

O papel do perdão na reconciliação: uma análise qualitativa das repercussões no recasamento com o ex-cônjuge

The role of forgiveness in the reconciliation: a qualitative analysis
of the repercussions in the remarriage with the ex-spouse

Maria Ignez Carneiro de Azevedo Limeira, Terezinha Féres-Carneiro
Pontifícia Universidade do Rio de Janeiro. Departamento de Psicologia.
Rua Marquês de São Vicente, 225, Gávea, 22451-900, Rio de Janeiro, RJ, Brasil.
ignezrj1@gmail.com, teferca@puc-rio.br

Resumo: O presente estudo, parte de uma investigação mais ampla sobre o recasamento com o ex-cônjuge, tem como objetivo investigar o papel do perdão na reconstrução do relacionamento conjugal com o ex-cônjuge. Realizou-se uma pesquisa qualitativa, na qual foram entrevistados 12 sujeitos independentes, de camadas médias da população do Rio de Janeiro, heterossexuais, casados com o ex-cônjuge, com filhos em comum. Para análise dos resultados utilizou-se o método de análise de conteúdo, na sua vertente categorial, sendo discutida a categoria *arrependimento e perdão* e suas duas subcategorias: *perdoar é preciso e arrepender-se faz a diferença*. Constatou-se que o perdão é fundamental para a reconciliação com o ex-cônjuge, pois abre espaço para se justificar e relevar ofensas, sendo, assim, precursor para o bem-estar emocional.

Palavras-chave: Recasamento; Perdão; Reconciliação.

Abstract: The present study, part of a larger investigation on remarriage with the ex-spouse, aims to investigate the forgiveness role in the marital relationship reconstruction in the marriage with the ex-spouse. A qualitative study was carried out, in which 12 independent subjects, from Rio de Janeiro's middle classes population, were interviewed - heterosexuals, married to the ex-spouse, with children in common. For the results analysis, the content analysis method was used, in its categorical aspect, and the category of *repentance and forgiveness* and its two subcategories – *forgiving is necessary* and *repenting makes a difference* - were discussed. Findings indicate that forgiveness is fundamental to reconciliation with the ex-spouse, because it opens room to justify and relieve offenses, thus being a precursor to emotional well-being.

Keywords: Remarriage; Forgiveness; Reconciliation.

Introdução

Perdoar o parceiro é uma atitude importante para que se possa manter a satisfação com uma relação amorosa (Kato, 2016; Patrick, *et.al.*, 2013). Segundo Santos (2012), por

meio do perdão, é possível mudar o sentido do passado e olhar o futuro com esperança. Para Patrick *et al.* (2013), perdão tem a ver com deixar de punir continuamente o outro, ou a si mesmo, por uma ofensa, restaurando o relacionamento e curando as mágoas. Não significa que a pessoa esquece o que aconteceu, mas sim, que aprende com isso e decide seguir em frente (Abrahamson, *et. al.*, 2012).

Alguns pesquisadores têm desenvolvido modelos para que se possa compreender melhor a relação entre perdão e reconciliação. Um destes modelos é o *Attachment Injury Resolution Model* - AIRM, pesquisado por Zuccarini, *et. al.*, (2013), dentro do contexto da *Emotionally Focused Therapy* - EFT (Johnson, 2012), cuja base é a teoria do apego (Bowlby, 1988). De acordo com Zuccarini *et al.* (2013), perdão e reconciliação demandam que o parceiro ofendido vivencie uma transformação experiencial em seu interior em relação ao que o ofendeu. Neste sentido, Worthington *et al.* (2015) argumentam que, quando ocorrem ofensas, a falha em reparar a conexão emocional e em desenvolver padrões enriquecedores de comportamento pode contribuir para o divórcio. Segundo os autores, a experimentação do perdão no início do casamento, sobretudo se os parceiros aprendem a dialogar e vivenciar a reconciliação, pode ser muito valiosa para enriquecer a relação e evitar problemas sérios relacionados a falhas na comunicação e à gestão de conflitos.

Outro modelo usado para análise da relação entre perdão e reconciliação é o *Relationship Conflict and Restoration Model* - RCRM, que combina, além do perdão, os constructos de graça, justiça, empatia e confiança. Responder com “graça” ao parceiro significa ter atitudes que tragam consolo e redirecionem respostas defensivas, abrindo possibilidades para uma comunicação efetiva. “Justiça” requer que os parceiros atribuam responsabilidades a si mesmos, pesem alternativas e tracem juntos um caminho imparcial e equilibrado, rumo à solução. “Empatia” é a capacidade de se colocar no lugar do outro, com sua história e vivências. “Confiança” é baseada na crença de que um relacionamento é sustentável e de que o outro é consistente. Comportamentos graciosos facilitam o uso da empatia e a percepção do senso de justiça, o que contribui para o exercício do perdão no processo de reconciliação. O perdão, por sua vez, reconduz à graça, reforçando a

capacidade de superar o sofrimento. Já a confiança é gerada ao longo de todo o processo, não sendo, assim, uma pré-condição para que a reconciliação aconteça (Patrick et al., 2013).

Ao investigarem a respeito da reconciliação após a infidelidade conjugal, Abrahamson *et al.* (2012) relataram que o processo foi complexo e envolveu perdão, aconselhamento, aprendizado a partir de experiências de outros, gestão de memórias, mudança na dinâmica conjugal e reconstrução da confiança. As principais razões encontradas para manter a relação foram a motivação para continuarem juntos, atos de gentileza, a construção de significado e a rede de apoio. Motivações envolvendo o não querer falhar ou desistir foram muito importantes, principalmente quando havia filhos, bens e maior tempo de relacionamento. Para estes autores, o processo começa com a decisão sobre estarem motivados o bastante para seguir em frente; seguido da construção de significado; do esforço ativo; e do ajuste do relacionamento à nova dinâmica diádica para haver restauração da confiança.

