

# FUNDAMENTOS EPISTEMOLÓGICOS DA TEORIA DE MURRAY BOWEN

---

EPISTEMOLOGICAL FOUNDATIONS OF MURRAY BOWEN'S THEORY

---

---

FUNDAMENTOS EPISTEMOLÓGICOS DE LA TEORÍA DE MURRAY BOWEN

---

**RESUMO:** O artigo tem como objetivo apresentar os fundamentos epistemológicos da teoria de Murray Bowen, abordando o contexto histórico-científico do seu surgimento e suas bases epistemológicas. Além disso, discute-se a sua atualidade no campo da Terapia Familiar ao elencar diversas pesquisas que comprovam hipóteses levantadas por esse cientista ainda na década de 70. Na conclusão, aponta-se a importância das contribuições de Bowen para a compreensão do desenvolvimento humano nos diversos campos de aplicação de sua teoria, principalmente no campo da terapia familiar.

**Palavras-chave:** terapia familiar, Murray Bowen, diferenciação do self.

**ABSTRACT:** The article aims to present the epistemological foundations of Murray Bowen's theory, addressing the historical-scientific context of its emergence and its epistemological bases. In addition, its current status in the field of Family Therapy is discussed, listing several studies that prove hypotheses raised by this scientist in the 70s. In conclusion, the importance of Bowen's contributions to the understanding of human development in various fields of application of his theory, especially in the field of family therapy.

**Keywords:** family therapy, Murray Bowen, self differentiation.

**RESUMEN:** El artículo tiene como objetivo presentar los fundamentos epistemológicos de la teoría de Murray Bowen, abordando el contexto histórico-científico de su surgimiento y sus bases epistemológicas. Además, se discute su estado actual en el campo de la Terapia Familiar, enumerando varios estudios que prueban hipótesis planteadas por este científico en la década de los 70. En conclusión, la importancia de las contribuciones de Bowen para la comprensión del desarrollo humano en diversos campos de aplicación de su teoría, especialmente en el campo de la terapia familiar.

**Palabras clave:** terapia familiar, Murray Bowen, diferenciación.

**ANA FLÁVIA  
NASCIMENTO OTTO<sup>1</sup>**

**MARIA ALEXINA  
RIBEIRO<sup>1</sup>**

<sup>1</sup> *Universidade Católica de  
Brasília, DF, Brasil*

Recebido em 01/12/2020  
Aceito em 03/07/2021

## INTRODUÇÃO

A compreensão de uma teoria científica só pode ser realizada a partir do seu contexto de origem, das bases teóricas que permitiram a sua construção. O surgimento de uma nova abordagem epistemológica corresponde à ebulição de uma forma de retratar a vida a partir de uma lente construída pela soma de um conjunto de fatores históricos, culturais, econômicos, filosóficos, científicos e sociais (Schultz & Schultz, 2005).

Para Vasconcellos (2005) “o pensamento sistêmico é o novo paradigma ou a nova epistemologia da ciência” (p. 43). Ao afirmar isso, a autora usa o sentido de paradigma como crenças e valores dos cientistas, que a autora considera como “equivalente de epistemologia ou de quadro de referência epistemológico, no sentido de visão ou concepção de mundo implícita na atividade científica” (p. 43).

Nesse sentido, discutiremos como ocorreu a aplicação do pensamento sistêmico no comportamento humano e como a Teoria Familiar de Bowen contribuiu para o surgimento e o fortalecimento dessa vertente psicológica.

## O DESENVOLVIMENTO DO PENSAMENTO SISTÊMICO

A aplicação do pensamento sistêmico, embora recente na Psicologia, é muito presente na história da humanidade. Várias proposições científicas e mesmo descrições de sociedades antigas ratificam esse fato, como, por exemplo, as ideias dos gregos que viviam em colônias no século VI, ou mesmo a própria evolução do pensamento das ciências naturais que passa a enxergar: a natureza como processo e não mais conteúdo; que os seres humanos e outros animais surgiram de formas mais simples; que as doenças não foram causadas por seres míticos; que a Terra é apenas um planeta do sistema solar (Kerr & Bowen, 1988).

Conforme afirma Ernst Mayr (1998), biólogo evolucionista, o progresso da ciência se dá mais pelo desenvolvimento da conceituação do que por fatos novos. Nesse sentido, apesar de fazer parte de muitos momentos do desenvolvimento da ciência, o pensar de forma sistêmica só pode ser aplicado como fundamento teórico na psicologia, devido às contribuições de Husserl (2008) na compreensão da ciência da vida. Sua contribuição filosófica possibilitou a ampliação do olhar científico do mundo idealizado das Ciências Naturais, que desnaturaliza o humano, para o mundo real com toda a sua complexidade e plenitude. Essa importância do contexto, do sentido na experiência dos indivíduos, da comunidade, dos países, decorrentes de suas relações culturais, econômicas e históricas, é apresentada por ele como uma unidade a ser investigada no plano do real.

Além dessa base filosófica, foi necessário, para a utilização do pensamento sistêmico na Psicologia, o rompimento de crenças que possibilitaram a evolução do pensamento sobre o homem, como a Teoria da Evolução de Darwin, a psicanálise, a psicologia social e o funcionalismo antropológico. Darwin traz o homem como parte da natureza e que, portanto, segue o mesmo processo evolucionário das outras espécies. Sua pesquisa fortaleceu o distanciamento da ciência de crenças religiosas e abriu o campo para uma visão do homem como parte dos sistemas naturais. Por outro lado, a psicanálise promoveu um salto na compreensão do processo saúde-doença ao explicar o adoecimento mental não mais a partir de uma etiologia orgânica, mas de uma origem psicológica (Nichols & Schwartz, 2007).

