

RELAÇÃO FAMILIAR E COMUNICAÇÃO AUTÊNTICA: UMA PERSPECTIVA SISTÊMICA (CONTRIBUTOS PARA A PSICOTERAPIA CENTRADA NA FAMÍLIA)



Fernando Nogueira Dias

Resumo: O presente trabalho é fruto de uma pesquisa bibliográfica orientada por um sentido de transculturalidade científica, o que levou o autor a fundamentá-lo em obras de áreas tradicionalmente distintas como a Filosofia, a Psicoterapia, a Sociologia e a Antropologia.

Pretende-se evidenciar a importância da comunicação como factor determinante da relação familiar. Como propostas de uma comunicação autêntica para o desenvolvimento pessoal e familiar, são referidas as atitudes básicas de comunicação e os princípios sobre os quais devem assentar as relações interpessoais, segundo Carl Rogers.

Palavras-chave: ·Família ·Sistema ·Pessoa ·Comunicação ·Desenvolvimento ·Adaptação

Abstract: This project was produced after a bibliographical research based on a sense of scientific transculturalism. The author supported it on works in traditionally distinct areas such as Philosophy, Psychology, Psychotherapy, Sociology and Anthropology.

It's intended to highlight the importance of communication as a decisive factor in familial relationship.

Basic attitudes of communication and principles, upon which interpersonal relationship should be based, according to Carl Rogers, are referred to as a proposition for authentic communication in personal and familial development.

Keywords: ·Family ·System ·Person ·Communication ·Development ·Adjustment

“Podemos portanto dizer que a psicoterapia é uma boa comunicação no interior da pessoa e entre pessoas... Uma boa comunicação, uma comunicação livre, dentro de pessoas é sempre terapêutica”...”Uma terapia que leva o indivíduo a tornar-se mais plenamente e de uma maneira mais profunda ele próprio o conduz igualmente à descoberta de uma maior satisfação nas relações familiares reais que prosseguem os mesmos fins: facilitar em cada membro da família o processo de descobrir-se e de vir a ser ele mesmo”.

Carl Rogers (“Tornar-se Pessoa”)

A relação emerge como expressão caracterizadora do sistema familiar, ao qual estão subjacentes os processos de comunicação.

Ao longo deste trabalho sobressai a perspectiva sistémica da pessoa e da família, tomando-as como ponto de convergência da diversidade de valores individuais, familiares e sociais. Sendo a pessoa um sistema aberto e complexo está permanentemente sujeita às influências do meio que a rodeia, meio que, pelo processo de socialização, lhe vai fornecendo os valores que a orientam na construção de si própria.

Se na relação familiar os bloqueios do processo de comunicação se sobrepõem à facilitação, que conduz a pessoa ao crescimento e à autonomia, o sistema pode entrar em desequilíbrio, acarretando este consequências negativas para os elementos que o constituem, para a família como um todo e para a sociedade.

A comunicação autêntica apresenta-se como factor determinante no desbloqueamento e na facilitação de uma relação equilibrada.

I – FUNDAMENTOS TEÓRICOS: A COMUNICAÇÃO COMO PROCESSO

Quando no interior de uma família os indivíduos têm necessidade de relacionar-se recorrem à comunicação. Por comunicação entendemos o acto de pôr algo em comum entre pelo menos duas pessoas, assentando este numa codificação que ambos conhecem, por forma a gerar-se um campo de entendimento comum aos elementos envolvidos no processo de comunicação.

Distinguimos aqui a comunicação da informação, visto tratar-se de conceitos diferentes. Enquanto que a informação é o acto de divulgar, esclarecer e dar conhecimento de algo a alguém, a comunicação é um processo, o qual gera mudanças nos elementos que dele participam, num tempo, num espaço e num contexto.

