

# ABRINDO JANELAS À BRISA PÓS-MODERNA: UM CONVITE AOS RELACIONAMENTOS CONJUGAIS

ABRIENDO VENTANAS A LA BRISA POSTMODERNA:  
UNA INVITACIÓN A LAS RELACIONES MATRIMONIALES

OPENING WINDOWS TO THE POST-MODERN BREEZE:  
AN INVITATION TO MARITAL RELATIONSHIPS

THAISLINE  
PRISCILA DAY <sup>1</sup>

DAVID DAY <sup>2</sup>

**RESUMO:** Este artigo original oferece uma reflexão teórica fundamentada na epistemologia que apoia as práticas narrativas. Somos histórias e participantes de histórias geradas a partir de relacionamentos, dentre os quais encontramos o relacionamento conjugal que, enquanto presente, faz-se centro e ponto de partida para o sistema familiar. O trabalho enfatiza a qualidade desta relação, acreditando que conflitos, diferenças e múltiplas verdades existem e são oportunidades para encontros e desencontros conjugais. Buscou-se oferecer entendimento de que pautado sobre uma postura de não-saber, o diálogo, a externalização e a reautoria são boas práticas para a dinâmica entre casais. Ao longo do texto caminha-se por autores como Michael White, Harlene Anderson, Marilene Grandesso e outros igualmente referência nesses conceitos, também se oferecem metáforas originais que conectam teoria e prática, tornando-os acessíveis para além do ambiente terapêutico.

**Palavras-chave:** Psicologia, Família, Cônjuges, Terapia de Casal, Metáfora.

**RESUMEN:** Este artículo original ofrece una reflexión teórica basada en la epistemología que sustenta las prácticas narrativas. Somos historias y participantes en historias generadas a partir de relaciones, entre las cuales encontramos la relación conyugal que, mientras está presente, se convierte en el centro y punto de partida para el sistema familiar. El trabajo enfatiza la calidad de esta relación, creyendo que los conflictos, las diferencias y las múltiples verdades existen y son oportunidades para encuentros y desencuentros conyugales. El objetivo fue ofrecer un entendimiento de que, basado en una postura de no saber, el diálogo, la externalización y la reautoria son buenas prácticas para la dinámica entre parejas. A lo largo del texto, exploramos autores como Michael White, Harlene Anderson, Marilene Grandesso y otros que también son referentes en estos conceptos, y ofrecemos metáforas originales que conectan teoría y práctica, haciéndolas accesibles más allá del entorno terapéutico.

**Palabras clave:** Psicología, Familia, Cónyuges, Terapia de Pareja, Metáfora.

**ABSTRACT:** This original article offers a theoretical reflection based on the epistemology that supports narrative practices. We are stories and participants in stories generated from relationships, among which we find the marital relationship that, while present, becomes the center and starting point for the family system. The work emphasizes the quality of this relationship, believing that conflicts, differences, and multiple truths exist and are opportunities for marital encounters and misunderstandings. The aim was to offer an understanding that, based on a not-knowing stance, dialogue, externalization, and re-authoring are good practices for the dynamics between couples. Throughout the text, we explore authors such as Michael White, Harlene Anderson, Marilene Grandesso, and others who are also references in these concepts, and we offer original metaphors that connect theory and practice, making them accessible beyond the therapeutic environment.

**Keywords:** Psychology, Family, Spouses, Couples Therapy, Metaphor.

<sup>1</sup> Centro Universitário  
Uniassevi de Blumenau,  
Blumenau, SC, Brasil

<sup>2</sup> Vallent Cursos,  
Blumenau, SC, Brasil

<https://www.doi.org/10.38034/nps.v33i79.792>

Recebido em: 01/04/2024  
Aceito em: 17/06/2024.



## A BRISA PÓS-MODERNA

Enquanto autores deste artigo, utilizamos três lugares de base: as teorias basilares da terapia familiar sistêmica, aprofundadas pelo desenvolvimento proporcionado pelo *International Certificate in Collaborative-Dialogic Practices* - ICCP; a prática clínica da autora acompanhando processos de terapia de casal no ambiente terapêutico; e, a nossa própria dinâmica e história enquanto casal. Em nossa experiência relacional de casal encontramos, assim como todos os enlaces, as diferenças pequenas, médias e grandes que provocam desconforto, dúvidas e inseguranças que, por sua vez, juntas alimentam atmosferas de dificuldade para dissolução de conflitos. Foi a partir desse contexto que recorremos a conhecimentos para instrumentalizar nosso próprio manejo em situações reais do nosso cotidiano. O desejo de abrir as janelas para permitir a entrada de clareza e novos ares a um determinado conflito foi o que nos fez encontrar posturas, lugares e até mesmo recursos para lidar com o diferente que cada um trouxe em sua bagagem de vida. Nossa história foi um dos grandes impulsionadores para investirmos no presente trabalho, desejamos no decorrer dessas páginas caminhar pela teoria trazendo-a acessível, descomplicada e inspiradora para você e seu relacionamento.

Ao iniciar esse artigo nossas reflexões partem de um ponto de largada instigante, trata-se de compreender que a pós-modernidade chegou em múltiplos lugares da sociedade, em distintos saberes, ciências e posturas, oferecendo possibilidade de novos olhares e, também, caminhos. O pós-moderno chega desconstruindo os paradigmas sobre simplicidade, objetividade e estabilidade, pois quando falamos de sentidos, significados e relações, ele permite que olhemos para existência e importância da construção social que é o terreno pós-moderno percorrido em nosso artigo. A construção social coloca questionamentos sobre as metanarrativas e pressupostos universais, nos convidando a ampliar e não segmentar compreensões, ela sobrevoa histórias, relações, significados, linguagens e mundos inteiros que cabem nas interações humanas e se dedica a compreensão de como esses e tantos outros elementos relacionais são conectados através do diálogo.

