que pode se estender, no mínimo, até a adolescência. Fatores que extrapolam o âmbito do vínculo propriamente dito, como ambientes de discórdia, agressividade, falta de estímulos sensoriais e cognitivos, desnutrição e a própria genética, podem ter um peso muito grande na vulnerabilidade dos indivíduos para situações de abandono ou separação, para citar alguns, e para problemas e transtornos de várias ordens na idade adulta.

Em *Vínculos e saúde mental* Iara Camaratta Anton aborda questões clínicas relacionadas aos vínculos e ao apego, no contexto da terapia individual, de casal e de família, à luz das teorias sistêmicas e psicodinâmicas e da teoria do apego, de Bowlby, como a questão da intimidade e do segredo, dos triângulos, do relacionamento do sujeito fóbico com seus pares, com os quais frequentemente são estabelecidos elos de mútua dependência – para citar alguns dos temas abordados e de grande relevância clínica. Em seu livro, Iara nos brinda com uma grande quantidade de exemplos clínicos que ilustram a questão dos vínculos, do modo como eles se manifestam em disfuncionalidades e em transtornos emocionais, e na própria adesão a diferentes modalidades de tratamento no dia a dia do terapeuta de casal. Esses exemplos, bem juntamente como as demais considerações que a autora faz ao longo do livro, podem ser transpostos para situações clínicas da terapia individual.

Com *Vínculos e saúde mental*, Iara Camaratta Anton pensa em fechar uma tríade que se complementa com *A escolha do cônjuge: um entendimento sistêmico e psicodinâmico* e *O casal diante do espelho: psicoterapia de casal – teoria e técnica*. Escrito numa linguagem clara, de leitura agradável, prende a atenção do leitor pela importância do tema e pelo

ângulo inusitado com que a autora aborda as situações clínicas. Com toda propriedade, chama a atenção para a necessidade de que valorizemos os nossos vínculos, quer no terreno pessoal, quer no profissional e, de um modo muito especial, para a capacidade de formar alianças terapêuticas verdadeiras e efetivas com os pacientes, sem as quais é impraticável que sejam construídos conjuntamente os caminhos que conduzem à preservação e/ou à conquista de saúde. Em síntese, numa época em que muitos relacionamentos são superficiais e efêmeros, o tema “vínculos” ganha espaço e reconhecimento, na construção, na preservação e/ou na recuperação da saúde mental.

Aristides Volpato Cordioli

Professor aposentado do Departamento de Psiquiatria e
Medicina Legal da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
Mestre e Doutor em Psiquiatria pela UFRGS.



Introdução

*Ainda que eu fale a língua dos homens e dos anjos,
se não tiver amor,
serei tão somente como o metal que soa
ou como o címbalo que retine.*

*Ainda que eu tenha o dom da profecia,
e conheça todos os mistérios e toda a ciência,
e ainda que eu tenha toda fé,
de maneira tal que transporte os montes,
se não tiver amor, nada serei.*

São Paulo de Tarso/Apóstolo
Bíblia Sagrada. 1 Coríntios 13:1-13.

Vínculos e saúde mental é fruto de incontáveis pesquisas teóricas, de vivências clínicas e de uma já longa história pessoal, na qual os laços estabelecidos deixaram profundas marcas.

Alguns capítulos são extraídos de publicação anterior (*Homem e mulher: seus vínculos secretos* / Editora Artmed), devidamente revistos e atualizados. Novos capítulos foram adicionados, tendo sempre como foco a dinâmica vincular na produção da saúde e da patologia, bem como sua influência em sucessos, entaves ou até em insucessos tera-

pêuticos. A adesão ao tratamento e a outros investimentos nunca se faz de forma inteiramente individual. Papéis e funções, modelos e legados familiares, conflitos de lealdade, mecanismos de adaptação e defesa, todos esses influenciam diretamente nos rumos tomados ao longo do ciclo vital.