Se a informação se caracteriza por uma relação unívoca entre emissor e receptor, a comunicação distingue-se desta por uma relação biunívoca, por um circuito bilateral, no qual a resposta do receptor retroalimenta a reacção do emissor. Ou seja, *a comunicação gera reversibilidade (na inteligência), reciprocidade (na afectividade) e objectividade (nas significações).*

Como a informação é unilateral não permite ao receptor reagir ou pronunciar-se sobre o conteúdo e a intenção da informação, o que pode naturalmente provocar irreversibilidade, desnivelamento e equívocos de compreensão. Se na informação há uma relação de *imposição* por parte do emissor, já na comunicação verifica-se uma reacção dos dois elementos nela envolvidos, uma vez que ambos são participantes de um processo comum.

II – PROCESSO DE COMUNICAÇÃO NA FAMÍLIA

Comunicação é então o processo pelo qual marido e mulher, pais e filhos constituem relação uns com os outros. É a forma que permite aos elementos do processo de comunicação exteriorizar e comungar a sua subjectividade.

Este processo não implica no entanto a redução ou a eliminação das diferenças que caracterizam emissor e receptor. Como afirma Orgogozo⁽¹⁾ “¼la communication est une activité d’échange – incessante et pourtant improbable – entre deux ou plusieurs unités

(individuelles, organisationnelles ou sociales) qui cherchent à modifier leurs comportements mutuels pour réduire l’incertitude inhérente au fait que ces unités sont et resteront différentes les unes des autres”.

Pode, assim, dizer-se que o processo de comunicação na família permite aos seus elementos partilhar o que têm em comum, mas também evidenciar as diferenças que os caracterizam. Esta diferenciação poderá, no entanto, levar a um clima de bem-estar e de prazer, pela descoberta da diferença, mas igualmente a um clima de tensão e de angústia nas pessoas envolvidas nesse processo.

Por outro lado, se é no processo de comunicação que surgem ambiguidades que provocam bloqueios e conflitos, é também nele que, igualmente, aquelas podem ser clarificadas e resolvidos os conflitos.

III – BLOQUEIOS NO PROCESSO DE COMUNICAÇÃO

Do que precede, torna-se claro que, ao estabelecer-se a relação na família desenvolve-se, antes de mais, um processo dinâmico de comunicação no seu interior. Mas este processo, que tem uma intencionalidade, que visa determinado objectivo no sistema familiar, assenta e depende das características dos diferentes elementos que o constituem⁽²⁾: emissor, mensagem, canal, receptor e contexto ou clima.

Se tomarmos em consideração que as características de cada elemento do processo de comunicação são diversas e complexas, poder-se-á perceber que o equilíbrio da relação familiar em muito depende das estratégias e das práticas comunicacionais nela presentes.

Assim, ao nível do emissor e do receptor (marido e mulher ou pais e filhos, por exemplo) podem gerar-se e desenvolver-se bloqueios provenientes: das habilidades comunicadoras do emissor e do receptor no que se refere à forma como codificam e descodificam as mensagens, bem como à sua capacidade de raciocínio; das próprias atitudes do emissor e do receptor, pois elas influenciam os meios pelos quais se expressam; do sistema sócio-cultural, o qual influencia e condiciona a acção do emissor e do receptor.

Ao nível da mensagem, podem gerar-se e desenvolver-se bloqueios provenientes das influências: do próprio conteúdo da mensagem, do tratamento e da codificação que lhe são feitos.

Ao nível do canal, podem emergir as influ-

ências da visão, da audição, do tacto, do olfacto, do gosto, da mímica, da gestualidade, etc.

Sendo a comunicação um acto intencional ela é um comportamento teleologicamente orientado. Dado que a intencionalidade da comunicação é indissociável da relação, e sendo a relação uma função estruturante do próprio indivíduo, logo a comunicação torna-se parte integrante da natureza humana, pois, como refere Edgar Morin, o ser humano é um sistema auto-eco-organizado, ou seja, constrói-se na relação que tem com os outros.

