

Trauma, Parentalidade e Psicopatologia na Adolescência.

Ida Lemos

Resumo

Na adolescência a saúde mental depende de um processo bem-sucedido de separação-individuação adolescente-pais, edificado a partir da relação precoce mãe/pai-criança. Este processo está dependente da forma como os pais viveram a sua infância e adolescência, logo da relação destes com os seus próprios pais. No presente trabalho analisamos de que forma a parentalidade está imbuída de fantasmas familiares transmitidos transgeracionalmente e que, frequentemente, de forma inconsciente, pontuam a relação pais-adolescente. Assim, se tornado consciente no processo psicoterapêutico, este material não metabolizado e frequentemente traumático, pode ser mentalizado e servir em prol da regulação do afecto e dos estados emocionais dos pacientes consigo e, decorrentemente, com os seus filhos.

Palavras-chave: Adolescência; Parentalidade; Psicopatologia de Tipo Externalizante, Trauma Transgeracional.

English Title: Trauma, Parenting, and Psychopathology in Adolescence.

Abstract

In adolescence, mental health depends on a successful adolescent-parent separation-individuation process, built on the early mother/father-child relationship. This process is dependent on how the parents lived their childhood and adolescence, therefore on their relationship with their own parents. In the present work, we analyze how parenting is imbued with family ghosts transmitted transgenerationally and which, often, unconsciously, punctuate the parent-adolescent relationship. Thus, if made conscious in the psychotherapeutic process, this non-metabolized and often traumatic material can be mentalized and serve to regulate the affection and emotional states of

patients with themselves and consequently with their children.

Keywords: Adolescence; Parenting; Externalizing Psychopathology; Transgenerational Trauma.

Trauma, Parentalidade e Psicopatologia na Adolescência

Diversos autores da corrente psicodinâmica (e.g., Marcelli & Braconnier, 1989; Marcelli, 2002) defenderam que o processo adolescencial normativo implica desconforto psicológico nalguma dimensão do funcionamento, frequentemente traduzido em queixas sintomáticas. Para que o adolescente alcance a adultez de uma forma bem-sucedida deverá conseguir renegociar num novo contexto psicossocial cada aspecto da relação que mantém consigo mesmo e com os pais, uma dinâmica intra e interpsíquica complexa.

Durante este processo o/a adolescente testa primeiramente os limites do outro (adultos significativos), com vista a uma estruturação de limites internos na relação com o seu mundo, uma dinâmica em prol da consolidação identitária do seu *self*. Espera-se então um desenvolvimento bem-sucedido, desde que pais e adolescente permaneçam ligados emocionalmente, num processo em que os pais criam expectativas para o seu filho(a), sonham por e para ele/ela, mas estão atentos às suas particularidades e necessidades, um clima familiar que permita a individualidade e que aja em prol da construção da subjectividade do(a) adolescente.

Particularmente nas situações de perturbação psicopatológica que trazem à consulta um adolescente como o paciente identificado, as histórias de vida dos pais e, particularmente, as suas vivências traumáticas norteiam a qualidade da parentalidade. Se mentalizadas, as experiências traumáticas poderão garantir a segurança relacional do filho(a), de outro modo, irão potenciar a expressão de psicopatologia, frequentemente, na forma de equivalentes depressivos, como ansiedade, insucesso académico, sentimentos de incapacidade e baixa-auto-estima, ou depressão propriamente dita. Esta é frequentemente mascarada por comportamentos de tipo externalizante, mais ou menos exuberantes do(a)

adolescente, por ataques à(s) figura(s) parentais, levando, no limite, a ruptura relacional e psíquica.

A presença de problemas psicopatológicos na adolescência (*i.e.*, que causam sofrimento emocional e são entraves ao desenvolvimento), implicam a existência de modelos internos operantes, internalizados na infância precoce (Bowlby, 1993, 1998, 2002) de tipo ambivalente, desvalorizante e/ou rejeitante, mantidos ao longo do tempo, por tonalidades afectivas parentais desqualificantes e/ou abandonicas, porque dessintonizadas com as necessidades emocionais do(a) adolescente.

Procuraremos ilustrar estas dificuldades relacionais e o seu impacte na psicopatologia do(a) filho (a), apresentando o caso de uma mulher que, com manifesto sofrimento, pediu a nossa ajuda profissional para lidar com a sua filha adolescente, que a agredia verbal e por vezes, fisicamente.

