

Eduardo Ferreira-Santos
Psiquiatra e psicoterapeuta;
Terapeuta de aluno e professor
supervisor de Psicodrama (Febrap);
mestre em Psicologia Clínica (PUC-SP);
doutor em Medicina (FMSP-USP)

SOBRE O CIÚME

RESUMO

O sentimento de ciúme é um tema frequente nas sessões de psicoterapia, pois traz muito sofrimento tanto para quem o sente quanto para quem é vítima de uma pessoa ciumenta. Neste artigo procura-se enquadrar este doloroso sentimento na teoria psicodramática, utilizando-se fundamentalmente dos conceitos da Matriz de Identidade e do duplo-vínculo.

ABSTRACT

The feeling of envy is a frequent issue raised in psychotherapy sessions, as it causes suffering for those who feel envious as well as those on the receiving end of someone else's envy. This article aims to fit this painful feeling into the psychodrama theory, relying mainly on the concepts of the matrix of identity and the double-bond.

PALAVRAS-CHAVE

Ciúme, triangulação, castração existencial, matriz de identidade, duplo-vínculo.

KEYWORDS

Envy, triangulation, existential castration, the matrix of identity, double-bond

Nossa cultura latina costuma associar ao sentimento de ciúme uma manifestação clara de amor e cuidado entre parceiros de um relacionamento afetivo.

Mas será isto mesmo verdadeiro?

Os declarada ou veladamente ciumentos afirmam que sim e ficam até constrangidos e revoltados quando as evidências em contrário demonstram o egoísmo e a possessividade escondidos neste verdadeiro *"monstro dos olhos verdes"*, como o chamou Shakespeare.

A própria origem da palavra ciúme em português, derivada do grego *"zelus"*, transformada em *"zelumen"* no latim, faz pensar, como disse Santo Agostinho, no século XIV, *"Qui non zelat non amat"* (Quem não sente ciúme não ama).

Mas será o ciúme, e não o zelo, a verdadeira prova de amor?

Zelar, cuidar, proteger têm uma conotação bastante diferente de sentir ciúme, pois, no zelo, um sentimento altruísta (voltado para o outro), a pessoa está muito mais preocupada com o bem-estar de seu parceiro do que de si mesma.

Já o ciumento, prisioneiro de uma dor amarga em seu peito, sofre com as sombrias desconfianças de que possa ser traído ou mesmo abandonado pelo outro, o que caracteriza um sentimento voltado para si, para sua dor, para seu orgulho, portanto, um sentimento egoísta.

Será o amor egoísta? Será o amor possessivo? Será o amor marcado pela dor da desconfiança e do medo?

A palavra alemã para ciúme é *Eifersucht* e significa, literalmente, vício (ou doença) que arde. E parece ser assim que este sentimento se manifesta: uma dor que aperta o coração e causa tanto dissabor em uma relação afetiva.

É muito comum, em nosso meio, observar pessoas que defendem este sentimento não em si mesmas, mas sim no outro; acreditando que suas manifestações demonstram o amor sentido pelo qual querem crer serem agraciadas.

Mal conseguem perceber que as ditas manifestações de ciúme revelam uma possessividade, uma tentativa de controle e aprisionamento que só o tempo acaba revelando, e que, no extremo, levam a uma verdadeira falta de liberdade para ser e realizar seus próprios desejos.

Para muitos, o sentimento inconsciente de fragilidade exige uma proteção externa, e assumir uma relação com quem manifesta este “poder” é um alívio para suas inseguranças e temores perante a vida. Porém, à medida que se cresce emocionalmente e procura encontrar sua própria individualidade, a pessoa vê-se restringida neste direito e escravizada pelo seu, até então, “protetor”.

Não são poucos os casos de pessoas que se veem obrigadas a abandonar velhas amizades, velhos hábitos, renunciar a sonhos, estudos e empregos por imposições ciumentas de seus parceiros.

Isto acompanhado de desconfianças e controle sobre suas vidas, que, invariavelmente, culminam em discussões e mais discussões, quase sempre marcadas pela violência verbal ou mesmo física.

O que falar, então, da violência moral ao ter sua privacidade violada, ao ter bolsos e bolsas revirados, celulares vasculhados à procura de nomes e telefonemas de desconhecidos, *e-mails* devassados e constantes exigências de explicações para qualquer atitude que seja julgada como suspeita pelo outro?

Sofre-se e muito com isto tudo!

E quem sente o ciúme?

Viver constantemente ameaçado também não é nada agradável.

A ameaça a si mesmo, verdadeira ou não, gera a resposta fisiológica habitual às situações de agressão comuns no estado de estresse.

O curioso no sentimento de ciúme é que se trata de um conflito absolutamente intrapsíquico, cuja característica fundamental é a disfunção-

nalidade do sentimento, pois, por definição, baseia-se exclusivamente na fantasia do ciumento, derivada de alterações competitivas em seu “mundo interno”.

Quem vive mergulhado na angustiante fantasia de que pode ser traído ou abandonado, muitas vezes não se dá conta de que, sofrendo, lança mão de artifícios para “aprisionar” seu parceiro em uma verdadeira “gaiola de ferro”.