IV – O SER HUMANO COMO SISTEMA ABERTO E COMPLEXO

Visto que a relação caracteriza e expressa cada sistema familiar, os sujeitos que dele fazem parte encontram-se num processo de comunicação constante, ao qual não podem subtrair-se. *Mesmo quando um filho evita o diálogo com o pai, ou este com o filho escondendo-se, por exemplo, na leitura de um jornal, ou num programa televisivo, ele comunica que não quer ou não pode comunicar. Como refere o psicoterapeuta Watzlawich⁽³⁾, não se pode não comunicar, ou seja, qualquer comportamento tem sempre o valor de mensagem, por isso, estamos sempre em comunicação.*

Assim, e dada a constância da relação familiar, ora com uns ora com outros membros, pode dizer-se que os elementos que integram a família se situam num plano sistémico e interactivo de comunicação, o que nos conduz à ideia de que o ser humano está permanentemente a fazer trocas com o meio ambiente, neste caso a família.

A visão sistémica da família⁽⁴⁾ pode igualmente ser transposta para cada elemento que a constitui. O ser humano é também ele um sistema, sistema complexo e aberto ao meio que o rodeia. E, graças à estrutura genética e à carga hereditária que o acompanham, o ser humano detém um conjunto de potencialidades que, se actualizadas, lhe possibilitam relacionar-se com os outros.

O desenvolvimento das características individuais e das suas potencialidades, quando facilitado pelo meio social, especialmente pela família, per-

mite ao indivíduo fazer trocas adaptativas, as quais lhe facultam o ajustamento às mutações que se geram nesse mesmo meio ambiente físico e social.

O processo de comunicação na família apresenta-se neste contexto como um mecanismo de regulação social básico, sem o qual não seria possível haver relação, e sem relação familiar seria insustentável o processo de socialização primária. A haver rotura neste processo difícil seria também a adaptação social da pessoa, logo, tornar-se-ia iminente o fracasso da sua integração na sociedade.

V - ABORDAGEM SISTÉMICA DA ADAPTAÇÃO SOCIAL

Como foi visto, é na relação familiar, com base nos mecanismos de comunicação, que o ser humano interioriza os elementos sócio-culturais do seu meio, através do processo de socialização, e os integra na estrutura da sua personalidade, face às experiências vividas na e com a família e se adapta ao meio social⁽⁵⁾.

Ora, do ponto de vista sociológico, a principal consequência da socialização é, com efeito, a adaptação da pessoa ao seu meio social. Esta adaptação permitir-lhe-á partilhar as suas aspirações e as suas necessidades, pois que, mental e psiquicamente se assemelha aos outros. *Neste processo interactivo de adaptação o indivíduo reconhece-se no Nós, e é dele que extrai a sua identidade psíquica e social⁽⁶⁾.*

Numa visão alargada desta problemática, podemos dizer que a adaptação social do ser humano se produz a três níveis: psicomotor, afectivo e mental.

Ao nível psicomotor, porque o ser humano desenvolve necessidades fisiológicas, gostos, atitudes corporais, que são condicionados pela cultura. Ao nível afectivo, porque a expressão dos sentimentos é veiculada pelas modalidades, pelas restrições e pelas sanções da cultura ou da sociedade. Ao nível do pensamento, porque a socialização fornece ao ser humano as categorias mentais, as representações, as imagens, os conhecimentos, os preconcei-

tos e os estereótipos.

Numa alusão à Teoria Geral da Acção Humana, o sociólogo Talcott Parsons ⁽⁷⁾ propõem-nos quatro subsistemas ciberneticamente hierarquizados, mas interactivos, que concorrem para a adaptação social do ser humano: orgânico, psíquico, social e cultural (ou simbólico). A cada subsistema corresponde uma função, que contribuirá para a integração do indivíduo e para o equilíbrio global do sistema social.

Ao subsistema orgânico corresponde a função de adaptação da pessoa, dependendo esta das condições proporcionadas pela estrutura económica. Ao subsistema personalidade corresponde a função de prosseguimento de fins da pessoa, dependendo esta das condições implicadas na estrutura política. Ao subsistema social corresponde a função de integração do indivíduo, dependendo esta das condições que corporizam as normas e as regras que condicionam a interacção humana. Ao subsistema cultural corresponde a função de estabilidade normativa, dependendo esta de valores e do modo como os diferentes agentes os transmitem ao ser humano no decurso do processo de socialização.

Adoptando a perspectiva sistémica à família, podemos dizer que a função de adaptação diz respeito aos meios a que o sistema familiar recorre para prosseguimento dos seus fins.