Um outro ponto importante foram as contribuições da psicologia social, com seu expoente Kurt Lewin, as quais trouxeram a compreensão do comportamento

humano não mais determinado por forças biológicas, mas pelas relações interpessoais. Soma-se a isso a corrente antropológica funcionalista que começa a estudar a cultura como sistemas sociais no momento presente, não mais pela história, buscando a função que cada prática cultural tinha para a rede social ampliada. Nessa conjuntura científica, muitas outras abordagens também contribuíram de forma expressiva para que o pensamento sistêmico se consolidasse, como, por exemplo, o serviço social, o movimento de orientação à criança social e a psicoterapia de grupo. Pode-se afirmar que esse novo paradigma surgiu da conexão entre vários conhecimentos científicos, como uma colcha de retalhos foi sendo costurado até se tornar um todo maior: um sistema de pensamento (Nichols & Schwartz, 2007; Vasconcellos, 2005).

Dessa forma, como apontado por Papero, Frost, Havstad e Noone (2018), o pensamento sistêmico procura compreender como as partes de uma rede interagem para criar o todo e como esse todo regula as partes que o compõem. Essas múltiplas interações são observáveis nos sistemas vivos e formam padrões possíveis de previsibilidade e passíveis de mudança. Essa nova forma de olhar, permitiu a observação de processos interativos entre múltiplos componentes de sistemas complexos, desde partículas elementares, passando por ecossistemas, chegando ao comportamento das maiores estruturas do cosmos.

## O SURGIMENTO DA TERAPIA FAMILIAR

A partir desses avanços no pensamento humano e das demandas sociais crescentes após o final da Segunda Guerra Mundial, houve um grande investimento em pesquisas sobre a comunicação dos seres vivos e a busca de compreensão dos mecanismos reguladores, do que começava a ser chamado de sistemas vivos. O principal grupo de pesquisa foi o liderado pelo antropólogo e biólogo Gregory Bateson, nos EUA, e era composto por um conjunto multiprofissional de cientistas (antropólogos, assistentes sociais, psiquiatras, psicólogo e biólogos). Esse grupo, ao estudar a comunicação de famílias de pessoas com esquizofrenia, descobriu um farto campo de estudo: o grupo familiar (Nichols & Schwartz, 2007).

Embora Bateson tenha um lugar de destaque no surgimento da abordagem sistêmica na psicologia, ele não foi o principal pensador da terapia familiar e nem era esse o seu foco principal. Ao contrário de outras abordagens da Psicologia, que têm seu início ligado a um teórico específico, a terapia sistêmica surge na década de 1950, em vários centros de pesquisa nos Estados Unidos (Kerr & Bowen, 1988). Como salientam Nichols e Schwartz (2007), a terapia familiar foi desenvolvida por um grupo heterogêneo de pesquisadores, que trabalhavam em contextos distintos, com propósitos diferentes, e que descobriram a terapia familiar antes de conhecerem uns aos outros. Assim, cada um foi desenvolvendo sua escola separadamente, vencendo as resistências locais durante anos, num processo evolutivo que só eclodiu quando a ciência psiquiátrica estava preparada para acolhê-lo.

Essa dispersão das pesquisas se deve ao próprio fortalecimento da psicanálise nas ciências médicas. A sua utilização na psiquiatria nos EUA ganhou cada vez mais aceitação durante a década de 1930, sendo a sua aplicação generalizada nesse campo após a Segunda Guerra Mundial. A teoria psicanalítica tinha explicações para vários problemas emocionais, contudo para problemas como a esquizofrenia as técnicas de tratamento ainda precisavam ser desenvolvidas. Os profissionais que iniciaram a pesquisa familiar buscavam métodos de tratamento mais eficazes para seus pacientes. A advertência rigorosa de separar os pacientes de suas famílias pode

explicar o isolamento desses primeiros trabalhos e a lentidão com que essa prática, supostamente inaceitável, foi comunicada por meio de literatura especializada (Bowen, 1993).

Aos poucos os pesquisadores descobriram que outros também estavam investigando sistemas familiares. Em 1948, Mittelman apresentou um relatório sobre a análise concorrente de casais casados. Ele começou a experimentar uma forma de terapia familiar enquanto fazia sua especialidade psiquiátrica, mas não comunicou nada de seu trabalho até vários anos depois. Ackerman, que vinha pensando na família havia vários anos, começou a escrever em meados dos anos cinquenta. Outros pesquisadores começaram a experimentar formas de terapia com as famílias depois de terem trabalhado no tratamento da esquizofrenia, como: Lidz, que começou em Baltimore no início dos anos 1950 e continuou com seus associados em New Haven; Jackson e seus colaboradores, em Palo Alto; Bowen e seus colaboradores, em Bethesda (Bowen, 1993).

Em 1950, nos Estados Unidos, foi formado o Comitê de Família do Grupo para o Avanço da Psiquiatria, um marco importante nos primeiros passos do movimento familiar. Ele funcionou por vários anos sem muito conhecimento do campo até que o movimento familiar apareceu publicamente. Em 1962, dois escritores visitaram vários centros familiares, investigando a origem e a situação do movimento familiar. Seu relatório, publicado no *The Saturday Evening Post*, observou que o movimento começou com vários pesquisadores diferentes que trabalharam separadamente, ignorando um ao outro (Melo & Ribeiro, 2016; Nichols & Schwartz, 2007).