Para Hall e Fincham (2006), a interpretação que se tem dos eventos que ocorrem em um relacionamento influenciam as reações a eles. Quando são questões graves, como uma infidelidade, por exemplo, as explicações que se dão aos fatos podem levar a um divórcio ou a uma reconciliação. Assim, compreender esta interpretação pode facilitar o exercício do perdão, que é considerado o alvo máximo, e não a reconciliação em si, pois é ele que traz benefícios à saúde física e emocional, mesmo nos casos de divórcio. Segundo Holeman (2003), casais que enfrentaram sérios problemas conjugais e se reconciliaram com sucesso disseram que fizeram da reconciliação sua prioridade. Para tanto, perseveraram diante das dificuldades, eliminaram o que poderia dificultar a reconciliação e levaram em consideração a história e a amizade que construíram. Além disto, mostraram comprometimento com este objetivo ao assumir seus erros, mudar comportamentos e oferecer perdão; aceitaram apoio de amigos e família; e buscaram ajuda profissional e/ou religiosa.

Algumas investigações relacionam fortemente o perdão a crenças religiosas (Anderson e Natrajan-Tyagi, 2016; Escher, 2013; Goodman, *et. al.*, 2013). Por outro lado, o estudo de Olson, *et. al.*, (2015) indicou que perdoar transcende a religiosidade e se mostra relevante para pessoas não religiosas também, pois ter um parceiro que perdoa aumenta a probabilidade de satisfação com o casamento, mesmo diante de fatores de risco, como ter tido pais divorciados. De acordo com Escher (2013), o processo de se autoperdoar acontece quando a pessoa deixa de se culpar e passa a ser mais condescendente consigo mesma. Quando se perdoa outra pessoa, ocorre uma redução do desejo de vingança e de rompimento, bem como um aumento da motivação e boa vontade para a reconciliação. Sua investigação indicou que ter a Deus como um modelo a ser imitado exerce forte influência sobre o processo de perdoar. Goodman *et al.* (2013) citam que dois princípios mencionados por muitos casais religiosos para lidar com conflitos são o arrependimento e o perdão, e que estes parecem ter uma natureza curativa.

A pesquisa de Anderson e Natrajan-Tyagi (2016) apontou que, no caso de casais cristãos, a religião tem um papel fundamental no processo de perdoar e a comunidade religiosa na qual estes casais estão inseridos propicia condições que influenciam positivamente o exercício do perdão. Em seu estudo, todos os participantes relataram que Deus foi uma fonte importante de consolo até que o cônjuge tivesse comportamentos que demonstrassem a busca de perdão. Segundo os autores, o processo de perdão tem fases distintas, sendo a primeira o compromisso com o casamento que, para estas pessoas, independe de o cônjuge ter melhorado seu comportamento, e está atrelado às crenças cristãs. A segunda fase é a de trabalho e envolve duas subfases. A primeira é a prática do perdão - o ofensor se arrepende, é empático, e pede perdão genuíno; o ofendido, gradativamente, deixa de se culpar, de retaliar, e aceita o pedido de perdão. A segunda é a diferenciação do self – menor reatividade, menos esforço para mudar o outro, maior equilíbrio entre tempo juntos e separados e na gestão de conflitos. Quando tal processo é completado, o casal passa a ter mais paz e interações prazerosas, conjugadas ao aumento de sentimentos positivos do ofendido em relação ao ofensor.

O perdão tem sido mencionado em vários estudos como benéfico à qualidade de vida das pessoas (Ermer e Proulx, 2016; Hall e Fincham, 2006; Rohde-Brown e Rudestam, 2011; Van Tongeren *et al.*, 2015; Yárnoz Yaben, 2009). Quando uma atitude de perdão está integrada a outros elementos de processamento emocional, como crenças a respeito de si mesmo ou do outro, as pessoas têm maior facilidade de gerir o estresse com grandes problemas de relacionamentos. Caso não ocorra o perdão, a depressão e/ou raiva podem aumentar ao longo do tempo. Se a raiva voltada para si mesmo for uma característica da pessoa, o autoperdão será mais difícil, o que poderá dificultar o processo. A regulação do afeto é muito importante para a capacidade de perdoar; e a melhor maneira de promover esta regulação é desenvolver a empatia, a compaixão e o autoperdão, visto que, para que se possa perdoar o outro é preciso se perdoar primeiro (Rohde-Brown e Rudestam, 2011).

Se uma pessoa não perdoa, normalmente, ela fica enredada por sentimentos de raiva, ressentimento, animosidade e desejo de evitar quem a ofendeu. Quando há perdão, estes sentimentos são substituídos por emoções positivas ou neutras, na medida em que, ao se lembrar do ocorrido, a pessoa escolhe abrir mão deles, conscientemente (Yárnoz Yaben, 2009). Como a maioria dos momentos mais significativos da vida envolvem outras pessoas, ofensas que levam ao rompimento de relacionamentos podem prejudicar a função provedora de significados das relações afetivas, transformando-as em fonte de dor, ao invés de alegria. Assim, atitudes que visem à restauração destes relacionamentos, como o perdão, podem ajudar a recuperar o senso de significado na vida, ao melhorar a qualidade destas relações (Van Tongeren *et al.*, 2015).

A pesquisa de Ermer e Proulx (2016) sugeriu que quando a pessoa perdoa a si mesma existe uma tendência menor à depressão, mesmo na falta de perdão por outras pessoas. Nas mulheres, altos níveis de perdão a outros atenuaram a associação entre depressão e a falta de perdão por outros, o que não aconteceu com os homens. No caso dos homens, não foi encontrada associação entre depressão e não ser perdoado se estes homens também não perdoavam outras pessoas, o que, segundo os autores, pode estar relacionado a normas tradicionais do gênero masculino. Os dados também mostraram

que perdoar o outro ajuda a cultivar a saúde emocional na medida em que conserva saudáveis os laços afetivos.

