

## SOBRE FUNDAMENTOS EPISTEMOLÓGICOS DA TEORIA DE MURRAY BOWEN

Foi com muita satisfação que li o artigo “Fundamentos epistemológicos da teoria de Murray Bowen”, de Ana Flávia Nascimento Otto e Maria Alexina Ribeiro, publicado no número 70 da *NPS*. Revisitei meus primeiros anos no curso de formação em terapia familiar.

Murray Bowen está entre os primeiros pesquisadores da terapia familiar sistêmica e entre os primeiros que me reafirmaram a certeza de que havia escolhido o curso certo. Ao ler o artigo viajei no tempo da minha formação, na escolha pelos autores preferidos, conforme ia estudando cada escola de terapia familiar. Foi um período em que voltei a pensar nas minhas relações familiares, na minha própria “diferenciação” da minha família de origem. A leitura do artigo de Otto e Ribeiro também me levou para outros lugares e tempos.

Recentemente, fazia uma limpeza em um material de trabalho utilizado há mais de vinte anos e que estava repousando na estante. Entre inúmeras pastas, encontrei uma carta que havia escrito para meu pai. Era uma carta escrita à mão com a caneta tinteiro que ele havia me dado quando fiz quinze anos. Nós dois adorávamos escrever com caneta tinteiro. Reli a carta com nó na garganta. Era de um momento difícil na nossa relação. Eu estava em franco desentendimento com ele. Não queria mais estudar na mesma escola de freiras, onde fiz o primário, um bom colégio tradicional, só para meninas. Ele insistia que eu fizesse o curso normal, que preparava professoras para lecionarem no curso primário. Não conseguimos chegar a um acordo sobre isso: era aceitar sua ordem ou aceitar. Fiz a inscrição para o curso clássico em um colégio estadual, escondida dele e da minha mãe. Passei na seleção e avisei aos dois; ele não aceitou de jeito nenhum. Resolvi encarar e fui fazer a matrícula, minha mãe foi comigo. Fiquei sem falar com meu pai nem sei por quanto tempo; foi quando resolvi escrever a carta. Falei tudo o que pensava, com toda a minha emoção. Ele precisava confiar em mim, eu tinha aprendido com ele os melhores valores da vida, amor, respeito, confiança, lealdade, honestidade. Eu já sabia o que queria, ele precisava me escutar. Lembro dele depois, com os olhos marejados, quando veio me abraçar e me dar os parabéns por ter passado na seleção do colégio.

Na mesma pasta onde encontrei a carta, estavam anotações de aulas e a edição em espanhol do livro de Bowen, *De la familia al individuo: La diferenciación de sí mismo en el sistema familiar* (1991), no qual ele fala lindamente do seu processo de diferenciação da família de origem. Na maturidade, já casado, com filhos, profissional reconhecido pelo seu trabalho de médico e terapeuta pesquisador, submeteu a si próprio e a sua família à pesquisa.

Sempre gostei de escrever cartas, através delas podemos escolher descrever nossos pensamentos e opiniões sem machucar o outro, dar espaço à emoção e à reflexão, como Bowen havia feito com sua família no seu processo de diferenciação.

**VERA LUCIA LADEIRA COLONELLI**

*Instituto Noos,  
São Paulo/SP, Brasil*

Nesse processo, ele experimentou várias maneiras de compreender a “diferenciação de si mesmo”, através de cartas individuais que enviava para os membros da família extensa. Essas cartas chegavam à cidade de sua família de origem antes que Bowen a visitasse pessoalmente, e acabavam produzindo ruídos e conversas paralelas entre seus familiares. Em consequência disso, aconteciam desconfortos que provocavam debates e discussões calorosas. Os familiares eram convidados periodicamente a repensar suas relações na família através das “provocativas” cartas do filho mais velho.

Bowen relata no livro como desenvolveu seus principais conceitos, *pertencimento* e *diferenciação*. Durante oito anos fez um esforço enorme para se diferenciar de sua família de origem. Suas primeiras tentativas foram frustradas, pois, segundo ele, depois de um breve período na companhia dos familiares, quando voltava para casa, depois de duas horas já se via refletindo com a esposa sobre questões que havia vivenciado com seus familiares. Foi percebendo que ganhava objetividade quando estava longe da família e a perdia quando estava próximo. A esse comportamento chamou de “massa indiferenciada do eu na família de origem”.

\*\*\*

Segundo pesquisadores citados pelas autoras, estudos recentes, com a utilização de equipamentos de neuro *feedback* e bio *feedback*, reforçam os conceitos da teoria de Bowen e sua eficiência como proposta terapêutica. Os resultados dos estudos empíricos mostraram que uma maior diferenciação do *self*, que trata da autorregulação emocional das pessoas, está associada a menos problemas físicos, psicológicos, conjugais e de violência familiar, o que por si já vale um estudo aprofundado. Embora tenha falecido em 1989, seu centro de pesquisas em Washington, D.C., The Bowen Center, permanece ativo no desenvolvimento da sua teoria.

Ao comentar o artigo “Fundamentos epistemológicos da teoria de Murray Bowen”, me sinto convidada a reler Bowen e reencontrar seus conceitos e práticas, e a entender melhor por que suas teorias estão sendo revisitadas e pesquisadas atualmente, trazendo resultados positivos.

## REFERÊNCIAS

**Bowen, M.** (1991). *De La familia al individuo. La diferenciación del sí mismo em el sistema familiar*. Buenos Aires: Ediciones Paidós.

---

### VERA LUCIA LADEIRA COLONELLI

Pedagoga formada pela Universidade de São Paulo e terapeuta de família e casal pelo Instituto de Terapia Familiar-SP, é mestre em Educação e Saúde na Infância e Adolescência pela Unifesp. Associada do Instituto Noos, faz parte da equipe da clínica social.

<https://orcid.org/0000-0001-7010-8808>

E-mail: [veracolonelli@yahoo.com.br](mailto:veracolonelli@yahoo.com.br)