O interessante é que todas essas propostas terapêuticas, ainda que muitas vezes divergentes em suas práticas, compartilhavam de princípios unificadores como a visão sistêmica da família, o sintoma como reflexo das interações familiares e a família como loco de atuação terapêutica (Bowen, 1993). Essas observações clínicas de todo o conjunto familiar forneceram um espectro de padrões clínicos que era desconhecido. Dessa forma, cada pesquisador utilizava as ferramentas e a visão de mundo que tinha para comunicar e conceituar suas observações. Alguns conceitos de pesquisa inicial subsistiram e outros evoluíram, tornando-se conceitos mais produtivos no campo (Melo & Ribeiro, 2016; Nichols & Schwartz, 2007).

A publicação dos achados da equipe de Bateson, sobre a comunicação familiar utilizando a Teoria Geral dos Sistemas de Von Bertalanffy e a Cibernética de Wiener para descrever suas observações, contribuiu para a unificação de alguns conceitos e para a estruturação de base epistemológica comum na terapia familiar (Melo & Ribeiro, 2016; Nichols & Schwartz, 2007).

Primeiramente, a epistemologia sistêmica entende que o mundo é complexo, portanto, parte-se da contextualização dos fenômenos e do entendimento de que as relações têm causalidade circular, ou seja, são causa e feito em si mesmas. O mundo não é compreendido como estável, pelo contrário é instável, ele está num constante vir a ser. É indeterminado, imprevisível, irreversível e incontrolável. A objetividade é ilusória, porque o conhecimento científico é uma construção social. Assim, não é possível separar a subjetividade do pesquisador para enxergar a realidade de fato. O que existe são múltiplas versões da realidade (Gomes, Dill, Bolze, Bueno, & Crepaldi, 2014; Vasconcellos, 2005).

Essa efervescência científica fez com que se formassem várias escolas terapêuticas nas décadas seguintes, inclusive em outros países, como a Itália. Apesar disso, a episteme central manteve-se comum a todas as escolas: o funcionamento familiar sofre influências múltiplas e recursivas de seus relacionamentos internos e externos durante todo o ciclo de vida familiar multigeracional; os processos familiares, ao lidarem com conflitos, podem contribuir para uma adaptação positiva

ou para o surgimento de sintomas individuais e relacionais; os sintomas são resultantes de uma causalidade circular e têm uma função na família (Costa, 2010; Walsh, 2016).

Cada escola desenvolveu um olhar específico sobre o sistema familiar. Por exemplo, os terapeutas da comunicação construíram seus construtos investigando a comunicação familiar. A escola estratégica focou nas relações de poder entre os membros da família. Os estruturalistas estudaram as regras familiares e os subsistemas, como o conjugal e filial, por exemplo. A Terapia Familiar de Bowen buscou nas relações entre as gerações a resposta dos problemas familiares (Nichols & Schwartz, 2007).

Cada escola trouxe contribuições fundamentais para o desenvolvimento da Terapia Familiar Sistêmica, as quais acabaram sendo incorporadas umas às outras ao longo do tempo, principalmente no que se refere à prática clínica, como reconhece Salvador Minuchin, o principal teórico da escola estrutural. Entretanto, os objetivos terapêuticos permaneceram distintos nas abordagens teóricas e novas escolas apareceram trazendo outras contribuições para a terapia familiar (Minuchin, Nichols, & Way-Yu, 2009).

## A TEORIA SISTÊMICA DE BOWEN

Uma das escolas mais importantes na construção da terapia familiar foi a Teoria Sistêmica de Bowen. Como uma das escolas iniciais, esse teórico construiu bases importantes para a compreensão do sintoma no sistema familiar e, dentre os terapeutas de família, foi o que deu mais importância à teoria do que ao método terapêutico. Segundo Nichols e Schwartz (2007), essa é a escola que tem uma visão mais abrangente do comportamento e dos problemas humanos se comparada a todas as abordagens de terapia familiar. Ela vai do mais profundo, o sistema emocional de cada membro familiar, até o mais abrangente, incluindo o contexto familiar e social mais amplo que influi sobre a vida familiar através do tempo. Não é à toa que sua teoria transcendeu os limites da terapia familiar, sendo utilizada, por exemplo, na medicina de família e na psicologia organizacional.

Ao conhecer a história de Murray Bowen, é possível compreender a visão sistêmica com que postulou a sua teoria. Ele nasceu na pequena cidade rural de Waverly, Tennessee, era o mais velho de 5 filhos e obteve seu bacharelado e mestrado na *University of Tennessee*. Sua experiência como médico cirurgião na Segunda Guerra Mundial influenciou sua decisão de trabalhar em psiquiatria quando retornou para os Estados Unidos. Em 1946, ele se juntou à *Menninger Foundation*, no Kansas, onde desenvolveu sua pesquisa com o objetivo de levar a teoria freudiana ao status de ciência. Durante os oito anos que se seguiram, estudou ciências naturais, como astronomia e física, e ciências da vida, como botânica, biologia, antropologia, sociologia, psicologia e evolução (Brown, 1999).

