



SOMOS PAIS, E AGORA? A MANUTENÇÃO DA SATISFAÇÃO CONJUGAL COM A CHEGADA DO 1º FILHO

** Priscila Moura Serratte*

*** Juliana Carmona Predebon*

RESUMO

Este estudo qualitativo buscou compreender as mudanças ocorridas na satisfação conjugal após a chegada do primeiro filho. Para tanto foi realizado um questionário com três casais e os resultados obtidos submetidos a análise de conteúdo de Bardin. Participaram da pesquisa três casais heterossexuais casados ou em união estável e que possuíam um filho com idade de 0 a 4 anos. Os resultados evidenciaram mudanças importantes na vida do casal, momento que passam a desempenhar também o papel de pais. Os três casais desejaram e planejaram o primeiro filho, no entanto, constatou-se pequenas diferenças entre as respostas dos homens e das mulheres. Pode-se perceber que nas mulheres surgiram sentimentos tais como ansiedade e surpresa, já para os homens o sentimento prevalente foi a felicidade. Constatou-se que a diminuição da satisfação conjugal foi significativa para os três casais, embora pode ser atenuada pela comunicação clara, afeto e apoio mútuo.

Palavras-chave: satisfação conjugal, parentalidade, conjugalidade.

INTRODUÇÃO

Ribeiro (2007) diz que a família, mais do que a mera função de reprodução, continuidade e evolução da espécie, compreende também a passagem dos valores, cultura e comportamentos que moldam a nossa relação com a sociedade e fundamentam o nosso “ser” individual, e que se forma através de uma aliança entre um casal que passa a ter relações de convívio e laços de parentesco que vão alicerçar, idealmente, os valores da socialização,

* Acadêmico da disciplina Trabalho de Conclusão de Curso do Curso de Psicologia da Universidade Luterana do Brasil, Campus Guaíba. Mail:priscilaserratte@gmail.com

** Docente do Curso de Psicologia da Universidade Luterana do Brasil, Campus Guaíba, e orientador deste trabalho. Mail:juliana@turistar.com.br



entrelaçada e solidariedade necessários para o bom funcionamento da família e dos seus membros.

Segundo Minuchin, Colapinto e Minuchin (1998) os períodos de estabilidade do sistema tem por base padrões familiares adaptados à realidade em que se insere. Contudo, quando ocorrem mudanças a desorganização instala-se, e este período torna-se de incerteza e tensão, e muitas vezes penoso.

Féres-Carneiro (2010) diz que conjugalidade e parentalidade são duas dimensões constitutivas do psiquismo familiar, com papel central nos processos de subjetivação.

Magalhães e Féres-Carneiro (2011) dizem que a conjugalidade ou identidade conjugal é uma dimensão psíquica inconsciente originada da união de duas individualidades, ou seja, dos membros do casal que, possuindo passados, ideias familiares e modelos identificatórios diferentes, acabam criando uma identidade partilhada.

Segundo Zornig, (2012) a parentalidade é um processo que começa bem antes da gestação, baseado nas identificações feitas na infância e que podem influenciar os modos de exercer a parentalidade. Essas identificações e representações estariam no cerne dos diferentes tipos de interação que ocorrem entre o bebê e seus cuidadores, podendo facilitar a instauração de vínculos afetivos seguros ou dificultar seu processo.

Segundo Magalhães (2009), a conjugalidade refere-se ao entrelaçamento de dois “eus”, duas subjetividades, na direção da constituição de um terceiro eu, uma identidade compartilhada. Na base encontram-se os modelos parentais das famílias de origem dos parceiros, ou seja, o passado geracional da conjugalidade. Na formação de uma identidade conjugal percebe-se o ideal de um projeto conjugal, projeção do futuro familiar, marcado pelo mito de continuidade geracional.

Para Carminatti (2009) a união com outra pessoa requer uma série de ajustes até que consigam elaborar um consenso de ideias e regras com a negociação de tarefas, modificando papéis e assumindo novos compromissos, como o fato de deixar de ser filho e passar a ser marido, deixar de ser filha ou irmã e passar a ser mulher. Somente a partir deste princípio o casal começa a construir a sua identidade conjugal e começa a elaborar um futuro em comum, sem deixar de lado a sua individualidade.

Na opinião de Paiva (2009) hoje vivemos na era da modernidade líquida, da fluidez, onde tudo é permitido e nada é contido por muito tempo, então não se pode falar em um



modelo único de casamento, nem fazer previsões de quão duradouro será este relacionamento. Os casais na sua maioria vivenciam uma visão romantizada do casamento, contudo poucos falam sobre as dificuldades de se construir uma vida a dois. O indivíduo idealiza que o outro será seu par ideal, o responsável pela realização de seus desejos e pela compensação de suas carências. E quando isto não acontece surgem os conflitos, as brigas e por vezes, a decisão pelo divórcio.

Oliveira (2012) afirma que para um relacionamento ser satisfatório é preciso investir constantemente na relação, empenhando-se para que ela seja harmoniosa para os dois, tentando encontrar equilíbrio entre a conjugalidade e a individualidade, partilhando interesses e relacionamento afetivo-sexual, buscando um jogo contínuo de complementariedade.