Percebe-se que algumas características pessoais parecem ajudar o processo de perdão. Segundo Farrell *et al.* (2015), perceber um parceiro como humilde promove a satisfação com o relacionamento e facilita o perdão. Por outro lado, atitudes defensivas, egoístas e arrogantes podem levar a uma interpretação de que é arriscado investir naquela relação e, como consequência, gerar um baixo investimento. Para Gottman, Driver, e Tabares (2015), assumir suas próprias responsabilidades pela questão e demonstrar empatia e afeto são atitudes altamente efetivas para resolver os problemas do relacionamento, pois criam um sentimento de cumplicidade. De acordo com Nosenko e Sokur (2016), a tendência ao perdão é um recurso positivo de uma personalidade madura. Aquelas com maior inclinação geral para o perdão, normalmente, não evitam enfrentar os problemas quando surgem, nem tendem a usar estratégias muito emotivas.

A partir destas investigações, nota-se o quanto exercer o perdão para si mesmo ou para o outro pode ser benéfico para as pessoas, já que é promotor de saúde emocional, o que ajuda na qualidade de vida. Desta forma, torna-se relevante o estudo de como este processo pode proporcionar o início de uma nova oportunidade para a restauração de relações conjugais rompidas. Assim, o objetivo deste estudo é investigar o papel do perdão na reconstrução do relacionamento conjugal no recasamento com o ex-cônjuge.

Método

Delineamento

Este estudo deriva de uma pesquisa mais abrangente, tema de doutorado da primeira autora. Trata-se de pesquisa qualitativa e exploratória, sendo sua principal preocupação conhecer as características dos fenômenos ocorridos na dinâmica conjugal do recasamento com o mesmo cônjuge.

Participantes

A pesquisa de campo foi realizada com 12 sujeitos independentes, ou seja, membros de casais distintos (seis homens e seis mulheres), indicados a partir da rede de conhecimento pessoal e profissional da pesquisadora, constituindo uma amostra de conveniência. O número de participantes foi determinado pela saturação provocada pela repetição dos temas (Minayo, 2017). Ao receber as indicações, a pesquisadora, por meio de uma conversa telefônica inicial, selecionou os entrevistados que se enquadravam nos seguintes critérios: pertencentes às camadas médias da população do Rio de Janeiro, heterossexuais, recasados com o ex-cônjuge no momento da pesquisa há no mínimo 1 ano, e com, pelo menos, um filho em comum. Além disto, os participantes precisariam ter tido uma primeira união de, no mínimo, 2 anos; e ter ficado separados ou divorciados, por no mínimo 6 meses, vivendo em moradias distintas. As separações ocorreram por diferentes motivos – infidelidade, incompatibilidade de projetos de vida, valores divergentes, ciúmes constantes e exagerados, dentre outros, que ocasionaram sérios conflitos. Não foi exigido um registro civil para o casal ser considerado casado ou separado. A Tabela 1 apresenta uma descrição de seus perfis e a duração de suas transições conjugais

Tabela 1. Características dos participantes e duração das transições conjugais

Table 1. Participants' characteristics and duration of marital transitions

Cônjuge	Idade	Escolaridade	Religião	Duração (em anos)		
				Primeiro casamento	Separação	Recasamento até a entrevista
F1	59	Superior	Católica	5	13	18
F2	39	Pós-Graduação	Católica	7	2	3
F3	36	Superior incompleto	Protestante	5	0,75	8
F4	55	Superior	Nenhuma	17	16	1
F5	45	Superior	Católica	10	1 e meio	8
F6	65	Superior	Budista	11	15	18
M1	55	Pós-Graduação	Protestante	5	1	20
M2	68	Superior	Católica	15	12	22
M3	63	Superior	Protestante	22	4 e meio	16
M4	76	Ensino Médio	Protestante	25	20	6
M5	45	Pós-Graduação	Católica	12	1	2
M6	66	Superior	Católica	7	25	1 e meio

Instrumentos

Foram utilizadas entrevistas individuais com roteiro semiestruturado, gravadas em áudio e, posteriormente, transcritas integralmente. O roteiro foi formulado com base na revisão da literatura sobre o tema e enfocou os seguintes eixos temáticos: significados e expectativas sobre casamento; questões ligadas à parentalidade e influência dos filhos na separação e no recasamento; acontecimentos com maiores repercussões para a separação; diferenças e semelhanças entre o recasamento e o primeiro casamento; experiências e atitudes após a separação quanto a trabalho, finanças, relacionamentos, dentre outros; perdas e ganhos com a separação e o recasamento.

Procedimentos éticos e de coleta de dados

O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética (Parecer nº 2016-27) da instituição onde foi desenvolvido. As entrevistas foram conduzidas pela primeira autora, tiveram a duração de uma a duas horas e o local, data e horário foram agendados de acordo com a disponibilidade dos participantes. Todos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, autorizando a divulgação dos resultados em ensino, pesquisa e publicação, e foram informados de que a sua identidade e a de seus familiares seriam resguardadas.

Procedimentos de análise de dados

Para análise dos dados obtidos nas entrevistas, foi utilizado o método de análise de conteúdo, na sua vertente categorial, como proposto por Bardin (2011). O método permite a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção e recepção das mensagens, ou seja, conhecer aquilo que está por trás das palavras. Sua base reside na articulação entre a descrição e análise dos textos e os fatores que determinaram estas características, deduzidos através da lógica.

A categorização foi realizada pela primeira autora, conforme a proposta de Bardin (2011), ou seja, primeiramente, nomeando-se os temas que surgiram ao longo das

entrevistas individuais. Em um segundo momento de leitura, foram verificados aqueles que continham similaridade de significado ao longo das falas dos diversos participantes, objetivando a definição das categorias relevantes, que foram confirmadas, posteriormente, pela segunda autora deste trabalho. Desta forma, os relatos considerados como os mais importantes ao encaminhamento das discussões foram relacionados entre si, por meio das categorias e subcategorias dos diferentes artigos, visando à melhor compreensão do fenômeno como um todo.