Podemos pensar nesse sentido que o construcionismo social como uma lente pós-moderna, coloca o diálogo em um espaço simétrico e essencial, ele é como uma ponte que permite travessias. Anderson (2016) apresenta esse lugar central do diálogo quando menciona diálogo como um processo dinâmico e gerador, a transformação é a marca inerente de processos dialógicos. Na construção social, assim como mencionado por McName, Rasera & Martins (2024, pág 19), “a tônica é colocada na interação e não nos processos mentais”.

Os conceitos pós-modernos são como aquela brisa sutil, da qual você não consegue escapar quando chega à beira-mar. Essa brisa leve e refrescante, que no instante seguinte se apresenta forte, intensa e constante, é capaz de fazer as coisas voarem, bagunçar o cabelo e muda tudo de lugar. O pós-moderno é este sopro, como de uma brisa, que carrega consigo sutileza e, também, intensidade. Ele lança um convite para criar, recriar e significar as experiências humanas e relacionais.

Sabemos que a postura dialógica e colaborativa encontra as pessoas e, também, seus relacionamentos, proporcionando a criação de novas histórias sobre ambos. Nossa intenção nesse artigo é transitar e visitar com cuidado e atenção lugares e reflexões importantes que vão entrelaçar a postura pós-moderna de um não-saber (Anderson & Goolishian, 1992) e os recursos narrativos de externalização e de reatância no contexto das relações conjugais (White, 2002; 2012). Construir este entrelaço entre estes saberes e seus respectivos autores é uma legitimação do que acreditamos: externalização e reatância envolvem intensos processos dialógicos, sejam eles internos ou externos (White, 2012). Quando colocado poder e hierarquia

em um processo dialógico ele será reduzido e rígido dificultando o desenvolvimento de externalização e reautorias, pois o poder especialista limita possibilidades, já quando adentramos um diálogo com a postura de não especialista dele (Anderson & Goolishian, 1992), estamos semeando oportunidade para encontrar a transformação, criatividade e novos significados que são elementos essenciais para permitir processos de externalização e criação de novas narrativas, “o que cada uma dessas práticas têm em comum é o mesmo enfoque na linguagem e na interação proposto pela construção social” (McName, Rasera & Martins, 2024, p. 20).

Debruçando-se um pouco mais sobre nossa primeira metáfora acima, a pós-modernidade como uma brisa, é importante lembrar que não apenas a brisa possui características opostas, mas também as pessoas que são expostas a ela tendem a reagir de maneira subjetiva, sempre singular. Enquanto para um haverá frescor, para outro, o desconforto. Uns podem querer o lugar mais alto, ao passo que outros buscariam lugar onde pudesse se abrigar, ou seja, não há uma única maneira de exposição e de convivência no pós-moderno, e isso é uma das coisas mais apaixonantes desse lugar: o respeito e a permissão para construções sob medida. Segundo Nichols e Schwartz (1998), a partir das concepções pós-modernas de que não existem realidades, mas pontos de vista sobre uma realidade, dá-se conta que os indivíduos reagem a um mundo tal como ele é na sua subjetividade, um mundo conforme lhes é percebido, sendo, todo o conhecimento autorreferente.

Nesta caminhada textual, chegamos a pensamentos sobre relacionamentos e conflitos com a contextualização de que o social e o individual, embora possam ser entendidos como coisas diferentes, não ocorrem em planos distintos ou desconexos, o que somos dentro reflete fora, e o fora perpassa quem somos por dentro, nesse sentido se faz necessário compreender que a todo momento estamos **em** relações, **em** situações e **em** histórias, a este respeito encontramos Andersen (1997, p. 127, Tradução nossa): “Uma pessoa participa do mundo como um ser. Não o substantivo Ser, mas o verbo Ser: ser-no-mundo, que é: ser-em-(movimentos corporais), ser-em-linguagem, ser-em-conversas, ser-em-relacionamentos (ser-com-outros), ser-em-cultura, ser-em-tempo (ser-em-história), ser-em-natureza etc. Mudar é ser de forma diferente em: movimentos, linguagem, conversas ou relacionamentos». Este estar **em** permitir a noção de presença e de presente, infere que é algo do aqui e agora e oportuniza a não consolidação de metanarrativas que tendem a enrijecer conflitos e pré-conceitos relacionais.

Estar **em** é um discreto questionamento sobre as verdades absolutas que limitam a construção de identidade individual e relacional, como já visto em Gergen e Gergen (2010, p. 35): “aqueles que buscam a Verdade procuram reduzir o mundo a um conjunto fixo e único de palavras. Declarar a Verdade é congelar profundamente as palavras, reduzindo desta forma o reino das possibilidades para o surgimento de novos significados”. Desta forma, estar **em** se mostra como um convite atraente para o processo de dissolução de conflitos.

## ESTAR EM RELACIONAMENTO CONJUGAL

Acreditamos que o conflito não se origina da relação amorosa exclusivamente e poucas vezes tem relação com o sentimento de amor, existe uma história invisível que não é contada e que se acha no pano de fundo dos conflitos relacionais. Não é preciso ir longe em nossas memórias e provavelmente se encontrará alguma frase como: “Machucou? Vem cá, deixa eu ver? Ah, até se casar sara!”; “Deus te fará encontrar o amor da sua vida”; “escolha bem para não separar depois”; “se estão brigando é porque alguém fez

algo errado”; “não conte tudo que pensa para não estragar”; “esse é um direito do marido”; “essa é obrigação de esposa”. Essas são frases que podem denunciar histórias não contadas que acompanham os parceiros ao iniciar um relacionamento.