Em 1954, mudou-se para Bethesda, em Maryland, onde iniciou um projeto de pesquisa sobre esquizofrenia no *National Institute of Mental Health* (NIMH). As famílias dos pacientes com esquizofrenia foram internadas junto com os pacientes por vários períodos de tempo. Bowen e sua equipe observaram e registraram o comportamento real, o que ele chamou de “fatos funcionais” dos membros da família em relação um ao outro (Brown, 1999).

Já em 1956, o foco do projeto passou do indivíduo sintomático para a família como a unidade da doença, sendo a terapia individual substituída pela terapia familiar em grupo. Isso aconteceu porque Bowen percebeu que os pacientes do grupo

de pesquisa passaram a ter resultados melhores e mais rápidos do que os pacientes atendidos fora da pesquisa. O título do projeto, então, foi alterado de *Pesquisa em Esquizofrenia* para o *Projeto de Estudo da Família*. Em 1959, Bowen assumiu o cargo de professor no Departamento de Psiquiatria do Centro Médico da Universidade de Georgetown, onde trabalhou pelo resto de sua vida (Brown, 1999).

Ao pensar sua teoria, Bowen desviou-se da corrente principal do pensamento psiquiátrico das décadas de 40 e 50 em dois pontos fundamentais. Primeiro, partiu do pressuposto de que uma compreensão do funcionamento emocional do homem deve ir além da psicologia individual, sendo necessário reconhecer o relacionamento do ser humano com todo o seu contexto de vida. Para ele, o sistema emocional de qualquer indivíduo é formado por duas forças: pertencimento e individuação. O pertencimento trabalha para a união do sistema familiar, entendido como uma unidade emocional. A individuação atua na diferenciação do indivíduo da emoção familiar, ele consegue se perceber separado, mas participante (Bowen, 1993; Rodríguez-González & Martínez, 2017).

O segundo ponto fundamental é que para entender o comportamento humano é preciso incluir o sistema de relacionamento do qual ele faz parte. É preciso observar os padrões de interação como uma rede, onde um comportamento desencadeia outro e vice-versa (Bowen, 1993; Rodríguez-González & Martínez, 2017). Dessa forma, para Bowen (1993), a doença emocional só pode ser compreendida a partir de um referencial teórico que unifique as disciplinas referentes às ciências biológicas, psicológicas e sociais.

Apesar de ter iniciado as suas pesquisas com famílias em 1946 e o tratamento da família em conjunto em 1955, sua teoria só foi publicada em 1966. Nessa época, a expressão *sistemas familiares* estava começando a ser amplamente utilizada por profissionais de saúde mental. A teoria dos sistemas familiares de Bowen não se baseava nos conceitos da Teoria Geral dos Sistemas e da Cibernética. Para ele, essa teoria tenta aplicar modelos matemáticos das ciências físicas às ciências biológicas, comportamentais e sociais. E por isso, para ele, a única coisa aplicável dessas teorias aos grupos familiares é dizer que a família interage de maneiras semelhantes à dinâmica dos sistemas físicos (Bowen, 1993).

Dessa forma, ao invés de aplicar a Teoria de Bertalanffy à família, Bowen assumiu a família como um sistema natural. O sistema familiar surgiu do processo evolutivo da espécie humana e, portanto, as regras e os fundamentos que o governam estão escritos na natureza, da mesma forma como: o sistema solar, a colônia de formigas, as marés, a célula ou o corpo humano (Bowen, 1993).

O conceito de família de Bowen, portanto, parte do entendimento de sistemas das ciências biológicas e do pensamento evolucionista, os quais se concentram no comportamento coletivo, não no individual. Assim, a família é compreendida como uma rede de relacionamentos que liga cada membro ao outro e que responde de forma dinâmica às interações com o ambiente e às necessidades de adaptação a que é exposta interna ou externamente. Essa adaptação ocorre de forma integrada e interativa, tendo suas raízes no caminho evolutivo da espécie humana, que apresenta elementos comuns com outras coletividades presentes na natureza. Essa integração entre diferentes aspectos biológicos, fisiológicos, psicológicos, sociais e familiares torna a teoria de Murray Bowen uma base sólida para a investigação científica e para a atuação terapêutica (Papero et al, 2018).

Ressalta-se que, para esse teórico, a teoria é fundamental para um bom processo terapêutico. A terapia, na sua visão, deve sempre ser guiada por um conhecimento sólido e não pela intuição do terapeuta. É a teoria que orienta o pensamento do terapeuta. É dela que surge o método e é a partir desse conjunto que são definidas



as técnicas. O processo terapêutico é tão consistente quanto a teoria que o sustenta. Assim, o conhecimento científico atual deve ser sempre analisado de forma a colocar à prova a teoria que fundamenta a ação terapêutica. Bowen encorajava os seus seguidores a assumir uma postura ativa, sempre curiosa, na busca de respostas e na interlocução entre a sua teoria e as descobertas científicas (Bowen, 1993; Kerr & Bowen, 1988; Rodríguez-González & Martínez, 2017).

Além disso, a abordagem preconiza que todo terapeuta deve aplicar a teoria, que escolheu seguir, primeiramente a si mesmo e só depois dessa vivência ajudar outras pessoas. Como a sua teoria trabalha com o conceito de diferenciação do *self* — capacidade de cada pessoa regular suas emoções, é necessário que o terapeuta desenvolva sua diferenciação para ser consciente de seu próprio funcionamento emocional e, assim, evitar que suas emoções interfiram no processo terapêutico. Nessa abordagem, o terapeuta assume uma posição de treinador, que ensina a teoria para o cliente, além de guiar o processo e estabelecer, em conjunto com ele, os pontos fundamentais a serem trabalhados. Dessa forma, é preciso que o terapeuta tenha vivência com o processo terapêutico e que tenha alcançado níveis superiores de diferenciação do *self* (Bowen, 1993; Kerr & Bowen, 1988).