Resultados e discussão

Para a apresentação dos resultados, os participantes serão nomeados como F (feminino) e M (masculino), numerados de 1 a 6, tendo sua idade indicada. Uma das questões observadas foi a de que diversos entrevistados comentaram, espontaneamente, sobre como foi importante ter vivenciado o arrependimento e o perdão para a retomada da conjugalidade. Assim, para atingir os objetivos deste estudo, ou seja, investigar o papel do perdão na reconstrução do relacionamento conjugal no recasamento com o ex-cônjuge, será discutida a categoria de análise *arrependimento e perdão*, desdobrada em duas subcategorias: *perdoar é preciso e arrepende-se faz a diferença*.

Arrependimento e Perdão

Ao longo do relato de suas histórias, boa parte dos participantes falou que foi relevante o fato de eles mesmos, ou seus cônjuges, terem se arrependido do principal motivo da separação, e ter acontecido o perdão, para que houvesse mudanças e a conjugalidade fosse restaurada. Por outro lado, alguns deles não vivenciaram esta experiência e isto trouxe repercussões negativas ao relacionamento. Assim, veremos nas discussões das duas subcategorias como tais questões foram abordadas nas narrativas dos entrevistados.

Perdoar é preciso

Alguns participantes mencionaram dificuldades em seus relacionamentos em função de não terem conseguido perdoar o cônjuge ou de não terem sido perdoados por ele ou, ao menos, enquanto isto não aconteceu.

“E aí [...] eu fui falar com ele pra pedir perdão, mas eu só chorava... Quando a gente foi tratar o casamento com o rabino, eu não conseguia falar, eu só chorava, sabe? [...] Se eu falo qualquer coisa, sabe, grita e isso tá, isso tá diferente, isso tá me fazendo mal. Eu era uma pessoa mais sociável e eu sinto que agora eu estou ficando mais recolhida. Por exemplo, eu tenho muitas amizades masculinas, né? Mas eu percebo que eu cortei porque eu percebo que ele tem ciúmes” (F6, 65 anos).

“Quando a gente voltou, eu tô lembrando agora, ele tinha ressentimento. Aparentemente não tinha, mas ele teve uns acessos de raiva comigo que eu tive que engolir muita coisa. Porque eu olhava e falava: isso daí é... tá armazenado dentro dele nesses anos todos, né? A raiva que ele nunca demonstrou de eu ter separado tá aí. [...] Só que aí eu já tinha uma outra visão. Eu queria aquilo! Na bravura de um, você não bate de frente, né? Eu conseguia compreender que era algo armazenado ali dentro. E foi passando.” (F1, 59 anos).

Estas falas apontam para alguns problemas que podem acontecer nos relacionamentos devido à falta de perdão, relatados por quem não foi perdoado. F6 continuou vivenciando as consequências da falta de perdão por sua infidelidade, mesmo depois de ter demonstrado arrependimento e de 18 anos de recasados. O comportamento de seu cônjuge parece mostrar que ainda a estava punindo por não ter conseguido curar suas mágoas, sugerindo que o perdão não estava presente (Patrick *et al.*, 2013). Exemplifica-se, assim, porque o perdão, segundo Hall e Fincham (2006), é o alvo máximo para o relacionamento e não, simplesmente, a reconciliação, já que as atitudes inadequadas do cônjuge estão ‘fazendo mal’ à saúde emocional da participante.

No caso de F1, o problema parece ter sido sanado ao longo do tempo, mas percebe-se que o cônjuge teve dificuldade em perdoá-la no início por ter optado pela separação no primeiro casamento. A presença de ‘acessos de raiva’ sugeriu à entrevistada que havia ressentimentos, indicando que o perdão ainda não havia acontecido (Rohde-Brown e Rudestam, 2011; Yárnoz Yaben, 2009). Contudo, a atitude empática da participante, mesmo se prejudicando naquele momento e tendo que ‘engolir muita coisa’, mostra que

ela priorizou a reconciliação com o cônjuge, o que, provavelmente, os ajudou a perseverar diante dos obstáculos e a ser bem-sucedidos na reconciliação, como apontado por Gottman et al. (2015) e Holeman (2003).

Em alguns casos, foi narrada a falta de perdão do próprio participante em relação a seu cônjuge.

“Não perdoo. Isso é uma das coisas que eu carrego até hoje. Não consigo perdoar mesmo. Qualquer discussãozinha eu jogo na cara. E aí ele fica humilhado e abaixa a cabeça. Eu acho que ele tem muita vergonha de tudo isso hoje, né? Tanto é que se a gente está discutindo e ele começa a bater boca com alguma coisa, se eu falar nesses pontos, eu venço a discussão. Ele abaixa a cabeça e fica mudo” (F2, 39 anos).

“Não será um papel que efetivamente vai mudar qualquer coisa hoje na, na situação que eu tenho. Não é importante pra mim. E pra ela? [Entrevistadora]. Eu acho que é, porque a cada vez que existe um questionamento numa loja [...], estado civil? Divorciada. Não, não gosta. Engasga no meio. Ainda olha pra mim e eu falo: você fala o que você é, ué? [Risos]. É, acho que tenho que confessar que quando fazem esse tipo de pergunta eu... acho até engraçado [risos]. Tem um certo humor do tipo, tá vendo o que você fez? Agora banca! É uma vingança velada por trás. Talvez seja simplesmente um, um, um pouquinho de... De falta de perdão? [Entrevistadora]. É! Do cara turrão que fala: ah é? Então eu vou te azucrinar agora durante um bom tempo pra tu não esquecer” (M5, 45 anos).

As narrativas acima indicam que questões disfuncionais destes relacionamentos estão associadas à falta de perdão. F2 parece ver o relacionamento como uma competição na qual ela precisa vencer, talvez, como uma forma de compensar perdas emocionais, não conseguindo compreender que, caso decidisse perdoar seu cônjuge, seria mais fácil seguir em frente (Abrahamson *et al.*, 2012). As reações de seu cônjuge – vergonha, humilhação e mudez, sugerem que as interações cotidianas do casal não estavam sendo fonte de alegria, o que poderia ter um significado diferente e trazer mais saúde emocional ao recasamento, caso houvesse perdão por parte dela (Ermer e Proulx, 2016; Van Tongeren *et al.*, 2015). A tendência de usar tais estratégias emotivas para enfrentar os problemas indica que F2 não possui uma personalidade madura, o que pode ocasionar outros problemas na relação, assim como pontuaram Nosenko e Sokur (2016).