Será inserido nesse emaranhado de verdades culturais, religiosas e familiares, que se crescerá fantasiando o amor como uma solução seguida de um utópico transcendental “felizes para sempre!”. Crê-se também, que para isso acontecer basta seguir um meticuloso e bem estabelecido código de condutas, e se algo não der certo só pode significar que o indivíduo fracassou. Todavia, como nos traz Grandesso (2006) quando um casal começa seu relacionamento, ambos vão tentando decifrar e conhecer quem é esse seu parceiro, o que ele pensa, como e o que sente, o que ele espera ou deseja da vida e quais os valores que possui. Como tal processo não se dá sem a influência das bagagens pessoais, que foram exemplificadas anteriormente, se torna determinante que neste conhecimento mútuo sejam empregadas boas práticas de diálogo, respeito e uma curiosidade genuína.

Estar em um relacionamento amoroso, envolve muito de nós e do outro, tratando-se de algo mais profundo e mais complexo que a mera associação de dois indivíduos, vejamos o que Grandesso (2006, p. 39) nos diz:

Embora as imensas transformações sociais que vimos vivendo tenham modificado sobremaneira as organizações das díades conjugais, independente de sua forma de organização, cada membro do par conjugal tem seu próprio código que define não só as cláusulas para si mesmo, mas também para o(a) parceiro(a) e para a relação.

O processo de diferenciação do eu-ele, ele-eu e a delimitação de um nós envolve o processo de autoconhecimento, auto-observação e definição dos limites que incluem, excluem e/ou adaptam, processos que são resultado do movimento relacional e construção do *self*. Uma dimensão da subjetividade relacional é dada pela maneira como narro a mim mesmo, narro os outros e sou por estes outros narrado (Goolishian & Anderson, 1994).

Estar **em** relacionamento, nesse sentido, significa um espaço e lugar, mas não uma totalidade da nossa identidade, é desejado que esse lugar seja seguro e confortável ao mesmo tempo não seja dominador, tão pouco centralizador. É como se em cada relação existissem três partes às quais podemos empregar uma segunda metáfora, ei-la: um relacionamento possui dois CPFs e um CNPJ, ou seja, são três partes distintas que se conectam, aqui um mais um é igual a três. O CPF indica um registro individual da história de vida de cada sujeito, nele há coisas exclusivas e únicas, há histórias e movimentos em individualidade. O CNPJ, apesar de também ser registro de algo, oferece espaço para uma parceria, uma sociedade, onde se compartilhará um projeto de vida, objetivos regidos por combinados e negociações, uma sociedade que deverá dar direitos e deveres a ambos os sócios em uma simetria. No amor, somos sempre sócios de alguém.

Quando estamos em relacionamentos não se deve, nem se pode ou se precisa anular os CPFs, passando a existir apenas no CNPJ, não é sobre escolher um desses registros, mas sim sobre transitar por eles, conhecê-los, respeitá-los e transformá-los sempre que necessário. Essa é uma missão contínua e desafiante que exige dos pares disponibilidades que não são propagadas socialmente na velocidade daqueles tradicionais conselhos como os acima exemplificados. Muitas vezes, os relacionamentos começam sem bons modelos de diálogo difundidos na própria história de vida de cada um dos parceiros. Este se mostra um lugar que precisa ser alcançado pela brisa transformadora e transportadora das posturas pós-modernas, levando os indivíduos a um outro espaço, outra realidade.

As construções de um relacionamento amoroso – sempre no plural, pois uma mesma história conjugal se dá em diferentes formas na linha cronológica do tempo, podendo existir várias histórias para uma mesma relação (Grandesso, 2006) – podem se apresentar como uma trágica experiência que desgasta, gerando sofrimento emocional, ou uma poderosa jornada de amadurecimento e crescimento individual para cada envolvido. O que pode predizer essa jornada é a dinâmica relacional estabelecida entre o casal, nessa altura do presente trabalho, traz-se três grandes lugares a serem explorados: o diálogo, a externalização e a reautoria. Estes conceitos são introduzidos a seguir, em suas respectivas sessões neste trabalho.

## ABRINDO A JANELA

Se o relacionamento amoroso pode ser compreendido como uma sociedade, tal qual apresentamos em nossa segunda metáfora, como é a qualidade de diálogo desses sócios? Como eles definem as rotinas da vida? Como eles tomam decisões e projetam objetivos? Como eles resolvem problemas e demonstram emoções e pensamentos? Como eles ficam felizes e gratos? Chegamos a uma premissa básica do mundo relacional: Absolutamente tudo perpassa pelo diálogo. Aqui, o diálogo entendido como uma atividade relacional e colaborativa, influenciada pelos múltiplos contextos e discursos nos quais acontece e a relação entre os parceiros dialógicos ou conversacionais (Anderson, 1997).

O diálogo acontece primeiramente dentro de cada indivíduo, entende-se que o diálogo não é um evento, mas um processo que acontece constantemente dentro de nós, assim como a brisa do mar, discreta e intensamente sempre presente. Anderson (2016) influenciada pela teoria de Mikhail Bakhtin, compartilha ver o diálogo como algo sempre aberto e nunca finalizado, estamos constantemente em diálogo uns com os outros, com nossos mundos e conosco.