## A VALIDAÇÃO CIENTÍFICA DA TEORIA

Como um teórico atento à evolução e intimamente ligado à construção do conhecimento científico, Bowen deixou claro que sua teoria é aberta e, portanto, em constante desenvolvimento, sendo possível a inclusão de novos conceitos ou mesmo a retirada de algum deles, caso descobertas clínicas ou investigações de outras ciências refutem a forma como a teoria se apresenta na atualidade (Rodríguez González & Kerr, 2011). Nesse ponto, vale salientar que, a despeito do falecimento de Bowen em 1989, os esforços de desenvolvimento de sua teoria permanecem ativos por meio do seu centro de pesquisas em Washigton, D.C. (The Bowen Center, n.d.).

Essa dedicação na revisão sistemática da teoria vem identificando que muitas das suas hipóteses, que não tinham integração com outras ciências na época da proposição de Bowen, estão sendo comprovadas ao longo dos anos com o avanço científico, principalmente nas áreas de neurociência e epigenética. São exemplos disso: a confirmação da existência no cérebro de estruturas neuroanatômicas e funcionais distintas para regular a esfera emocional e a intelectual e o impacto do estresse na capacidade de adaptação dos indivíduos (Papero, 2017).

A teoria boweniana defende que a família é o contexto inicial e central para o desenvolvimento humano. A partir de estudos sobre a evolução do cérebro na espécie humana verificou-se que o contexto familiar foi determinante no desenvolvimento evolucionário do cérebro. O tempo prolongado de dependência e desenvolvimento do bebê humano e a necessidade de responder a estímulos sociais de vários membros da família tornou o ambiente social mais complexo, o que exigiu maior inteligência, maior capacidade de tolerância social e cooperação para uma adaptação bem-sucedida. Para que hoje o cérebro tenha a capacidade de atuar nesse nível de complexidade, foi necessário o estabelecimento da família humana como unidade social e reprodutiva (Papero et al., 2018; Rodríguez-González & Martínez, 2017).

Outro campo que tem contribuído para o fortalecimento da teoria de Bowen é a epigenética. Esse campo estuda o desenvolvimento como um processo ativo de adaptação, decorrente de uma interação entre o genoma e seu ambiente. De forma simplista, os genes são ativados ou desativados na tentativa de adaptar o organismo às condições impostas pelo ambiente. Os avanços nesse campo têm elucidado um

dos conceitos-chave da teoria de Bowen: o processo de transmissão multigeracional. Esse conceito descreve o sintoma familiar a partir de uma visão intergeracional, na qual para se compreender o comportamento humano na família atual é preciso compreender as dinâmicas multigeracionais das famílias de origem, incluindo pessoas de gerações anteriores com as quais os membros atuais nunca tenham tido algum contato. Fatos marcantes, doenças, mortes precoces ou violentas, abortos, abandono, possivelmente têm relação com o quadro atual apresentado pela família (Kerr, 2019; Papero, 2017).

Revisões de literatura no campo da epigenética identificaram que certos genes estão sujeitos à regulação social e que a interação entre esses genes e os sistemas neurais e endócrino influenciam a adaptabilidade. O cuidado dos pais com os bebês nos primeiros meses de vida pode regular a expressão genética que influencia tanto a parentalidade quanto a forma como a criança responderá ao estresse ao longo de sua vida. Os efeitos disso são repassados geneticamente para as próximas gerações. A depender da presença de outras pessoas ou de como elas são percebidas, os genomas são ativados. O sinal de uma possível ameaça, por exemplo, pode influenciar a expressão de genes relacionados ao adoecimento ou à saúde (Dias & Ressler, 2014; Johnson & Haan, 2011). As interações na família atuam na expressão gênica dos seus membros, podendo, a depender do nível de ansiedade do sistema e da intensidade das relações, favorecer o adoecimento de um deles (Papero et al., 2018).

As forças que regulam a interação dos indivíduos no sistema familiar parecem estar presentes também em unidades sociais de outras espécies. Bowen descreve duas forças: o pertencimento (união familiar) e a individuação (autonomia individual). Na família humana, o comportamento impulsionado pela reatividade emocional nos relacionamentos reflete um desequilíbrio entre essas forças, que ao ceder às pressões de pertencimento prejudica a autonomia emocional e a capacidade de autorregulação. Se esse processo for prolongado, a estabilidade e a manutenção do sistema familiar ficam comprometidas. Na área da biologia, pesquisas estudando desde amebas a humanos comprovaram que, em todas as espécies, a viabilidade do indivíduo depende de sua integração funcional como parte de um grupo maior e que a sobrevivência do grupo depende da integridade funcional de seus indivíduos. Qualquer excesso, seja de pertencimento ou de individuação, prejudica o funcionamento tanto dos indivíduos quanto do sistema como um todo (Papero et al., 2018).