Com sua atitude, M5 mostra uma resposta egoísta e arrogante diante da carência de segurança expressa por sua parceira, o que, possivelmente, não fará com que ela se

sinta muito motivada a investir no relacionamento (Farrell *et al.*, 2015). Sua narrativa indica que não houve uma transformação suficiente em seu interior, de forma que assumisse suas responsabilidades, mudasse o sentido do passado e o fizesse deixar de se sentir ofendido pelo fato de sua esposa ter pedido a separação no primeiro casamento (Gottman *et al.*, 2015; Santos, 2012; Zuccarini *et al.*, 2013). M5 não parece estar consciente de seus próprios erros, na medida em que não consegue ver os de sua parceira sob outro prisma e perdoá-la e, enquanto ele continuar ‘azucrinando-a’, será mais difícil restaurar a intimidade do relacionamento de forma genuína, como ressaltado por Ermer e Proulx (2016) e Patrick *et al.* (2013).

Por meio destas falas constata-se o quanto a falta de perdão é prejudicial para reparar as conexões emocionais do relacionamento conjugal, impedindo que os cônjuges usufruam de maior harmonia para reconstruir suas vidas como casal.

Arrepende-se faz a diferença

Por outro lado, vários entrevistados mencionaram momentos em suas histórias nos quais se arrependeram, receberam perdão, tiveram suporte religioso de alguma forma e mudaram comportamentos diversos.

“Logo me arrependi porque eu queria estar dentro da minha casa com meus filhos e com minha mulher [...]. Porque eu, tudo que eu fazia, eu me arrependia. Então eu vivia em um turbilhão de arrependimento. [...]. Então eu era uma pessoa feliz, completa e que joguei tudo isso a perder, né? Então, hoje, eu tenho essa consciência do que eu fiz, arrependido fiquei, mas Deus não se lembra dos meus pecados. E ela também me perdoou sim, o mais importante! E ela fala com muita propriedade isso. [...]. Ela diz com muita propriedade [...] que ela teve a participação dela também.” (M3, 63 anos).

“Financeiramente perdi, eu gastei muito do meu... nas noites, ia... Isso é uma perda muito grande, né? Aí depois que eu conheci ela, que eu passei a frequentar a igreja e tal, aí já passei a conhecer Jesus melhor, né? E eu me converti realmente. Aí, quando eu achei que tava vivendo uma vida errada, esse negócio todo, aí, eu lendo a Bíblia eu falei: ah Deus, me mostra o caminho certo porque essa vida tá, tá errada pra mim. Eu não quero viver errado [...] [Falando com a ex-esposa:] eu vou voltar, mas a gente vai ter que casar porque eu agora sou da igreja [...] [Entrevistadora] Ainda acontece ciúme? Continua, mas isso aí é íntimo dela. É um ciúme doentio. Eu fico é p...! Ela fala e eu fico calado agora... ela fica com raiva que eu fico calado e eu falo: então, agora eu tô numa vida de... que eu tô seguindo a Deus” (M4, 76 anos).

A narrativa de M3 mostra uma clara consciência de quão nocivos foram, ao casamento, os erros que cometeu, sinalizando humildade de sua parte e arrependimento, associados à fé em Deus e à determinação para restaurar o relacionamento, o que pode ter facilitado o perdão de sua parceira (Anderson e Natrajan-Tyagi, 2016; Farrell *et al.*, 2015). Outro ponto interessante é que a forma usada pelo entrevistado para se referir ao perdão concedido pela parceira – ‘ela fala com muita propriedade isso!’, aponta para uma decisão “de mão única”, ou seja, independentemente da mudança dele, pois ela também reconhece sua responsabilidade pela disfunção no casamento, como ressaltado por Anderson e Natrajan-Tyagi (2016) e Santos (2012). Fica evidenciado, assim, como arrependimento e perdão - duas características citadas por vários casais que baseiam suas vidas em crenças religiosas, podem ajudar na restauração do relacionamento (Goodman *et al.*; 2013).

A fala de M4 indica que, ao ‘conhecer Jesus melhor’, o participante o admirou a ponto de se arrepender da ‘vida errada’ que achava que vivia e de querer mudá-la para que pudesse seguir a Jesus como um bom exemplo, o que parece tê-lo ajudado a perdoar sua esposa pelos ciúmes excessivos (Escher, 2013). Ao mencionar ‘mas isso aí é íntimo dela’, percebe-se que o participante foi empático com relação às emoções primárias de sua esposa, expressas por meio do ciúme (motivo da primeira separação), o que é importante para o perdão sincero e reconexão emocional (Zuccarini *et al.*, 2013). Com isto, ele conseguiu mudar suas reações à questão, responder com um padrão mais adequado à consolidação da intimidade e mudar a dinâmica conjugal, ilustrando a fase de “trabalho” conforme mencionada por Anderson e Natrajan-Tyagi (2016).

O relato a seguir mostra vários momentos do processo de perdão de um dos entrevistados, exemplificando diversos pontos importantes, mencionados pela literatura, para que a reconciliação possa acontecer.

“Eu estava lutando contra mim mesmo, né? Eu queria mudar, ter força para mudar. [...] Eu não sou digno, eu quero o perdão Dele, mas como é que eu vou viver isso? [...] Aí, foi que eu fui tendo pessoas que foram me ajudando nisso, me ajudando a tirar os entulhos do

homem velho, aquelas coisas que estavam me fazendo... ainda falando forte em mim. E aí eu fui tendo, tendo encontros, mesmo, com Deus, de uma maneira mais positiva, através da misericórdia Dele. [...]. [Falando com os filhos] a sua mãe já me perdoou, está em processo de perdão comigo. [...]. Ainda tem a ferida, entendeu? E estou em processo de me perdoar, de tirar toda culpa e entrar no campo da misericórdia de Deus. E eu quero isso! [...]. Fui até claro com ela: eu sei que vai ser difícil no momento em que eu estiver na cama com você e você pensar nas situações anteriores que eu vivi. Sei que isso pode passar na sua cabeça... Aí ela falou: não vai passar, não quero, eu te conheço! Vamos reconstruir!" (M2, 68 anos).