Ao passo que o processo dialógico acontece em cada pessoa, quando se está em relacionamento – sejam eles quais forem – transbordará, ainda, na direção do outro. Neste sentido, lemos em Lenzi (2013, p. 95): “A natureza de nossas vidas internas é única e precisamos oferecer aos outros um entendimento responsivo sobre ela, convidando o outro a assumir sua parte responsiva adequada ao processo das conversações”. Para o processo dialógico relacional acontecer é preciso acesso de um ao outro. Grandesso e Paschoal (2016, p. 25) afirmam que, “de acordo com o pensamento da pós-modernidade, a realidade é compreendida como construída nas relações e na linguagem, e há uma infinidade de realidades possíveis, dependendo de quantos forem os envolvidos em descrever ou narrar uma experiência ou acontecimento”.

Assim, o início do relacionamento oferece uma oportunidade sedutora de exploração do desconhecido e naturalmente gera o sentimento de importância e valorização, afinal há uma evidente tendência dos seres humanos em sentir orgulho, prazer e entusiasmo quando são escolhidos para uma missão, nesse contexto a missão é conhecer o outro em sua privacidade, exclusividade e individualidade. Porém, como apontado por Grandesso (2006, p. 34): “uma vez íntimos, o desconhecido vai dando lugar ao já sabido, ao esperado, ao previsível. Assim, cada vez se sabe mais de antemão, sem necessidade ou impulso para compreender uma ação ou um gesto presente do(a) parceiro(a) como uma coisa nova, inédita, uma não-mesmice”.

A convivência e a familiaridade que as pessoas adquirem com a intensidade do vínculo é uma linha muito tênue entre segurança relacional e a armadilha de se sentir especialista na vida do outro. De um lado, há o conforto do conhecido e o desejo de permanecer nele, e do outro a expectativa de controle e previsibilidade.



Conforme Bustos (2001, citado por Grandesso, 2006, p. 35), “todo vínculo é ao mesmo tempo um cárcere e uma libertação”. Nesse lugar existente e perigoso dos relacionamentos, é valioso trazer luz às condições que podem permear boas práticas dialógicas no relacionamento amoroso, segundo Anderson (2016, p. 50):

O diálogo requer um interesse sincero no(s) outro(s): acreditando realmente que nunca podemos conhecer plenamente os outros e suas situações, não importando se já os conhecemos anteriormente ou temos qualquer outra experiência anterior, conhecimento teórico ou familiaridade com a situação. O pré-conhecimento pode nos privar de sermos inquisitivos e aprendermos a respeito da singularidade do outro. Manter uma postura de não saber e aceitar a incerteza são elementos críticos para que o diálogo siga o seu caminho natural, desconhecido e fortuito.

É fato que o diálogo apesar de presente, nunca está pronto. Ele é um processo contínuo e não simplista, ele envolve a necessidade de escuta do outro e de nós mesmos. A voz do outro se entrelaça com nossas vozes internas e então começam a gerar um processo de entendimento. Anderson (2016, p. 51) reforça que: “entender envolve ser genuinamente curioso, fazer perguntas para aprender mais a respeito do que é dito (não do que você acha que deveria ter sido dito) e checar para saber se o que você pensa ter escutado é o que a outra pessoa esperava que tivesse ouvido”. Neste cenário, faz-se memória à crônica chamada Escutatória, de Alves (1999, p. 60):

A gente não aguenta ouvir o que o outro diz sem logo dar um palpite melhor... Sem misturar o que ele diz com aquilo que a gente tem a dizer. Como se aquilo que ele diz não fosse digno de descansada consideração... Nossa incapacidade de ouvir é a manifestação mais constante e sutil de nossa arrogância e vaidade... falar logo em seguida seria um grande desrespeito, pois o outro falou os seus pensamentos, eram pensamentos que ele julgava essenciais. São-me estranhos. É preciso tempo para entender o que o outro falou. Se eu falar logo a seguir... São duas as possibilidades. Primeira: Fiquei em silêncio só por delicadeza. Na verdade, não ouvi o que você falou. Enquanto você falava, eu pensava nas coisas que iria falar quando terminasse... Segunda: Ouvi o que você falou. Mas, isso que você falou como novidade eu já pensei há muito tempo. É coisa velha para mim. Tanto que nem preciso pensar sobre o que você falou. Em ambos os casos, estou chamando o outro de tolo. O que é pior que uma bofetada. O longo silêncio quer dizer: Estou ponderando cuidadosamente tudo aquilo que você falou.

Após visitar esses autores, transitamos nas falas de Anderson e Goolishian (1992) aos terapeutas, quando os convida a não se sentirem no lugar de ter uma informação privilegiada, pois: nunca se pode entender completamente outra pessoa, sempre é preciso estar no estado de ser informado pelo outro e não se esgota o aprendizado a respeito do que tem sido dito ou não.

É possível refletir sobre o poder dessa postura nos relacionamentos conjugais, um poder de transformar as realidades. Muito mais fácil imaginar, diante de situações positivas ou negativas, que se sabe mais que o próprio companheiro. Essencialmente, quando a situação envolve um conflito, uma dinâmica geralmente encontrada é aquela onde um descreve o que o outro fez, pensou e disse, enquanto esquece de falar o que ele próprio fez, pensou e disse. Essa dinâmica cristaliza conflitos, pois desconsidera a

voz do outro e se torna um terreno de interpretações e não dissoluções, essa postura é o oposto daquele **não-saber** proposto por Anderson e Goolishian (1992) e um perigo do qual já nos advertia Grandesso (2006, p. 40): “se por um lado, a convivência implica em maior familiaridade e conhecimento, por outro implica em supor muito e perguntar pouco, resultando num conhecimento cada vez menor do(a) parceiro(a)”.