Por sua vez, a função de prosseguimento de fins diz respeito à definição e obtenção de objectivos para a própria família ou para os elementos que a constituem.

A função de integração consiste em assegurar a coordenação dos elementos do sistema familiar, por forma a ultrapassar as contradições originadas no seu interior e entre este e a sociedade.

Por último, a função de estabilidade normativa consiste em assegurar que os valores da sociedade sejam conhecidos e aceites pelos elementos do sistema familiar.

VI – COMUNICAÇÃO E RELAÇÃO FAMILIAR

A família desempenha assim o papel de estabilizador através do processo de socialização, o qual procura produzir nos indivíduos conformidade nas maneiras de agir, de pensar e de sentir, por forma a que estes se adaptem ao sistema familiar e nele se integrem, permitindo-lhes assim manter-se e prosseguir os fins do próprio sistema.

Como estes fins só são possíveis de atingir mediante processos de comunicação, a relação fa-

miliar torna-se parte da natureza da pessoa. O ser humano acaba por ser aquilo que a relação com os outros lhe proporciona. Construindo-se na relação comunicativa, a pessoa torna-se um ser relacionado e comunicacional.

Dado no entanto que ao nascer o indivíduo tem de integrar-se progressivamente nos padrões de funcionamento familiar já existentes, os modos de pensar, de sentir e de agir acabam por ser modelados pela relação que aí se desenvolve.

Como a família é a primeira instituição a permitir ao ser humano construir-se na relação, o modo como nela se desenvolvem os processos de comunicação determinará o maior ou menor sucesso do seu desenvolvimento pessoal e, por consequência, da sua integração na sociedade.

VII – A COMUNICAÇÃO AUTÊNTICA

Sendo a família o local por excelência onde os seus membros podem comunicar uns com os outros sem barreiras, nem sempre isso se verifica.

Carl Rogers, psicólogo americano da corrente humanista, apresenta-nos a sua concepção das relações humanas, baseando-se na atitude de autenticidade entre as pessoas. A sua proposta de modelo de comunicação é expressa em diversas obras que publicou no decurso da sua vida, sendo *Tornar-se Pessoa* ⁽⁸⁾ aquela que, de uma forma simples e enfática, contribuiu para uma perspectiva original do ser humano e da família.

Rogers parte de três premissas que são fundamentais para a compreensão do seu modelo de comunicação.

A primeira é a de que o núcleo da personalidade do ser humano é de *natureza fundamentalmente positiva*, sendo a base do homem positiva, racional e realista.

A segunda é a da *capacidade de auto-direcção*, ou de crescimento de todo o indivíduo. Esta tendência inata de o indivíduo desenvolver as suas capacidades assenta em duas ideias fundamentais: por um lado, a *tendência actualizante* do organismo em busca dos fins que lhe são próprios; por outro, a pessoa é vista como um *sistema aberto*, auto-regulável, que avalia a sua experiência e resultados em função dos objectivos desejados, corrigindo posteriormente a sua experiência.

A terceira diz respeito à *alienação do desenvolvimento*. Neste caso, o desenvolvimento da pessoa encontra-se bloqueado face aos objectivos que

lhe são propostos. Como o ego é produto das experiências que ela próprio viveu e da interiorização da valorização que os outros fazem de si, a pessoa tende a deixar-se guiar pelas apreciações dos outros, especialmente dos pais.

Na família, acontece frequentemente a criança valorizar mais as apreciações que os pais fazem de si do que a sua experiência pessoal. Como a criança depende das condições que os pais lhe proporcionam para atingir os seus fins, a sua percepção caba por ser modelada, dirigida por vontades que lhe são estranhas.

Para contrariar os bloqueios ao processo de comunicação, e por consequência a relação desequilibrada, Rogers propõem que, para a comunicação ser verdadeira, autêntica, ela deve efectuar-se entre *peessoas*.

Ora, o conceito de pessoa em Rogers exclui a clivagem do ser humano em orgânico, psíquico, social ou cultural, à semelhança da visão sociológica. O ser humano é um todo sistémico, independente, mas simultaneamente relacional, com o qual temos de lidar sem bloqueios à experiência subjectiva, pois é através dela que o ser humano encontra o que há de comum para partilhar com os outros, constituindo desta forma um clima ou campo de inter-subjectividade.