Sarinha, filha de Marta, recusa-se a fazer uma consulta de psicologia, mas vem uma primeira vez, deixa claro, porque a mãe lhe prometeu que, se viesse, a deixava fazer uma tatuagem. Sarinha tem 14 anos e a mãe desespera sobre o que fazer com ela. Tem diversas queixas de comportamento por parte da escola, particularmente ao nível de actitudes irreverentes para com alguns professores, aqueles com que implica ou que implicam com ela, e foi já expulsa de duas escolas. Sarinha não confia nos adultos, já a têm deixado ficar mal, porque havia de confiar numa psicóloga que a ouve porque é paga para isso?

Proponho à mãe, desgastada e sofrida que venha na sua vez. Marta aceita. Sente-se muito só na criação da filha, não sabe mais o que fazer. Não pensava em ser mãe. A filha nasceu quando tinha já 42 anos. Quando a filha fez três meses ela separou-se do companheiro, também nunca quis casar ou ser dependente de nenhum homem. O pai da Sarinha nunca abdicou da guarda conjunta com residência alternada. Marta fala da sua angústia quando, a menina pequena chorava pela mãe e, lhe era arrancada para ir passar o fim de semana com o pai: “A Sarinha sempre foi muito difícil, eu, como me dizem todos, sou muito condescendente, deixo fazer tudo e depois, quando já não aguento mais, exagero, dou castigos, tiro a internet, o telemóvel, etc.”. A filha não aceita um não, mas quando gosta de um professor é um doce,

idolatra essa pessoa. É excepcional na escrita e no desenho. Quando se interessa por um projecto consegue ser admirável. Mas por vezes, de manhã, não quer sair da cama, não sai do quarto o dia todo e falta muitas vezes às aulas, obrigando-a a justificar as faltas. Como é possível ser tão genial e tão desistente e arrogante com a escola e com o mundo ao mesmo tempo?, questiona-se.

Quando Sarinha tinha 6 anos, sofreu um acidente de viação com o pai e este teve morte súbita, mas ela escapou ilesa. O resgate pelos bombeiros. Uma tragédia! – “Nunca falámos nisso, não sei se ela percebeu o que aconteceu realmente nesse dia. Levei-a a uma psicóloga na altura, mas nem sei se falaram bem disso”. Depois da morte do pai, a menina tentava ligar-se de forma não bem-sucedida a todas as figuras masculinas do seu ambiente familiar; porque era uma menina birrenta e difícil, os tios centrados nas suas próprias famílias, o avô crítico e distante. Depois o namorado da mãe que já não aguentava os conflitos gerados pelo comportamento caprichoso de Sarinha, terminou a relação. Ele parecia embaraçado, constrangido com os pedidos de atenção da enteada, com a forma como competia pela sua atenção com os seus próprios filhos. Marta pensa ali comigo como terá sido para a filha pedir atenção, como o pedido frustrado de afecto e a comparação com o bom comportamento das outras crianças teria sido sentido como humilhante. Por isso a necessidade de ser sempre a melhor e da desistência logo à menor possibilidade de fracasso.

Não sabe o que fazer sobre o comportamento da filha na escola, admira o lado irreverente dela, mas ela vai criando pequenos problemas, é desafiante e irritante com as pessoas e tudo isso somado torna-a vítima de si própria. Ela, Marta, única rapariga na fratria, era também a única que enfrentava o pai, um homem autoritário, desvalorizante, narcísico, com um sentido de humor irónico. A mãe, uma mulher deprimida e infeliz com o casamento, usa a filha como confidente. Marta compara a filha com o avô. Sarinha não a ajuda em nenhuma tarefa doméstica, é esquisita com as refeições, que têm de ser ao seu gosto, chegou mesmo a empurrá-la pelas escadas abaixo enquanto discutiam. Porque deixa a sua filha ultrapassar os limites, maltratá-la?; “Eu também me passo e já a chamei de burra algumas vezes”. A agressão verbal é uma forma de tratamento de pais para filhos que conhece desde a sua infância!; “Toda a gente se afasta de nossa casa,

ninguém está para aturar as irreverências da Sara. Sente-se muito só e muito cansada. Talvez mandá-la estudar para fora seja a solução”.

É admirada pelas amigas por ser uma mulher pragmática que anda com a vida para a frente, funciona bem a nível profissional, mas em casa é tudo um caos. A filha foi sempre uma criança difícil. No baloiço queria sempre ser empurrada, mais e mais e mais. Qualquer brincadeira que gostasse pedia que repetisse até à exaustão. Quando nasceu era muito calminha e Marta só pensava: “Isto é temporário, quando eu chegar a casa vou acabar por estragar tudo”. Relaciona este pensamento com o ter-se sentido sempre desvalorizada pelo pai, ao contrário dos irmãos. Por exemplo, ficou muito revoltada quando aos 18 anos, já com ingresso garantido num curso que escolheu noutra cidade o pai recusou-se a suportar os custos da estada, porque achava que a filha não tinha cabeça para tal, perante uma mãe calada. Agora que é bem-sucedida profissionalmente não lhe atura esses desaforos!