Geralmente, nos sugere White (2002) casais em conflitos intensos têm pouca noção de como cada um constrói as ações e identidades do outro. Por vezes, o foco está tão interno que dificulta contato e conexão externa. O diálogo é uma ponte invisível entre as pessoas, e percebemos que em algumas situações a sensação dos pares é de que usar essa ponte desqualifica a si mesmo, seria dialogar como um cabo de guerra, onde se corre sérios riscos de perder a própria verdade. Entretanto, o que é essa verdade que parece valer o suficiente para se dispensar o diálogo? Se a pós-modernidade nos leva a considerar pela inexistência de uma verdade absoluta, vejamos como tal situação é explicada à luz das conversações, conforme Andersen (2002, p. 19):

As conversas são como fonte importante para a troca de descrições e explicações adequadamente diferentes, de definições e significados. Essas trocas podem dar um novo tom às antigas descrições e explicações, e até fazer surgir outras novas. Proporcionam, assim, uma base o mais ampla possível de escolha para que a pessoa possa tratar, de forma diferente, situações paralisadas, ou reagir a novos fatos, sejam eles previstos ou não.

Não raro, eis uma terceira metáfora, acontece de um conflito relacional surgir em uma situação em que duas pessoas **estão certas** vestindo, cada qual, suas próprias roupas, por sinal, parecidas – elas possuem diferença no seu tamanho e nas cores. Mas, a função de existência delas pode ser muito semelhante, por exemplo, belos casacos em um dia frio. A tensão relacional, as ansiedades, as interpretações e falta de diálogo fazem ambos se sentirem muito diferentes e se revestirem de armaduras e iniciarem uma competição esperando, ao final, ganharem o prêmio de quem **está certo**. Todavia, ao embarcarem no conflito, elas já não conseguem mais enxergar a vestimenta do outro, nem a própria, pois ambas se esconderam por baixo de todo aparato bélico ao qual se lançou mão, as armaduras. Nessa hora é importante se questionar: onde estou guardando meus prêmios de competições? E, que vantagens esses prêmios têm me oferecido?

## A EXTERNALIZAÇÃO DISSIPA NEBLINAS

Na abordagem Narrativa se apresenta como ponto central a construção, vivência e atribuição de significado à nossa vida através de histórias que se ampliam e se conectam, como uma teia, a outras histórias, sendo que esse movimento descreve, configura e reconfigura a nossa identidade, como convidados por White (2012, p. 94) a pensar sobre isso quando nos diz:

Meu interesse na metáfora da narrativa se fundamenta na suposição de que as pessoas dão significado às suas experiências dos eventos da vida ao levá-los a enquadramentos de inteligibilidade e na conclusão que é a estrutura da narrativa que proporciona o enquadramento inicial de inteligibilidade para atos de produção de significado na vida diária. Essa suposição está associada com uma premissa de que é no desenrolar de histórias sobre nossas próprias vidas e as de outros que a nossa identidade é construída.

Encontramos, a partir da lente narrativa, possibilidades diferentes para contar e recontar, de gerar desenvolvimento e redesevolvimento das histórias de vida das pessoas. Essa lente oferece convites para encontrar os eventos únicos de esperança e de sentido, e também histórias contraditórias e geradoras de sofrimento às pessoas, histórias significantes e que podem construir um presente alternativo em um reenajamento, além de explorar a identificação da história e a localização cultural destes conhecimentos. As histórias, aqui, tidas como relatos sobre eventos conectados em seqüências na linha do tempo, organizados em torno de um enredo pelos quais procuramos dar sentido à existência (Morgan, 2007).

Nós todos carregamos verdades que são pautadas em nossas experiências de vida e cada experiência é geradora de uma história, logo nossas histórias são preenchidas dessas verdades construídas. Aqui, avocamos o conceito de externalização, da abordagem narrativa, cuja conversação lhe constitui e com a qual se procura dialogar com essas verdades, das quais falamos há pouco. Externalização será sempre sinônimo, em nosso trabalho, da crença de que “a pessoa é a pessoa e o problema é o problema”, conforme Grandesso (2008, p. 103) salienta as construções de White (1988). Assim, o indivíduo não é o problema pelo qual está sofrendo, mas experimenta sofrimento pela presença de determinada situação em seu contexto e vida.

É comum as pessoas se definirem a partir dos problemas que enfrentam. Em Mapas da Prática Narrativa, White (2012, p. 19) esclarece que muitos “acreditam que os problemas de suas vidas são um reflexo da própria identidade, ou da identidade de outros, ou um reflexo da identidade dos seus relacionamentos”, vendo o mundo a partir desta perspectiva, continua o autor, as pessoas empregam seus “esforços na tentativa de resolver os problemas e, infelizmente esses esforços têm, invariavelmente, o efeito de exacerbar os problemas”. Deste mesmo lugar, Grandesso e Paschoal (2016, p. 28) afirmam: “todo problema narrado traz em si pelo menos duas linhas de histórias – a história do problema e a história da forma de vida restringida ou ultrajada pela situação adversa ou dilemática que a pessoa vive”.

Grandesso (2011) ainda dirá, que ao convidarmos uma pessoa a se separar do problema, ela passa a se apresentar a partir de uma nova perspectiva que não mais a do problema, isto possibilita gerar outra descrição mais adequada de si própria ou da situação. Abandonando a história impregnada pelo problema, as pessoas readquirem a competência de identificar outras coisas acerca de sua vida que contestam tal história e proporcionam as pistas para a construção de novas histórias.