Assim, e sem que os pais se demitam da sua responsabilidade de educadores e orientadores, para que na família haja uma relação equilibrada, através da comunicação autêntica, é necessário ter em conta três atitudes comunicacionais.

A primeira diz respeito à necessidade de os pais serem *coerentes e congruentes* nas relações com os filhos, serem eles mesmos, *autênticos*, transparentes, devendo estar abertos, sem defesas em relação aos seus próprios sentimentos.

A segunda refere-se à necessidade de *aceitação positiva e incondicional* dos filhos, o que significa aceitar as suas manifestações sem julgamentos prévios.

A terceira reporta à *compreensão empática* do ponto de vista interno dos filhos, o que significa perceber o quadro de referência interno das próprias crianças com a exactidão possível. Isto inclui também os aspectos emocionais e as significações a eles atribuídos, como se os pais fossem os filhos, sem no entanto deixarem de ser eles próprios.

A adopção destas atitudes pela família contribuirá, por certo, para um maior desenvolvimento pessoal dos seus elementos, para relações mais equilibradas e para uma sociedade menos punitiva e blo-

queadora. É que, como refere o sociólogo Raymond Boudon ⁽⁹⁾, Todo o processo social é, em última instância, resultado de comportamentos inspirados nas noções ou valores interiorizados pelos indivíduos no decorrer da sua socialização.

CONCLUSÕES

A comunicação, ao contrário da unilateralidade da informação, produz mudanças nos intervenientes desse processo, o que nos leva a afirmar que as relações familiares deverão assentar em actos de comunicação autêntica para que todos tenham oportunidade de nele participar.

Mas este processo pode sofrer diversos bloqueios, uma vez que os elementos em interacção são vários. E como o ser humano é um sistema aberto, e por isso vive permanentemente exposto às influências do meio, está sujeito a orientar-se em função dos julgamentos e apreciações dos outros, em especial dos pais.

Encarando a família como um sistema ela permite aos elementos que a constituem, através do processo de socialização, interiorizar os valores e as normas sociais para a sua formação e desenvolvimento, mas também estabelecer uma ligação entre eles e a sociedade, contribuindo deste modo para o equilíbrio social.

A comunicação é o mecanismo social básico sem o qual não é possível haver relação. Se a comunicação na família se fundamentar nas atitudes propostas por Rogers, a congruência, a aceitação positiva e incondicional e a compreensão empática, mais possibilidades haverá de um desenvolvimento pessoal e de relações familiares equilibradas.

Havendo relações familiares equilibradas os processos sociais não deixarão de ser o seu reflexo natural.

BIBLIOGRAFIA

- (1) Berlo, David K. (1979): *O Processo da Comunicação*, São Paulo, Livraria Martins Fontes Editores, pp. 49-75
- (2) Boudon, Raymond (1990): *O Lugar da Desordem*, Lisboa, Gradiva, p.37
- (3) Gurvitch, George: *Tratado da Sociologia*, São Paulo, Livraria Martins Fontes Editora, s.d., Vol.I, pp. 243-258
- (4) Hipólito, João et all (1989): "Perspective Antropoanalytique", in *Therapie Familiale*, Geneve, Vol.10, Nº 4, pp.351-358
- (5) Orgogozo, Isabell (1988): *Les Paradoxes de la Communication*, Paris, Les Editions D'organization, p.15
- (6) Parsons, Talcott (1969): *Sociedade, Perspectivas Evolutivas e Comparativas*, São Paulo, Livraria Pioneira Editora, pp. 52-53
- (7) Rocher, Guy (1989): *Sociologia Geral*, Lisboa, Editora Presença, Vol.I, p.126
- (8) Rogers, Carl (1985): *Tornar-se Pessoa*, Lisboa, Moraes Editora,.
- (9) Watzlawick, Paul et all. (1985): *Pragmática da comunicação humana*, São Paulo, Cultrix, p. 44