Outro aspecto apresentado por Bowen trata de como, no sistema familiar, o funcionamento prejudicado de uns beneficia o funcionamento adequado dos outros e a manutenção do sistema. Na família, alguns membros são mais sensíveis às tensões familiares, absorvendo-as e apresentando, por sua vez, sintomas clínicos. Esse mecanismo libera os outros membros do sistema para funcionar normalmente, o que beneficia a todo o sistema. Essa canalização da tensão para alguns membros também é observada em outras espécies, como primatas, e até mesmo organismos simples, como o bolor. Esses processos de relacionamento parecem fazer parte de um padrão adaptativo que rege o funcionamento dos sistemas sociais naturais, sendo a família humana parte deles (Papero et al., 2018).

Em relação às pesquisas na área de psicologia sistêmica, os estudos empíricos reforçam tanto os conceitos da teoria de Bowen quanto a efetividade de sua proposta terapêutica (Celestino & Bucher-Maluschke, 2015; Choi & Murdock, 2017; Fiorini, Müller, Dill, & Bolze, 2018; Flores, Reyes, & Martínez, 2016; Havstad & Sheffield, 2018; Mackay & Brown, 2014; Skowron, Epps, Cipriano-Essel, & Woehrle, 2017). Grande parte dos estudos enfocam o principal conceito de Bowen, a diferenciação do *self*. Esse conceito trata da capacidade de autorregulação emocional das pessoas,



ou seja, sua capacidade de regular seu comportamento em busca de objetivos; de tolerar e controlar a ansiedade, o estresse e o medo; e de manter contato íntimo e sincero com pessoas importantes do seu sistema (Kerr & Bowen, 1988).

Revisões realizadas por Papero (2014) e Fiorini et al (2018), ao avaliarem o resultado de estudos empíricos, encontraram que uma maior diferenciação do *self* está associada a menos problemas físicos, psicológicos, conjugais e de violência familiar. Além disso, os estudos confirmam a hipótese de Bowen de que pessoas mais diferenciadas conseguem desenvolver seus recursos internos de autorregulação e equilíbrio emocional de forma a construir sua singularidade por meio das relações, sem, contudo, perder a flexibilidade na definição de suas posições.

Um aspecto importante, salientado por Fiorini et al. (2018), trata da relação conjugal. As pesquisas encontradas validam a importância dada por Bowen (1993) à diferenciação do *self* para o estabelecimento de relações de intimidade. Elas apontam que cônjuges mais diferenciados conseguem estabelecer relações menos conflitivas, com maior grau de negociação e flexibilidade e uma clara identificação dos padrões herdados das famílias de origem. Estudos realizados no Brasil também reforçam essa tese e relatam experiências terapêuticas exitosas que atuaram na promoção da diferenciação do *self* (Bueno, Souza, Monteiro, & Teixeira, 2013; Martins, Rabinovich, & Silva, 2008; Pellegrini, Silva, Barreto, & Crepaldi, 2015; Skowron et al., 2017).

Quanto aos benefícios da terapia boweniana, cujo foco está na promoção da diferenciação do *self*, estudos utilizando equipamentos de *neurofeedback* e *biofeedback* demonstraram importantes mudanças no processamento elétrico do cérebro, antes, durante e depois do tratamento terapêutico. Esses equipamentos são muito utilizados para medir alguns elementos vinculados a reações de ansiedade. Os instrumentos de *biofeedback* medem níveis e padrões de reatividade fisiológica que indicam estabilidade, relaxamento, excitação e exaustão associados à ansiedade aguda ou crônica. Já os instrumentos de *neurofeedback* medem a atividade elétrica produzida no cérebro por meio de sensores que são distribuídos por vários pontos do couro cabeludo. Os padrões de atividade identificados refletem a intensidade dos sinais emitidos e indicam quanta energia é dirigida à reatividade emocional (no tronco cerebral e no sistema límbico) e aos sistemas intelectuais e cognitivos (hemisférios esquerdo e direito). A atividade do hemisfério esquerdo está associada à sobrevivência do organismo e a atividade do hemisfério direito a reações a relacionamentos (Harrison, 2013).

As informações e imagens geradas por esses equipamentos permitiram verificar os padrões de reatividade cerebral associados à presença de sintomas, a sua conexão com as relações familiares e o impacto da terapia de Bowen sobre a atividade cerebral. O padrão neuronal observado no início do tratamento conectava fortes reações emocionais às relações interpessoais. Isso anula a capacidade de ser reflexivo ou de atribuir energia para a estabilidade do metabolismo ou funcionamento do indivíduo, o que identifica um baixo grau de diferenciação do *self*. Com a evolução do tratamento, mudanças nas interações familiares foram acompanhadas por reações fisiológicas e atividade cerebral nos indivíduos sintomáticos. Medidas da atividade cerebral indicaram um aumento dos sinais da atividade intelectual e dos sinais da ponte entre pensamento e reação, o que permite uma maior capacidade do indivíduo de pensar por si mesmo no meio da reatividade emocional produzida nas interações familiares. As medições de *biofeedback* também indicaram uma diminuição da ansiedade e exaustão crônicas (Harrison, 2013; Harrison, Rowan, & Mathias, 2005).