Quando voltamos nosso olhar para relacionamentos afetivos aproximando a prática de externalização, encontraremos um recurso poderoso e transformador para o manejo, entendimento, ressignificação e dissolução de conflitos. As conversações de externalização apresentam a separação da pessoa do problema, logo ao olharmos para uma relação conjugal passamos a entender que o conflito e/ou a crise vivenciada pelos pares também não definem a identidade e totalidade do relacionamento. As asperezas de agora não anulam as múltiplas histórias de outrora.

Se de um lado se configura um desafio colocar em prática esse conceito na díade conjugal, uma vez que o momento de conflito é vivido com tensão, desgaste, armaduras, competições e individualidades, como bem apontou Grandesso (2006, p. 47): “as conversações aparentemente inofensivas e despretensiosas, em relações marcadas por conflitos, num segundo podem ir de zero a cem, numa suposta escala de tensão, tornando insustentável qualquer tentativa de seguir adiante”. De outro, as conversações de externalização são um convite poderoso e transformador para viver, compreender, manejar e reautorar o momento vivido, vejamos a respeito as os apontamentos de Carey e Maggie (2004, p. 11):



O objetivo das práticas de externalização é, portanto, permitir que as pessoas percebam que elas e o problema não são a mesma coisa. Um modo disso é fazer continuamente perguntas nas quais mudamos os adjetivos que as pessoas usam para descreverem a si mesmas (Sou uma pessoa deprimida), para substantivos (Há quanto tempo esta depressão está lhe influenciando?) ou (O que a depressão diz sobre você mesmo?).

Quando um casal encontra a possibilidade de separar a sua identidade relacional da identidade do conflito experimentado, se caracteriza como que um olhar de fora, trata-se de possibilitar uma reorganização emocional, uma clareza e um entendimento mais organizados, uma maneira que alivia a tensão e, naturalmente, convida às novas narrativas. Pensemos nisso utilizando de uma imagem, nossa quarta metáfora: um casal está em uma viagem de carro e a certa altura uma neblina toma conta da estrada, ficando totalmente perdidos, já não sabem estarem indo para o lugar esperado ou percorrendo caminho errado, uma outra estrada, perigosa. É noite, eles começam a ficar tensos, estão irritados e confusos com a falta de visão à sua frente. Sem saberem como reagir a essa carga emocional, a conversa fica cada vez mais pesada e começam a discutir para encontrar os responsáveis, enquanto a esposa é responsabilizada pela escolha do caminho, o marido o é por ter atrasado ao saírem de casa, se tivessem saído antes não estariam em meio a neblina. Qual é o fim que essa história encontrará? Qual é a efetiva responsabilidade do casal diante da neblina? Por que quase sempre há dificuldade em se lidar com imprevistos e dificuldades relacionais? O que fazer com a neblina?

Responde-se essa última pergunta acreditando que as dificuldades conjugais são ampliadas quando os parceiros colocam os problemas como parte de suas identidades, sendo cobrados e responsabilizados como se tudo fosse totalitário, simbiótico, fusionado. Entender e reconhecer a participação relacional nos conflitos é essencialmente valioso para a dissolução dos conflitos, sim! Entretanto, nomear o líder do problema, somar com outros problemas, incorporando a identidade do relacionamento, só dificulta o processo, como amplamente já explorado pelos autores que acompanham este trabalho.

Percebe-se que as conversações externalizadoras possuem o potencial de descentralizar os dilemas da vida das pessoas e conseqüentemente dos seus relacionamentos. Isso implica criar um espaço seguro entre as pessoas e o que as está perturbando. Como consequência da externalização, onde havia uma compreensão das pessoas como inúteis - ou erradas -, agora, ao invés disso, é gerada a compreensão que a inutilidade tinha dominado a situação e que há uma história para isto (Carey & Maggie, 2004).

Diante o exposto, considera-se que a ausência de conversações de externalização na prática dialógica das díades conjugais age como essa neblina de nossa metáfora, ela oculta a visão da estrada, quando esse casal não consegue separar o que é seu e o que é do contexto, a neblina, tende a cair na armadilha de misturar tudo e querer resolver a situação a partir disso. Todavia, essa mistura resultará em uma discussão e, talvez, potencializará, criará ou ressuscitará outros tantos conflitos, senão novos. A externalização atua no dissipar das neblinas ao longo do trajeto relacional, permitindo ver o que antes estava encoberto.

## NOVOS SIGNIFICADOS E NOVAS HISTÓRIAS

Tendo caminhado pelos conceitos de diálogo e de conversações externalizadoras, é finalmente possível falar em reautoria, crê-se haver uma proximidade manifesta entre estes conceitos, perceptível em autores pós-modernos como Michael White, Harlene Anderson, Marilene Grandesso, entre outros. E, ao visitá-los, somo

convidados a pensar em uma relação conjunta desses mesmos conceitos. O processo de reautoria, ao qual nos dedicamos a seguir, é potencializado quando essas duas compreensões lhe antecedem, será pelo diálogo que um casal desenvolverá conversações de externalização e, ato contínuo, poderão dissolver histórias dominantes e desenvolver outras novas em seu lugar.

Conforme apresentado por White (2012, p. 75): “as conversações de reautoria convidam as pessoas a continuar a desenvolver e contar histórias sobre suas vidas, mas também as ajudam a incluir alguns dos eventos e experiências mais negligenciados, porém potencialmente significativos, que estão em desvantagem em relação às histórias dominantes”. Essas conversas de reautoria defendem que nenhuma história pode condensar a totalidade da vivência das pessoas, sempre havendo outros argumentos, outros enredos e infindáveis outros detalhes que podem ser criados, acessados e desvelados a partir de uma mesma situação vivida. As identidades não são criadas a partir de um único evento, assim como uma história não pode resumir tudo, vez que somos multi-historiados (Carey & Maggie, 2004).