Percebe-se que este participante teve muita dificuldade de se perdoar no início, apresentando vários conflitos ligados a querer mudar, mas achar que não conseguiria; querer o perdão de Deus, mas achar que não merecia; dentre outros. Possivelmente, estes conflitos ocasionaram raiva de si mesmo pelos erros que cometera, o que atrapalhou o autoperdão (Rohde-Brown e Rudestam, 2011). Contudo, com a ajuda de pessoas religiosas, ele foi conseguindo ter mais compaixão de si mesmo, aliada a uma visão mais clara da misericórdia de Deus e, a partir disto, conseguiu se perdoar, como postulado por Escher (2013) e Holeman (2003).

O principal motivo da separação de M2 foi o adultério e, para haver a restauração da confiança, não apenas com a esposa, como também com os filhos, parece ter sido importante conversar de forma transparente, mesmo que tenha sido difícil (Worthington *et al.*, 2015). A partir do relato, nota-se que ambos os cônjuges mostram bastante engajamento e motivação - fatores importantes para enfrentar os desafios que viriam junto ao processo de ajuste da relação (Abrahamson *et al.*, 2012). Ao dialogar com sua esposa, a atitude graciosa, de consolo, do entrevistado, bem como a de justiça, assumindo suas responsabilidades, provavelmente, facilitaram a empatia dela por ele e redirecionaram respostas defensivas, contribuindo para o perdão (Patrick *et al.*, 2013).

Alguns participantes deixaram claro que as comunidades religiosas às quais estavam filiados, à época da separação, foram essenciais para o apoio ao processo de reconciliação.

"Eu não quero você de minha amante [a namorada]. Porque eu acho que você não merece isso - ser amante de ninguém. Então, porque eu gosto muito de você, eu não vou aceitar

isso daí. E vou te pedir outro favor: não liga mais pra mim [...]. E também achamos uma igreja que nos acolheu de braços abertos: a [nome da igreja]. Aí a coisa começou a caminhar de novo. [...]. Então, eu ganhei o carinho, ganhei o perdão dela [a esposa], ganhei também o V. [filho], que nasceu logo depois de uns dois anos que a gente voltou” (M1, 55 anos).

“Calhou de ter um jantar de casais na igreja e ele preparou tudo com o pessoal lá, tudo nas minhas costas, eu não sabia de nada. Aí, no dia desse jantar de casais ele fez a renovação de votos [...]. Aí, fez declaração de amor, pediu perdão na frente de todo mundo, [...] fiquei até meio sem reação. Aí depois daquilo, ele conversou com a minha chefe [...] se ela me dava uma folga na segunda-feira e ela me deu. Tudo isso ele fez. Aí me levou pra um hotel fazenda, tipo assim uma lua-de-mel, sabe? Foi uma coisa toda muito preparada, e foi muito bom, foi muito bom e... aí a gente voltou, né, pra nossa casa. Alugamos uma casa e foi assim. Um tempo muito novo” (F3,36 anos).

“Cada dia era, assim, eu botando pra Ele aquilo que, que, que era sonho; aquilo que... a vontade de mudar, mas queria Ele mais do que eu sabia porque eu não tinha força pra isso. (...) E eu queria voltar pra minha família, eu queria voltar a reconstruir minha vida.[...]” (M2, 68 anos).

“Com certeza eu não faria de novo. [...] Graças a Deus, Deus, eu sou fruto do perdão. Deus me perdoou e ela me perdoou.” (M3, 63 anos).

Percebe-se, nestas falas, que os entrevistados puderam vivenciar práticas religiosas tais como, acolhimento pela comunidade, participar de aconselhamento ou de encontro de casais, e que estas fizeram a diferença para a mudança de rumo de suas vidas (Abrahamson *et al.*, 2012; Holeman, 2003). Nota-se, ainda, que o processo de reconstrução da conjugalidade foi uma “via de mão dupla”, no qual ambos os cônjuges tiveram participação ativa, como postulado por Santos (2012). M1, por exemplo, ao pedir à namorada que se afastasse definitivamente, de forma contundente, ilustra uma atitude associada a pessoas que tendem a uma estratégia de enfrentamento do problema com foco na solução, arcando com sua parte de responsabilidade pelo problema (Gottman *et al.*, 2015; Nosenko e Sokur, 2016). Por outro lado, ele narra os ganhos que teve com o perdão de sua esposa, indicando que ela se motivou a investir na relação a partir das atitudes dele (Farrell *et al.*, 2015). Com isto, o participante parece se sentir vitorioso, em função de ter superado os vários obstáculos que vivenciou, assim como foi preconizado por Abrahamson *et al.* (2012).

Já F3 relata o encantamento com a sequência de atitudes positivas de seu cônjuge, diferentes do padrão a que estava acostumada – jantar surpresa de casais, renovação de votos, pedido público de perdão, conversa com a chefe, hotel fazenda. Tais ações, ao

passarem uma mensagem de que seu parceiro estava interessado em seu bem-estar podem ter aberto um caminho para o perdão e a reconciliação (Patrick *et al.*, 2013). Após estes gestos, decidiram, juntos, alugar uma casa e se reconciliar e, segundo ela, foi 'um tempo muito novo', apontando para o reconhecimento à dedicação consistente de seu cônjuge, o que provavelmente gerou gratidão e aumentou o compromisso com o relacionamento (Farrell *et al.*, 2015). Além disto, ao mencionar 'foi muito bom e... aí a gente voltou', a participante sugere muito boa vontade para com a reconciliação o que, segundo Escher (2013), é um indício de que houve perdão.