Por outro lado, os esforços de validação da teoria geram também discussões sobre a necessidade da ampliação de algumas perspectivas. Erdem e Safi (2018) apontam

que são muitos os trabalhos teóricos e empíricos que tratam da expansão da teoria de Bowen, abordando vários aspectos como: cultura, gênero, etnia, classe social, valores e rituais. Esses estudos não propõem uma alteração na teoria boweniana, eles defendem a sua utilização aliada a outras teorias científicas. Uma exceção é a proposta, realizada recentemente, de inclusão de um novo conceito na Teoria de Bowen, o *unidisease*. Ele foi desenvolvido e proposto por Michael Kerr, principal parceiro de Bowen no desenvolvimento de sua teoria. Esse conceito mostra que, assim como os sintomas psiquiátricos, médicos e comportamentais refletem os mesmos processos emocionais familiares, também existem processos fisiológicos comuns subjacentes a esses sintomas (Kerr, 2019). A incorporação desse conceito à teoria, até o momento de finalização desse artigo, não havia sido decidida pelo grupo de pesquisadores do *The Bowen Center*.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os fundamentos da teoria boweniana parecem estar cada vez mais solidificados. Os esforços de seus seguidores em continuar produzindo pesquisas visando o desenvolvimento de sua teoria, em conjunto com os avanços científicos da biologia, genética e psicologia, fortalecem as hipóteses levantadas por Bowen a partir de suas pesquisas na clínica psiquiátrica no meio do século XX.

No que tange à terapia familiar sistêmica, as contribuições de Bowen para a ciência do desenvolvimento humano ajudaram a elevar a família à posição de protagonista de sua própria história e a descrever as forças da interação familiar como determinantes no processo de saúde-doença. Ademais, sua forma de atuação clínica, partindo da diferenciação do *self* do terapeuta para o treinamento das famílias, propondo, em uma época em que isso era impensável, realizar terapia familiar com um só membro da família, demonstra sua seriedade, profissionalismo e vanguardismo.

As discussões sobre a teoria boweniana permanecem atuais. Cada vez mais estudos são realizados e a postura investigativa de seus seguidores permite que a Teoria de Bowen seja reiteradamente colocada à prova. Quanto mais se explora as diversas facetas dessa abordagem, mais perspectivas são levantadas e mais perguntas científicas formuladas. Esse movimento constante deve gerar mais evoluções significativas na abordagem pelos seus seguidores nos próximos anos.

A atualidade de sua teoria e a amplitude de sua aplicação extrapolando os limites do campo da terapia familiar para as organizações e a sociedade, demonstram a versatilidade, a abrangência e a efetividade de sua proposta. Além disso, reforça a necessidade de desenvolvimento de mais estudos sobre a sua aplicabilidade em novos contextos.

- Bowen, M.** (1993). *Family Therapy in Clinical Practice*. Jason Aronson (Edição Digital).
- Brown, J.** (1999). Bowen Family Systems Theory and Practice: Illustration and Critique. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 20(2), 94–103. <https://doi.org/10.1002/j.1467-8438.1999.tb00363.x>
- Bueno, R. K., Souza, S. A. de, Monteiro, M. A., & Teixeira, R. H. M.** (2013). Processo de diferenciação dos casais de suas famílias de origem. *Psico*, 44(1), 16–25. <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/9420>
- Celestino, V. R. R., & Bucher-Maluschke, J. S.** (2015). Um novo olhar para a abordagem sistêmica na psicologia. *FACEF Pesquisa: Desenvolvimento e Gestão*, 18(3), 318–329. <http://periodicos.unifacef.com.br/index.php/facefpesquisa/article/viewFile/1109/865>
- Choi, S. W., & Murdock, N. L.** (2017). Differentiation of Self, Interpersonal Conflict, and Depression: The Mediating Role of Anger Expression. *Contemporary Family Therapy*, 39(1). <https://doi.org/10.1007/s10591-016-9397-3>
- Costa, L. F.** (2010). A perspectiva sistêmica para a clínica da família. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 26(SUPPL. 1), 95–104. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722010000500008>
- Dias, B. G., & Ressler, K. J.** (2014). Parental olfactory experience influences behavior and neural structure in subsequent generations. *Nature Neuroscience*. <https://doi.org/10.1038/nn.3594>
- Erdem, G., & Safi, O. A.** (2018). The Cultural Lens Approach to Bowen Family Systems Theory: Contributions of Family Change Theory. *Journal of Family Theory & Review*, 10(2), 469–483. <https://doi.org/10.1111/jftr.12258>
- Fiorini, M. C., Müller, F. G., Dill, S., & Bolze, A.** (2018). Diferenciação do Self: Revisão Integrativa de Artigos Empíricos Internacionais. *Pensando Famílias*, 22(1), 146–162. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-494X2018000100012&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2018000100012&lng=pt&tlng=pt).
- Flores, J. de J. V., Reyes, E. J. I., & Martínez, K. M.** (2016). La dinámica de la familia y la diferenciación. *Alternativas En Psicología*. <https://alternativas.me/attachments/article/163/11%20-%20La%20din%C3%A1mica%20de%20la%20familia%20y%20la%20diferenciaci%C3%B3n.pdf>
- Gomes, L. B., Dill, S., Bolze, A., Bueno, R. K., & Crepaldi, M. A.** (2014). As origens do pensamento sistêmico: das partes para o todo. *Pensando Famílias*, 18(2), 3–16. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-494X201400200002&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X201400200002&lng=pt&tlng=pt).
- Harrison, V.** (2013). Los síntomas entendidos desde la teoría de bowen y la perspectiva de los sistemas naturales : un lente más amplio, 1–12.
- Harrison, V., Rowan, K., & Mathias, J.** (2005). Stress reactivity and family relationships in the development and treatment of endometriosis. *Fertility and Sterility*, 83(4), 857–864. <https://doi.org/10.1016/J.FERTNSTERT.2004.10.033>
- Havstad, L., & Sheffield, K. J.** (2018). Study of weight loss as a model for clinical research: shifts in the family system, the subject's functioning, and the course of clinical symptoms. *Family Systems*, 13(2), 105–127.
- Husserl, E.** (2008). *A crise da Humanidade Europeia e a Filosofia*. Universistas Olisiponensis. <https://www.efuturo.com.br/materialbibliotecaonline/2568Crise-da-humanidade-europeia-e-a-crise.pdf>
- Johnson, M. H., & Haan, M. de.** (2011). *Developmental cognitive neuroscience : an introduction*. *Fundamentals of cognitive neuroscience*. Wiley-Blackwell.