Para dialogar com o conceito da reautoria voltemos a fazer uso da metáfora dos dois CPFs e um CNPJ, que fora mencionada mais acima neste mesmo trabalho. Agora, partindo de White (2012) e sua compreensão sobre os problemas das pessoas como decorrentes da maneira com que significavam os fatos da vida, pensemos: cada um desses três lugares possui um dicionário. O dicionário de um CPF o acompanha desde o seu nascimento e contém descrições do que são as coisas, de como agir, reagir, sentir, falar, silenciar, ele também contém crenças, sonhos, ideais e proteções, é uma coletânea de verbetes e significados, um manual escrito da nossa vida, redigido a partir das relações, que por sua vez foram e são as histórias vividas, visitadas e compartilhadas de cada um. Esses pré-conceitos oferecem previsibilidade que idealizadamente geram uma sensação de segurança relacional. De igual forma, o dicionário de um CNPJ existe desde o início do relacionamento afetivo, estabelecido entre dois CPFs, nele também estão todos os conceitos, verbetes e significados encontrados a partir das histórias vividas deste casal, sejam positivas ou negativas.

Uma vez diante dessa cena, podemos recorrer ao processo de reautoria fazendo ponte com o que representaram estes dicionários. Primeiro, é praticamente impossível que três dicionários sejam totalmente idênticos, pois partem e caminham por lugares diferentes, participam de histórias distintas e significam emoções de maneiras subjetivas. Logo, entende-se que se em um dicionário o conceito de neblina é positivo, pois relembra histórias de belas manhãs no sítio dos avós, em um outro dicionário poderá significar perigo, pois fora contexto de um acidente grave que envolveu alguém importante para aquele que o possui. Não fosse o bastante, o conceito de neblina para o dicionário do relacionamento pode vir a ser: o caos de viajar a passeio, pois é disparador de brigas homéricas, como a da última viagem.

Segundo, qual desses três significados é o mais assertivo para a descrição da neblina? Anderson e Goolishian (1992) afirmam que os problemas aparecem, mudam e desaparecem, conforme mudam os verbetes e suas descrições. Simplesmente, não há certo e errado em conceitos historiados, eles são o que são e são como os internalizamos, são o resultado das multi-histórias que vivemos em nosso contexto social, cultural e familiar. Não existe acesso para apagar o primeiro conceito dado a um vocábulo, o que temos permissão, depois de conhecer esse conceito, é ampliá-lo. Assim como no dicionário de um idioma, onde uma palavra possui mais de um significado, nossos dicionários de histórias também deveriam e podem ter. Escrever novas descrições desses conceitos é o processo de reautoria. Escrever novas descrições é permitir histórias alternativas.

Dito isso, chegamos à compreensão de que inúmeros conflitos relacionais existem por diferenças entre descrições nos dicionários individuais. Conflitos relacionais nem sempre começam pela falta de sentimento, propósito ou de desejo de uma vida a dois, a ausência de sentimento, propósito ou de desejo de uma vida a dois são o resultado de histórias que dominam os conflitos, desgastam o sentimento e colocam neblina sobre a visão do futuro. Há, naturalmente, que ser reconhecida uma tendência de se levar para o relacionamento aquilo que se acredita, afinal isso configura a zona de conforto, entretanto quando se faz isso corre-se o risco de se dominar um espaço que não é seu e anulando o(a) companheiro(a). Um relacionamento precisa de quatro mãos para escrever os conceitos do dicionário do CNPJ.

Grandesso (2006, p. 47) colabora com esse potencial de construção dialógica quando diz que “quando um casal consegue dialogar a partir da diversidade de suas crenças, sentimentos e visões de mundo, a possibilidade de construção de mundos possíveis se apresenta no horizonte da relação, desde que estejam preservados e se consiga resgatar relações de afeto e confiança”.

Quando novos conceitos são agregados a verbetes de nossos dicionários relacionais, é possível perceber que os efeitos dos conflitos, dos dilemas e das dificuldades da relação já não predominam como antes e que os diálogos permeados por abertura, aceitação, curiosidade e respeito são elementos essenciais à construção de novas histórias, fortalecedoras, promotoras de união e de conexão entre os parceiros. Estamos constantemente escrevendo histórias que moldam e lapidam nossos relacionamentos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A jornada a que se propôs este artigo é finita, mas o é com a sensação de gratidão pelas valiosas conversas proporcionadas pelos autores visitados. O construcionismo social, em sua participação na Psicologia, oferece um espaço muito agradável de se estar, ele nos convida a utilizá-lo não como uma técnica, mas sim como uma postura. E, partindo disso, nasceu a intenção do presente trabalho, buscando propiciar entendimento para uma postura de **não-saber**, de conversas externalizadoras e de reautoria das histórias vividas em díades conjugais. Isso, para algo além de conceitos exclusivos e confinados a diálogos terapêuticos, tão pouco a práticas direcionadas apenas ao âmbito profissional. Entendemos que estes são conhecimentos que todas as pessoas, em terapia ou não, deveriam poder acessar para estabelecer compreensão e *insights* a respeito de seus processos, tão potencializadores de transformação e, ao mesmo tempo, tão sutis como é a brisa à beira mar.