Ao analisar estas narrativas, percebe-se que o arrependimento genuíno facilita o processo de perdão pelo ofendido, pois o ofensor passa a ter mudanças de atitudes que mostram que um novo caminho está sendo construído. Além disto, diferentes falas evidenciam a associação entre arrependimento, perdão e religiosidade, sugerindo que as crenças religiosas cristãs também facilitam o processo de perdão, já que reforçam a necessidade de exercê-lo como base de seus princípios (Anderson e Natrajan-Tyagi, 2016; Escher, 2013; Goodman, *et. al.*, 2013).

Considerações Finais

Os resultados deste estudo sugerem que o perdão é fundamental para a reconciliação com o ex-cônjuge e o precursor para a construção de um relacionamento conjugal saudável. Embora os sentimentos negativos não sejam substituídos automaticamente por positivos, o perdão abre espaço para se justificar e relevar ofensas, mesmo graves. Com isto, os cônjuges ofendidos decidem não mais cobrar as dívidas, pois entendem que o caminho de ter atitudes consoladoras e que não estimulem defesas no parceiro é mais benéfico à sua saúde emocional e à do relacionamento. Outro ponto que chama a atenção é que o arrependimento genuíno foi fundamental para promover o perdão e a reconciliação, visto que, quando o mesmo ocorreu, o ofensor apresentou mudanças de comportamento que trouxeram segurança ao ofendido.

Em contrapartida, nos casos em que o perdão não aconteceu, a reconciliação foi incompleta e as mágoas não foram elaboradas ao longo do tempo, trazendo consequências ruins para o relacionamento. Isto mostra que, algumas vezes, os casais decidem retomar um casamento, mas não compreendem a importância de exercerem o perdão e acabam tendo atitudes que não fazem bem ao outro, tampouco à relação conjugal. Percebe-se, desta forma, o quanto é relevante ter o perdão como foco, e não apenas voltar a ser um casal, para que um processo de reconciliação seja benéfico a todos, trazendo alegria, saúde emocional e motivação para investimento pessoal.

A reconciliação foi um processo gradual e cumulativo, que passou pela reconstrução da intimidade e da confiança. Algumas atitudes facilitaram bastante este processo, tais como ter empatia um pelo outro, não acusar o parceiro, assumir sua parte de responsabilidade pelos problemas e adotar estratégias de solução focadas na principal dificuldade. Na medida em que os participantes se confrontaram com os desafios como uma questão do casal, e não apenas do outro, conseguiram gradualmente construir um significado a partir da experiência, o que os ajudou a entender que vários aspectos contribuíram para aquele resultado. Com isto, a confiança foi sendo reconstruída e, aos poucos, a partir das mudanças posteriores de comportamentos, a reconciliação foi se solidificando. Novas reações, de maneira consistente, diante de antigos problemas tais como, ciúmes desproporcionais, oportunidades de se cometer adultério ou chances de crescimento profissional sem considerar as necessidades familiares foram reforçando o processo.

Em alguns casos, a separação no primeiro casamento foi ocasionada por infidelidade, o que deixou o parceiro traído indefeso, confuso e vitimizado. Notou-se que, para estes casais, o fato de poderem conversar de forma autêntica, sem esconder o que sentiam, os ajudou a superar a questão de forma satisfatória para ambos. No que tange aos casais cristãos deste estudo, foi possível observar outros fatores que fizeram a diferença em tais circunstâncias e que os ajudaram a ter *insights* sobre suas próprias vidas: a aceitação de aconselhamento religioso e/ou a observação dos resultados obtidos por

outras pessoas ao lidarem com situações semelhantes de divórcio ou de reconciliação, ao participarem de encontros de casais. Assim, os relatos sugerem que as pessoas, sejam religiosas ou não, que internalizam crenças que valorizam o diálogo e o perdão, e que são socializadas nesta mesma direção, têm maior probabilidade de perdoar e superar as dificuldades conjugais.

Constatou-se, ainda, pelos relatos, que as pessoas que foram bem-sucedidas com a experiência do perdão se sentiram empoderadas e vencedoras, na medida em que não desistiram do casamento e conseguiram emergir mais fortes de situações bastante difíceis. Com isto, começaram a empreender as mudanças que seriam necessárias à solidificação da relação. Desta forma, os dados indicam que o processo de perdão faz parte da base que compõe o alicerce da reconstrução do relacionamento conjugal no recasamento com o ex-cônjuge.

Os resultados deste estudo podem trazer subsídios importantes para a prática clínica com casais, ao facilitar uma maior compreensão da importância do processo de perdão para uma reconciliação genuína, bem como ao ressaltar os principais fatores e atitudes que contribuem para tal processo. Esta reconciliação não necessariamente precisa se referir a relacionamentos rompidos, mas também a conflitos cotidianos do casal, de forma a se desenvolver um estilo de vida de perdão e de cuidado com as feridas emocionais, visando a construir relacionamentos sólidos e saudáveis. Um trabalho de psicoeducação com o objetivo de auxiliar aos casais a se conscientizarem, por exemplo, do papel da empatia pode ser benéfico neste cenário, visto que se sentir ouvido e respeitado tende a diminuir atitudes defensivas e a estimular estratégias efetivas de solução de conflito.

Esta investigação tem algumas limitações. Seria desejável ter ampliado a duração mínima para o período de separação e o tempo de recasamento, buscando uma maior homogeneização do grupo de participantes. Todavia, o fato de o recasamento com o mesmo cônjuge ser um fenômeno pouco frequente não possibilitou a aplicação deste critério. O estudo foi realizado com membros independentes de casais recasados;

contudo, caso tivesse tido como foco os casais, poderia favorecer um maior aprofundamento da reflexão sobre a vinculação estabelecida entre os cônjuges na reconciliação, a partir do processo de perdão. Além disto, por se tratar de uma temática com escassa literatura específica, na discussão dos dados obtidos neste estudo, foi necessário incluir trabalhos sobre relações amorosas em geral, e não apenas sobre recasamento com o ex-cônjuge.

Com o objetivo de aprofundar a compreensão do tema, novas pesquisas poderiam ser conduzidas para identificar os mecanismos que expliquem como as crenças religiosas influenciam o processo de perdão e de arrependimento. Adicionalmente, poderia ser interessante explorar se existem barreiras culturais prejudiciais ao processo de perdão, tais como, ideais de papéis associados a gênero.