A atenção à dinâmica familiar não deveria, jamais, consistir em uma caça a culpados, mas em uma expansão e aprofundamento do olhar terapêutico, visando um estabelecimento da aliança de trabalho mais efetivo. Sem adesão, mudanças que, por si só, já costumam não ser fáceis, tornam-se praticamente impossíveis.

O vínculo do ódio implica em, isso mesmo, ódio. Trata-se de laços que são, por si só, essencialmente destrutivos. Os demais vínculos – do Conhecimento e do Amor, amplamente examinados por Bion, e do Reconhecimento, introduzido por Zimerman – abrigam perfeitamente as contradições humanas. Conflitos movimentam-se entre pulsões e desejos, anseios e temores, sentimentos (os mais diversos), representações mentais, crenças e valores, pensamentos e ações... Nada é inteiramente puro, isento de qualquer mácula. Mas, quando há predomínio, por assim dizer, do bem (pessoal e compartilhado), respeito por si mesmo e pelo outro, capacidade de dar e de receber, estabelecendo trocas mutuamente vantajosas, pode-se pensar que o Amor está presente e que é ele, justamente ele, que faz toda a diferença.

Vale o mesmo para o estabelecimento e a eficácia de vínculos terapêuticos. O olhar, a escuta e as intervenções amorosas fazem com que cada paciente (indivíduo, casal, família ou outros grupos) seja reconhecido como um “único no mundo”, dispondo-se a se engajar nesta bela viagem ao encontro de si mesmo e dos seus, tendo em vista a busca por um mundo melhor.

Sábias as palavras de São Paulo Apóstolo, com as quais introduzimos a presente apresentação: “se não tiver amor, nada serei!”. Sábias as palavras de Saint-Exupéry, ao descrever um de seus últimos diálogos com o Príncipezinho:

– Os homens, disse o pequeno príncipe – embarcam nos trens, mas já não sabem mais o que procuram. Então eles se agitam, sem saber para onde ir. E acrescentou:

– Isso não leva a nada.

O poço a que tínhamos chegado não se parecia de forma alguma com os poços do Saara. Os poços do Saara são simples buracos na areia. Aquele parecia um poço de aldeia. Mas não havia ali aldeia alguma, e eu pensava estar sonhando.

– É estranho, disse eu ao príncipezinho. Tudo está preparado: a roldana, o balde e a corda.

Ele riu, pegou a corda, fez girar a roldana. E a roldana gemeu como geme um velho cata-vento.

– Tu escutas? – disse o príncipe. Estamos acordando o poço, ele canta...

Eu não queria que ele fizesse nenhum esforço.

– Deixa que eu puxo – disse eu. É muito pesado para ti.

Lentamente icei o balde e, com cuidado, o coloquei na borda do poço. O canto da roldana ainda permanecia em meus ouvidos e, na água ainda trêmula, eu podia ver o reflexo do sol.

– Tenho sede dessa água – disse o príncipezinho. – Dá-me de beber.

E eu compreendi o que ele havia buscado!

Levantei o balde até sua boca. Ele bebeu, de olhos fechados. Era doce como uma festa. Aquela água era muito mais que um alimento. Nascera da caminhada sob as estrelas, do canto da roldana, do esforço do meu braço. Era boa para o coração, como um presente. Quando eu era pequeno, as luzes da árvore de Natal, a música da missa de meia-noite e a doçura dos sorrisos se refletiam nos brinquedos que ganhava.

– Os homens do teu planeta, disse o pequeno príncipe – cultivam cinco mil rosas num mesmo jardim... e não encontram o que procuram.

– É verdade – respondi.

E, no entanto, o que eles procuram poderia ser encontrado numa só rosa, ou num pouco d'água...

– É verdade.

E o príncipezinho acrescentou:

– Mas os olhos são cegos. É preciso ver com o coração... (Saint-Exupèry, *O Pequeno Príncipe*. 48. ed., p. 78-79).

Justamente através de metáforas, muitas e muitas vezes, encontramos o caminho que nos leva a descobrir o poço no deserto, a roldana, o balde e, enfim, a água que permite a vida.

Boa leitura!