Desejamos ter ofertado uma outra perspectiva à compreensão desses saberes quando os costuramos com metáforas trazidas ao longo do texto, as quais vem acompanhando há bom tempo a prática clínica desta autora. Trata-se de permitir encontrar de forma acessível conceitos teóricos, trazendo-os para o cotidiano das pessoas e de suas relações.

Em certa altura da nossa história relacional pusemos em prática os conceitos apresentados nesse artigo, podendo observar e entender que a história que ditava um dos CPFs foi sendo significada pelo outro CPF como uma ameaça ao CNPJ. O contexto ficou tumultuado e emergiu um conflito que se acredita sem solução, naquele momento ou se ouvia àquela história ou se agia à continuação segura do relacionamento, havia descido uma neblina sobre ambos. Foi quando alguns diálogos permitiram reconhecer o que estava acontecendo, separar o que era individual do coletivo, acolher o que significava a história para um e a ameaça para outro, esses diálogos foram potentemente influenciados pelas práticas pós-modernas. É

satisfatório escrever estas linhas, neste momento, percebendo que o conflito permanece na bagagem de um dos CPFs – já não como uma história que o domine – sem que isso seja ameaça para o relacionamento do casal.

Ter caminhado por esse processo, resultou em novas histórias, permitiu um autoconhecimento individual e relacional intensamente valioso para a convivência conjugal. Encontrar na teoria respaldo à experiência vivida fez entender ser o momento de promover aquele diálogo que transborda para além dos dialogantes originais, levando esse *ethos* dialógico para terapeutas, clientes e casais, não só como um recurso terapêutico, mas para muito além disso, como uma consigna da própria relação. Que muitas janelas possam se abrir à brisa pós-moderna!

## REFERÊNCIAS

- Alves, R.** (1999). *O amor que acende a lua*. Campinas, SP: Papirus.
- Andersen, T.** (1997) Researching client-therapist relationships: a collaborative study for informing therapy. *Journal of Systemic Therapies*, 16(2), pp 125-133.
- Andersen, T.** (2002). *Processos Reflexivos*. Rio de Janeiro, RJ: Instituto NOOS.
- Anderson, H. & Goolishian, H.** (1992). The client is the expert: a notknowing approach to therapy. In S. McNamee & K. Gergen (Eds.). *Social construction and the therapeutic process* (pp. 25-39). Newbury Park, CA: Sage.
- Anderson, H. & Goolishian, H.** (1994). Narrativa y self. Algunos dilemas posmodernos de la psicoterapia. In D. F. Schnitman. *Nuevos Paradigmas Cultura y Subjetividad*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Anderson, H.** (1997). *Conversations, language and possibilities: a postmodern approach to therapy*. New York, NY: Basic Books.
- Anderson, H.** (2016). Algumas considerações sobre o convite ao diálogo. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 25(56), 49–54.
- Gergen, K. J. & Gergen, M.** (2010). *Construccionismo Social: um convite ao diálogo*. Rio de Janeiro, RJ: Instituto Noos.
- Grandesso, M. A.** (2006). Diálogos contidos e monólogos compartilhados: encontros e desencontros na construção de sentido nas relações amorosas. In S. F. Colombo (Org.). *Gritos e Sussurros: Interseções e ressonâncias*. São Paulo, SP: Vetor.
- Grandesso, M. A.** (2008). Dizendo olá novamente: A Presença de Michael White entre nós terapeutas familiares. *Revista Brasileira de Terapia Familiar*, 1(1).
- Grandesso, M. & Paschoal, V. N.** (2016). O uso de metáforas em terapia narrativa: facilitando a construção de novos significados. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 23(48), 24–43.
- Lenzi, T. P.** (2016). Personagens internos. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 22(47), 86–98.
- McNamee, S., Rasera, E. & Martins, P.** (2024) *Praticando a terapia como construção social*. São Paulo: Instituto Noos.
- Morgan, A.** (2007). *O que é terapia narrativa? – uma introdução de fácil leitura*. Porto Alegre, RS: Centro de Estudos e Práticas Narrativas.
- Nichols, M. P. & Schwartz, R. C.** (2007). *Terapia Familiar: Conceitos e Métodos*. Porto Alegre, RS: Artmed.
- Shotter, J.** (2020). Realidades terapêuticas e o diálogo: corpo, sentimentos, linguagem e mundo. In M. A. Grandesso (Org.). *Práticas colaborativas e dialógicas em distintos contextos e populações: um diálogo entre teoria e práticas*. Curitiba, PR: CRV.
- White, M.** (2002). *Narrative practice and exotic lives: Resurrecting diversity in everyday life*. Adelaide, SA: Dulwich Centre Publications.
- White, M.** (2012). *Mapas da prática narrativa*. Porto Alegre, RS: Pacartes.

### **THAISLINE PRISCILA DAY**

Psicóloga Clínica – Vallent Clínica; Professora – Centro Universitário Uniasselvi de Blumenau. Professora universitária de Psicologia, supervisora de estágios clínicos. Certificada internacionalmente em Práticas Colaborativo Dialógicas (The TAOS Institute), especialista em Terapia de Casal e Família e em Sistêmica Pós-moderna. E-mail(s): psicologathaisline@gmail.com  
<https://orcid.org/0009-0007-9242-5987>

### **DAVID DAY**

Coordenador Acadêmico – Vallent Cursos. Mestre em Administração Pública (EBAPE/FGV), certificado internacionalmente em Práticas Colaborativo Dialógicas (The TAOS Institute), possui especializações nas áreas de Gestão, Ensino e Psicologia. Atua com enfoque na qualidade das relações e dos relacionamentos. E-mail(s): daviddaypsi@gmail.com  
<https://orcid.org/0000-0002-7263-6417>