Marta está do lado da filha perante o mundo, defende-a na escola junto dos professores ou até junto de outros pais, mas se a filha se queixa de uma avó, por exemplo, não tem paciência, diz-lhe que ela tem de entender que os avós estão velhos ou que o primo é mais novo, etc. Também tem necessidade de se ausentar da filha por uns dias, não aguenta a sua intensidade, mas depois, uma culpa inconsciente leva-a a prometer à filha que se tirar bons resultados na escola a irá compensar com umas férias de luxo.

Agora, passados alguns meses de sessões semanais, sente-se mais forte, mais em sintonia consigo e com a filha. Consegue impor melhor limites e ser uma mãe mais valorizante à medida em que se sente mais valorizada e em contacto com as suas fragilidades. Mas não quer dizer-lhe que vem aqui falar comigo, acha que a filha pode achá-la fraca.

Penso que Marta está a falar das suas coisas infantis, de objectos internos desvalorizantes, de dimensões do feminino e do materno sentidos como frágeis. Não foi investida emocionalmente pelos pais e embora seja uma mãe funcional, atenta às necessidades práticas da filha, é emocionalmente abandonica, ou seja,

dessintonizada, com uma incapacidade de leitura das necessidades emocionais da filha. Assim, não consegue abordar a filha numa situação tão traumática como a perda do pai.

Na sua história familiar antevemos uma mãe deprimida, dominada pelo marido, que não foi capaz de investir nela, que não se defendeu, nem a defendeu de um pai desqualificante e dominador. Penso que estas representações parentais, assim como um sentimento de culpa inconsciente pela impotência e raiva que a menina provoca nela, a impedem de impor limites. Deixa-se escravizar pela filha, dominada por ela, tal como o pai narcísico da sua infância, agora envelhecido e mais fraco, dominava a mãe, a ela e aos irmãos.

Conseguir sintonizar-se emocionalmente com a filha, ser capaz de contê-la, ser securizante. As experiências de apego seguro, ao contrário de apego desorganizado, preparam o caminho para a aquisição da capacidade de mentalização (Fonagy & Allison, 2014), que por sua vez levam ao aumento da regulação emocional da criança, logo ao controle dos seus impulsos e dos comportamentos.

Pensando a partir da teoria do desenvolvimento psíquico de Winnicott, Jessica Benjamin (2016) refere que a criança necessita alcançar o reconhecimento mútuo na relação com a mãe. Como atestam os estudos empíricos mais recentes sobre apego desorganizado na infância (ver Granqvist et al., 2017), a existência de vivências não resolvidas de situações traumáticas ou de perda por uma figura parental podem levar a que a mãe exiba comportamentos subtilmente ansiosos ou dissociativos em relação ao seu filho. Por outro lado, as crianças querem conhecer as experiências emocionais que os seus pais tiveram em situações traumáticas. Ser-lhes negada estas experiências é o equivalente a ser deixado de fora da mente da mãe, é não estar emocionalmente sintonizada com a mãe (Alford, 2017).

Ainda nesta ordem de ideias, o agir na adolescência pode ser visto aqui como a revivência de experiências precoces débeis, de vínculos deficitários (Matos, 2005) ou, apropriando-nos do conceito de ambiente facilitador de Winnicott (1990), por tendo falhas precoces e continuadas ao nível da relação precoce, que dificultarão a capacidade de regulação emocional da criança. Esta dinâmica da díade

está francamente dependente de factores protectores contextuais, como sejam, a presença de um pai suficientemente bom, na linha do que referiu Ávila-Espada (2018), e ainda de uma rede de suporte familiar e comunitária mais vasta (Lemos, 2014).

Os modelos que nos servem de guia para a compreensão do desenvolvimento humano, embora focados no interpessoal, pecam por desconsiderar as histórias familiares e os padrões relacionais transgeracionais que modelam o inconsciente familiar (Atlas, 2022; Grand & Salberg, 2017; Riera, 2019).