É comum ouvirmos as expressões “você é a minha vida”, “encontrei a outra ‘metade da laranja’”, “eu não vivo sem você” e tudo isto pode parecer, de início, uma maravilhosa entrega afetiva que encanta e seduz. Mas, com o decorrer do tempo, se algo ameaça esta outra metade de si mesmo ou sua própria vida, o sentimento de dor que surge pode manifestar-se de forma profundamente desastrosa, desencadeando brigas, agressões morais, verbais, físicas e, no limite, os, diariamente citados na crônica policial, “crimes passionais”.

Para entendermos o ciúme sob o ponto de vista da teoria psicodramática, podemos recorrer ao conceito da “matriz de identidade” proposto por Moreno (1978) e desenvolvido por Fonseca F^o (1980).

Recordemos que no seu “esquema de desenvolvimento humano”, Fonseca F^o, correlacionando as teorias morenianas com as de Martin Buber (1977), descreve as diferentes fases pelas quais passa uma pessoa em sua relação com o “outro” como base do seu desenvolvimento.

Após a fase inicial da INDIFERENCIAÇÃO, em que EU e TU vivem o que Spitz (1966) chamou de “vivência oceânica”, quando não há diferenciação nenhuma entre o ser que acabou de nascer e o mundo que o cerca, segue-se a fase de SIMBIOSE, em que esta indiferenciação começa a diluir-se, mas ainda não totalmente, permanecendo uma total dependência da mãe (ou de seu primeiro ego-auxiliar), com quem mantém um forte vínculo, algo como um “cordão umbilical psicológico”, isto é, a verdadeira identidade do EU está intimamente influenciada pela existência do TU, de quem depende absolutamente para sobreviver.

Isto significa que o EU não existe sem a presença do TU e, a ausência ou mesmo a ameaça de afastamento deste outro, gera na criança intenso sentimento de angústia e sofrimento, o que Spitz chamou de “angústia de separação”.

Segue-se a este período a chamada “fase de espelho”, em que ocorre o verdadeiro reconhecimento do EU e do TU como entidades distintas e separadas. Para que isto ocorra de forma adequada e consistente, é necessário que o TU efetivamente funcione como um espelho real, ensinando ao EU os verdadeiros valores de significado de seus atributos e confirmando suas principais funções egoicas, como a percepção, o pensamento e o sentimento.

Ferreira-Santos e Kaufman (1982) descrevem a importância da comunicação patológica nas fases de simbiose e reconhecimento do EU e do TU (espelho) da *matriz de identidade*.

Para a pessoa que se acha só e confusa, perdida no labirinto da indiferenciação, a abordagem franca, real e confirmatória de sua existência,

com o reconhecimento de suas percepções, sentimentos e pensamentos pelo seu “ego-auxiliar”, tem a função essencial de dar “consistência e individualização” ao EU que se estrutura.

O que dá suporte para a consistência e efetivação desta fase são os principais conceitos da **teoria da comunicação**, desenvolvidos por Watzlawick, Beavin e Jackson (1973). Desses conceitos, os mais importantes e fundamentais são os *níveis* e os *modos* de comunicação.

A comunicação pode ser feita de dois modos: *analógico* e *digital*. A mensagem *digital*, cujo significado é reconhecido convencionalmente por todos, é expressa de forma verbal. A *analógica*, por outro lado, é a mensagem não-verbal, que propõe uma relação entre os comunicantes e classifica a mensagem digital. É fundamental que numa relação dialógica (como a que deve haver entre o terapeuta e o cliente) haja concordância numa mesma mensagem nos seus dois modos, evitando-se o que foi chamado por Bateson (1974) e sua equipe de Palo Alto de *dupla mensagem*.

Quanto aos níveis de comunicação, esses dizem respeito estritamente ao conteúdo relacional da mensagem com a qual os indivíduos interagem e, portanto, se oferecem mútuas definições de suas relações e, conseqüentemente, de si próprios. Tais níveis são a *confirmação* e a *desconfirmação*.

Na *confirmação*, aquilo que o emissor está dizendo é ouvido pelo receptor com seriedade e respeito, reconhecendo-se como *verdadeiro* para quem emite seus sentimentos, pensamentos ou percepções. No limite, uma pessoa delirante que se diz ser Jesus Cristo ou Sílvio Santos está, realmente, acreditando nisso e confirmá-lo significa reconhecer essa crença, essa convicção.

Por outro lado, isso não significa a aceitação incondicional do conteúdo dessa manifestação, ou seja, embora se reconheça que o sujeito perceba-se como Sílvio Santos, na verdade, sabemos que não é real. Abrem-se, portanto, duas possibilidades na confirmação:

a. *aceitação*: o receptor reconhece como existencialmente verdadeira a mensagem emitida, identificando suas características de adequação à realidade consensual, isto é, o emissor da mensagem não apenas se percebe, sente ou pensa deste ou daquele modo, mas sua afirmação está dentro da realidade;

b. *negação*: o conteúdo da mensagem não é aceito pelo receptor (sabemos que na verdade ele não é o Sílvio Santos), preserva-se, porém, a compreensão de que aquela pessoa se percebe como tal e o entendimento dessa percepção inadequada só pode dar-se no nível psicodinâmico do sujeito.