Referências

- ABRAHAMSON, I.; HUSSAIN, R.; KHAN, A.; SCHOFIELD, M. J. 2012. What Helps Couples Rebuild Their Relationship After Infidelity? *Journal of Family Issues*, **33(11)**, 1494–1519.
- ANDERSON, J.; Natrajan-Tyagi, R. 2016. Understanding the Process of Forgiveness After a Relational Hurt in Christian Marriages. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, **15(4)**, 295–320. <https://doi.org/10.1080/15332691.2015.1089804>
- BARDIN, L. 2011. *Análise de conteúdo*. São Paulo, Edições 70, 280 p.
- ERMER, A. E.; PROULX, C. M. 2016. Unforgiveness, depression, and health in later life: the protective factor of forgivingness. *Aging & Mental Health*, **20(10)**, 1021–1034. <https://doi.org/10.1080/13607863.2015.1060942>
- ESCHER, D. 2013. How does religion promote forgiveness? Linking beliefs, orientations, and practices. *Journal for the Scientific Study of Religion*, **52(1)**, 100–119. <https://doi.org/https://doi-org.ez370.periodicos.capes.gov.br/10.1111/jssr.12012>
- FARRELL, J. E.; HOOK, J. N.; RAMOS, M.; DAVIS, D. E.; VAN TONGEREN, D. R.; RUIZ, J. M. 2015. Humility and relationship outcomes in couples: The mediating role of commitment. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, **4(1)**, 14–26. <https://doi.org/10.1037/cfp0000033>
- GOODMAN, M. A.; DOLLAHITE, D. C.; MARKS, L. D.; LAYTON, E. 2013. Religious Faith and Transformational Processes in Marriage: Transformational Processes and Religious Faith. *Family Relations*, **62(5)**, 808–823. <https://doi.org/10.1111/fare.12038>

- GOTTMAN, J. M.; DRIVER, J.; TABARES, A. 2015. Repair During Marital Conflict in Newlyweds: How Couples Move from Attack–Defend to Collaboration. *Journal of Family Psychotherapy*, **26(2)**, 85–108. <https://doi.org/10.1080/08975353.2015.1038962>
- HALL, J. H.; FINCHAM, F. D. 2006. Relationship dissolution following infidelity: The roles of attributions and forgiveness. *Journal of social and clinical psychology*, **25(5)**, 508–522. <https://doi.org/10.1521/jscp.2006.25.5.508>
- HOLEMAN, V. T. 2003. Marital reconciliation: A long and winding road. *Journal of Psychology and Christianity*, **22(1)**, 30–42.
- JOHNSON, S. M. 2012. *The Practice of Emotionally Focused Couple Therapy: Creating Connection* (2^o ed). New York, Routledge, 350 p.
- KATO, T. 2016. Effects of partner forgiveness on romantic break-ups in dating relationships: A longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, **95**, 185–189. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.02.050>
- MINAYO, M. C. S. 2017. Amostragem e saturação em pesquisa qualitativa: consensos e controvérsias. *Revista Pesquisa Qualitativa*, **22(7)**, 1-12. <https://www.researchgate.net/publication/315756131>
- NOSENKO, E. L.; SOKUR, A. V. 2016. Forgiveness as a Multifunctional Coping Resource of a Mature Personality. *Journal of Psychology Research*, **22(9/1)**, 3-11. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15421/101601>
- OLSON, J. R.; MARSHALL, J. P.; GODDARD, H. W.; SCHRAMM, D. G. 2015. Shared Religious Beliefs, Prayer, and Forgiveness as Predictors of Marital Satisfaction: Religiosity and Marital Satisfaction. *Family Relations*, **64(4)**, 519–533. <https://doi.org/10.1111/fare.12129>
- PATRICK, S.; BECKENBACH, J.; SELLS, J.; REARDON, R. F. 2013. An Empirical Investigation Into Justice, Grace, and Forgiveness: Paths to Relationship Satisfaction. *The Family Journal*, **21(2)**, 146–153. <https://doi.org/10.1177/1066480712466540>
- ROHDE-BROWN, J.; RUDESTAM, K. E. 2011. The Role of Forgiveness in Divorce Adjustment and the Impact of Affect. *Journal of Divorce & Remarriage*, **52(2)**, 109–124. <https://doi.org/10.1080/10502556.2011.546233>
- SANTOS, D. A. 2012. *O Perdão: A Abordagem de Girard e os Benefícios Existenciais de uma Nova Visão de Perdoar*. São Paulo, Brasil. Dissertação de mestrado. Universidade Metodista de São Paulo - UMESP, 137 p.
- VAN TONGEREN, D. R.; GREEN, J. D.; HOOK, J. N.; DAVIS, D. E.; DAVIS, J. L.; RAMOS, M. 2015. Forgiveness Increases Meaning in Life. *Social Psychological and Personality Science*, **6(1)**, 47–55. <https://doi.org/10.1177/1948550614541298>
- WORTHINGTON, E. L.; BERRY, J. W.; HOOK, J. N.; DAVIS, D. E.; SCHERER, M.; GRIFFIN, B. J.; CAMPANA, K. L. 2015. Forgiveness-reconciliation and communication-conflict-resolution interventions versus retested controls in early married couples. *Journal of Counseling Psychology*, **62(1)**, 14–27. <https://doi.org/10.1037/cou0000045>

YÁRNOZ YABEN, S. 2009. Forgiveness, Attachment, and Divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, **50(4)**, 282–294. <https://doi.org/10.1080/10502550902775952>

ZUCCARINI, D.; JOHNSON, S. M.; DALGLEISH, T. L.; MAKINEN, J. A. 2013. Forgiveness and Reconciliation in Emotionally Focused Therapy for Couples: The Client Change Process and Therapist Interventions. *Journal of Marital and Family Therapy*, **39(2)**, 148–162. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2012.00287.x>

Submetido em: 04.12.2018

Aceito em: 27.02.2019