Para Corigliano (1999), o mecanismo de transmissão transgeracional é um processo universal, pelo qual os significantes veiculados pelo adulto são inscritos na “derme psicofisiológica” da criança pequena, cujo inconsciente ainda não se diferenciou. Desta forma podemos falar de transmissão inconsciente de psicopatologia. Pode manifestar-se como mitos familiares ou núcleos sob a forma de recordações de acontecimentos ou de imagens idealizadas. Neste contexto, a herança familiar organiza-se a partir do negativo, não só do que falha ou falta na metabolização psíquica, mas também do que nunca aconteceu, do que nunca foi representado ou do que não é representável. Atlas (2022) refere-se a esta Herança Emocional como experiências que veiculam material emocional não mentalizado e que pertencem também aos nossos pais, avós e bisavós, afectam a nossa saúde mental e física, conectando passado, presente e futuro. Pensando com a autora, podemos pôr em hipótese que Marta esteja inconscientemente a criar a filha para não ser uma vítima como a sua mãe. Como serão representadas as outras mulheres (avós, bisavós) da sua história familiar? Refere Atlas (2022) que, frequentemente, sem consciência disso, este material tende a permanecer inconsciente nas nossas mentes, o terapeuta junta-se ao cenário infantil familiar do paciente, tomando o lugar de uma das suas figuras parentais, os vínculos infantis modelando a relação terapêutica da mesma forma que modelam as relações fora da terapia. Marta cessou as sessões muito antes de eu ter preparado este trabalho. Sentia-se melhor, as coisas estavam melhores com a filha, não queria sentir-se presa a mim. Não me pediu muito. Que eu tomasse conta dela para ela poder suportar o tomar conta da filha. Ficaram, como sempre, muitas questões por analisar neste processo.

A preparação desta comunicação ajudou-me a pensar sobre Marta e a filha, não somente enquanto díade, mas sob o pano de fundo dos elos que nos ligam transgeracionalmente. Como referiram Grand e Salberg (2017), ao termos em linha de conta a análise da genealogia do trauma do paciente, podemos começar a reescrever a família psicanalítica de modo que esta se torne mais plenamente a família humana.

Referências

Alford, C. F. (2017). *Haunted dialogues: When histories collide*. In S. Grand & J. Salberg (Eds). *Trans-generational Trauma and the Other: Dialogues across history and difference* (pp.11-15). Routledge.

Atlas, G. (2022). *Emotional Inheritance: A Therapist, Her Patients, and the Legacy of Trauma*. Little, Brown Spar.

Ávila-Espada, A. (2019). *La paternidad desde el punto de vista relacional. Sobre el "nacimiento del padre"*. *Clínica e Investigación Relacional*, 13 (1): 148-169. DOI: 10.21110/19882939.2019.130111

Benjamin, J. (2016). *Intersubjectivity*. In A. Elliott & J. Prager (Eds). *The Routledge Handbook of Psychoanalysis in the Social Sciences and Humanities* (pp.149-169). Routledge International Handbooks.

Bowlby, J. (1993). *Perda: tristeza e depressão*. Editora Martins Fontes.

Bowlby, J. (1998). *Separação: Angústia e raiva*. Martins Fontes.

Bowlby, J. (2002). *Apego: A natureza do vínculo*. Martins Fontes.

Corigliano, A. M. N. (1999). *A dimensão transgeracional entre o mito e o segredo*. In B. Prieur (Ed.), *As heranças familiares* (pp. 75-86). Climepsi Editores.

Fonagy, P., & Allison, E. (2014). The role of mentalizing and epistemic trust in the therapeutic relationship, *Psychotherapy*, 51(3), 372–380. <https://doi.org/10.1037/a0036505>

Grand, S. & Salberg, S. (2017). Editor´s Introduction. In S. Grand & J. Salberg (Eds). *Trans-generational trauma and the other. Dialogues across history and difference.* (pp. 1-7). Routledge.

Lemos, I. (2014). Crise ou bonança? Perspectivas clínicas sobre o desenvolvimento na adolescência. *Cadernos do GREI – Grupo de Estudos Interdisciplinares Giordano Bruno*, 12:1-21.

Marcelli, D. (2002). *Os estados depressivos na adolescência.* Climepsi Editores.

Marcelli, D., & Braconnier, A. (1989). *Manual de psicopatologia do adolescente.* Artes Médicas.

Granqvist, P. L., Sroufe, L., Dozier, M., Hesse, E., Steele, M., van Ijzendoorn, M, et al., (2017). Disorganized attachment in infancy: a review of the phenomenon and its implications for clinicians and policy-makers, *Attachment & Human Development*, 19:6, 534-558, DOI:10.1080/14616734.2017.1354040

Matos, M. (2019). O nascimento da mãe no contexto da perinatalidade. *Clínica e Investigación Relacional*, 13(1): 65-85. DOI: 10.21110/19882939.2019.130105

Riera, R. (2019). *L'herencia emocional.* Paneta Editora.

Winnicott, D. (1990). *O ambiente e os processos de maturação da criança. Estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional.* Artes Médicas.