Na *desconfirmação*, não se considera o direito de a pessoa sentir o que sente, de pensar o que pensa, perceber o que percebe, enfim, desconsidera-se seu direito de existir.

A associação da “*dupla mensagem*” com a *desconfirmação* caracteriza o que se chama de “*duplo vínculo*”, eminentemente patológica e patogênica, pois determina um intransponível obstáculo para que a pessoa possa seguir seu desenvolvimento normal.

R. D. Laing (1979) lança o conceito de “*insegurança ontológica*” para definir aquelas pessoas que:

“... podem sentir seu próprio ser como mais irreal do que real, literalmente mais morto do que vivo; precariamente diferenciado do restante do mundo, de modo que sua identidade e autonomia estejam sempre postas em dúvida. É possível que lhe falte a experiência de sua continuidade temporal...”

Estas pessoas, vítimas do “*duplo vínculo*” estabelecido na infância, estarão permanentemente reféns de um outro que lhes dê a consistência de SER, permanecendo como que “fixadas” na fase de simbiose, dependendo plenamente da presença constante deste outro que lhes dá a segurança que não possuem.

Há, ainda, que se apontar a fase que se segue ao Reconhecimento do EU e do TU, que é a “fase da triangulação”, à qual Fonseca F^o chama de “*crise da triangulação*”, pois, se não tiver passado saudavelmente pelas fases anteriores, ser-lhe-á praticamente impossível aceitar a presença de um terceiro que ameace a relação em corredor (com a mãe, com o pai, com o ego-auxiliar).

Sob a visão psicanalítica, é o “Complexo de Édipo” e o “Complexo de castração”, fase que não está associada necessariamente, como pensava Freud (1984), a questões sexuais, e pode significar a angustiante sensação de exclusão e solidão existencial.

Pensando mais no conceito freudiano de “fixação”, podemos considerar que a pessoa que não conseguiu ultrapassar estas fases de desenvolvimento a contento ficará como que aprisionada em suas experiências primordiais e, portanto, facilmente vítima de regressões transferenciais em situações de ameaças reais ou imaginárias.

Assim, estas pessoas, quando adultas, ao estabelecerem uma relação afetiva, tenderão a propor inconscientemente uma relação de simbiose, de dependência com o outro, na qual a simples ideia de separação ou de intromissão de uma terceira pessoa é extremamente ameaçadora, gerando a angústia básica que caracteriza o ciúme.

Deve-se, ainda, salientar que a este sentimento de ciúme associa-se uma ação/reação, uma atitude muitas vezes disfuncional, desencadeada por outros traços da personalidade de quem o sente.

Como exemplo, podemos pensar em uma pessoa que, devido a componentes biopsicossociais, tenha desenvolvido uma personalidade impulsiva, clinicamente diagnosticada como portadora de transtorno de personalidade insegura de si do tipo impulsivo, irá reagir agressivamente à ameaça gerada pelo ciúme, chegando até mesmo a atos extremos de violência, agressão e morte.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BATESON, G. *et AL*: *Interacción Familiar*. Buenos Aires: Tiempo Contemporaneo, 2^a edición, 1974.

BUBER, M. **Eu e Tu**. São Paulo: Cortez e Moraes, 1977.
FERREIRA-SANTOS, E. e KAUFMAN, A. "A influência da comunicação patológica na fase de reconhecimento do Eu e do Tu da matriz de identidade", **Revista da Febrap**, ano 5, nº I, 1982.
FONSECA FILHO, J. S. **Psicodrama da loucura: correlações entre Buber e Moreno**. São Paulo: Ágora, 1980.
FREUD, S. Da história de uma neurose infantil. O erotismo anal e o complexo da castração (1918). *In*: **Edição Padrão da Obra Psicológica de Sigmund Freud**. Vol. 17. Rio de Janeiro: Imago, 1984.
LAING, R. D. Insegurança ontológica. *In*: Theodore Millon, **Teorias da psicopatologia e personalidade**. Rio de Janeiro: Interamericana, 1979.
MORENO, J. L. **Psicodrama (1º Volume)**. São Paulo: Cultrix, 1978.
SPITZ, R. **El primer año de vida del niño**. Madrid: Aguilar, 1966.
WATZLAWICK, P.; BEAVIN, J. H., JACKSON, D.D. **Pragmática da comunicação humana**. São Paulo: Cultrix, 1973.

LEITURA COMPLEMENTAR

FERREIRA-SANTOS, E. **Psicoterapia breve: abordagem sistematizada de situações de crise**. São Paulo: Ágora, 4ª edição, 1997.
_____. **Ciúme: o medo da perda**. São Paulo: Claridade, 8ª edição, 2008.

Endereço:
Rua Abílio Soares, 233
cj 64, Paraíso
São Paulo - SP
Fone: (11) 3051-5556
e-mail: efsantos@uol.com.br
www.ferreira-santos.med.br