- Kerr, M. E. (2019). *Bowen theory's secrets: revealing the hidden life of families*. W. W. Norton & Company.
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family Evaluation*. In *Family Evaluation*. W. W. Norton & Company (Digital edition).
- Mackay, L., & Brown, J. (2014). Collaborative Approaches to Family Systems Supervision: Differentiation of Self. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 34, 325–337. <https://doi.org/10.1002/anzf.1036>
- Martins, E. M., Rabinovich, E. P., & Silva, C. N. (2008). Família e o processo de diferenciação na perspectiva de Murray Bowen: Estudo de caso. *Psicologia USP*, 19(2), 181–197. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1678-51772008000200005&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1678-51772008000200005&lng=pt&tlng=pt).
- Mayr, E. (1998). *Desenvolvimento do pensamento biológico: diversidade, evolução e herança*. Ed. UnB.
- Melo, V. A. A., & Ribeiro, M. A. (2016). Epistemologias sistêmicas e suas repercussões para a clínica da terapia familiar. *Pensando Famílias*, 20(2), 149–161. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-494X2016000200011&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2016000200011&lng=pt&tlng=pt).
- Minuchin, S., Nichols, M. p., & Way-Yu, L. (2009). *Famílias e casais: do sintoma ao sistema*. Artmed (Edição Digital).
- Nichols, M. P., & Schwartz, R. C. (2007). *Terapia familiar conceitos e métodos*. Artmed.
- Papero, D., Frost, R., Havstad, L., & Noone, R. (2018). Natural Systems Thinking and the Human Family. *Systems*, 6(2), 19. <https://doi.org/10.3390/systems6020019>
- Papero, D. V. (2014). Assisting the two-person system: An approach based on the bowen theory. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*. <https://doi.org/10.1002/anzf.1079>
- Papero, D. V. (2017). Teoría de Bowen y neurociencia. In M. Rodríguez-González; M. M. Berlanga (Ed.), *Teoría Familiar Sistémica de Bowen: avances y aplicación terapéutica* (pp. 37–59). McGraw-Hill Education.
- Pellegrini, P. G., Silva, I. M. da, Barreto, M., & Crepaldi, M. A. (2015). Diferenciação do adulto jovem: um estudo de caso em atendimento familiar. *Pensando Famílias*, 19(1), 114–129. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-494X2015000100010&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2015000100010&lng=pt&tlng=pt).
- Rodríguez-González, M., & Martínez, M. B. (2017). *La teoría familiar sistémica de Bowen : avances y aplicación terapéutica*. Mc Graw Hill Education.
- Rodríguez González, M., & Kerr, M. E. (2011). Introducción a las aplicaciones de la teoría familiar sistémica de Murray Bowen a la Terapia Familiar y de Pareja. *Cuadernos de Terapia Familiar*, (77), 7–15.
- Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2005). *História da Psicologia Moderna - (8ªEd.)*. THOMSON.
- Skowron, E. A., Epps, J. J. Van, Cipriano-Essel, E. A., & Woehrlé, P. (2017). Teoría de Bowen e investigación empírica. In M. Rodríguez-González; M. M. Berlanga, *La teoría familiar sistémica de Bowen: avances y aplicación terapéutica* (pp. 61–96). McGraw-Hill Education
- The Bowen Center. (n.d.). Bowen Center for the Study of the Family. Retrieved from <https://thebowncenter.org/>
- Vasconcellos, M. J. E. de. (2005). *Pensamento sistémico. O novo paradigma da ciência*. Papirus Editora.
- Walsh, F. (2016). Visões clínicas de normalidade, saúde e disfunção familiar: A partir de uma perspectiva dos déficits até os pontos fortes. In F. Wash (Ed.), *Processos normativos da família: Diversidade e Complexidade* (pp. 3–27). Artmed.

### **ANA FLÁVIA NASCIMENTO OTTO**

Doutoranda e Mestre em Psicologia (UCB), Especialista em Educação à Distância (UCDB), Especialista em Saúde Coletiva com enfoque em Educação em Saúde (UnB), Especialista em Terapia Familiar e de Casal (CEFAM) e Graduada em Nutrição (UnB).

<https://orcid.org/0000-0002-9988-2140>

E-mail: [anaotto@ymail.com](mailto:anaotto@ymail.com)

### **MARIA ALEXINA RIBEIRO**

Pós-doutorado em Psicologia (U.Porto/Portugal), doutorado e mestrado em Psicologia (UnB), Especialista em Psicoterapia Familiar e Sexual e graduada em Psicologia (UniCeub). Atuou como professora e pesquisadora nos Programas de Graduação, Pós-graduação Lato e Strictu-sensu de Psicologia (UCB).

<https://orcid.org/0000-0003-2480-4225>

E-mail: [alexina@solar.com.br](mailto:alexina@solar.com.br)