Narciso & Ribeiro (2009) dizem que a satisfação conjugal se refere à avaliação pessoal e subjetiva que o casal faz da sua relação. Isto é, pessoal porque cada indivíduo expressa a sua opinião relativa a si e ao seu cônjuge relativamente ao desempenho de ambos na relação, o quão satisfeito está, pois, cada indivíduo tem os seus critérios para considerar essa satisfação; o que para um indivíduo significa estar satisfeito pode ser algo oposto para outro.

Um dos aspectos que podem interferir na satisfação conjugal é a transição para a parentalidade, pois segundo Brasileiro, Jablonski, Féres-Carneiro (2002) a transição para a parentalidade é o processo mais difícil que ocorre no ciclo familiar. O desejo de ter um filho deve vir associado a um projeto com base sólida de se tornar pai/ mãe, pois são muitas expectativas positivas, porém não é pensado nas mudanças que muitas vezes tendem a dificultar a relação.

Para Almeida (2005), a transição para a parentalidade é uma mudança de estágio do ciclo de vida da família, vivido de maneira diferente por homens e mulheres. Esta transição representa uma mudança profunda no ciclo de vida, pois ao tornarem-se pai e mãe, o casal assume novos papéis que podem exigir uma adaptação das suas identidades individuais e da identidade do casal.

Passos (2012), em seu estudo sobre parentalidade evidenciou que assumir a posição de pai e mãe depende de um processamento de natureza intrapsíquica, no qual cada sujeito faz no período da gravidez, uma viagem imaginária de retorno às suas experiências primárias, buscando encontrar aí as figuras com as quais pôde partilhar os primeiros passos na criação de



um lugar de filho (a). A atualização desta experiência, neste momento, pressupõe que os conflitos, as faltas, as identificações e os investimentos recíprocos da infância sejam revisitados, reelaborados e inspirem a criação dos novos laços parentais.

Segundo Silva & Lopes (2012) esses novos pais deverão somar suas funções e diferenciar cada uma delas para responderem tanto as demandas de cuidado da criança como as necessidades de apoio mútuo dos cônjuges, passando a fazer parte simultaneamente tanto do subsistema parental como do conjugal.

Falceto e Waldemar (2009) salientam que a gravidez é importante acontecer a partir do momento que o casal reconhece que sua união é estável, pois muitas mudanças ocorrem. A mulher tende a ficar mais sensível e introjetada no papel de mãe, e o marido por sua vez acaba se sentindo sozinho e carente e tende a desequilibrar-se na relação. Assim, neste momento da relação espera-se que a comunicação do casal esteja bem estabelecida, uma vez que surgirão demandas como manejo de dinheiro, tarefas domésticas, divisão do poder, relacionamento com amigos e com a família de origem. Quando esse casal consegue demandar sobre todos esses assuntos e demais adversidades que surgem, acrescida da chegada do bebê cheio de amor e ternura, a intimidade do casal tende a se fortalecer.

Pires (2009), diz que a satisfação conjugal consiste na avaliação pessoal e subjetiva que o casal faz da sua relação. Em termos pessoais cada pessoa expressa a sua opinião referente a si e ao seu cônjuge quanto ao desempenho de ambos na relação, ou seja, o seu grau de satisfação. Em termos subjetivos, tem a ver com o fato de cada indivíduo possuir os seus critérios para avaliar essa satisfação, pois o que para um indivíduo parece estar satisfatório pode ser algo não tão bom para outro.

Féres Carneiro (2011), trás uma importante contribuição no que se refere a satisfação conjugal, pois ela diz que, a satisfação conjugal é um fenômeno complexo, no qual interferem diversas variáveis, tais como: características de personalidade, valores, atitudes e necessidades; sexo, momento do ciclo da vida familiar, presença de filhos, nível de escolaridade, nível socioeconômico, nível cultural, trabalho remunerado e experiência sexual anterior ao casamento e ainda é relacionada com sensações e sentimentos de bem-estar, contentamento, companheirismo, afeição e segurança, fatores que propiciam intimidade no relacionamento, decorrendo da congruência entre as expectativas e aspirações que os cônjuges têm, em comparação à realidade vivenciada no casamento.



Conforme, Hernandez (2005), que teve como ponto de partida os resultados de alguns estudos longitudinais, refere que a transição para parentalidade é uma etapa de grande estresse para o casal, podendo resultar em alguns casos, na possibilidade de diminuição da satisfação conjugal e da interação entre pais/bebê.

Greenhalgh, Slade e Spiby (2000, apud Brandão, 2009), referem que quanto maior for o envolvimento do pai durante a gestação e parto, maior será a sua experiência e, por conseguinte, maior será a sua tomada de consciência da parentalidade, assumindo-se simultaneamente como um fator influenciador na satisfação conjugal.

Mendes (2007) diz que as áreas da relação do casal que parecem ser mais comprometidas pela transição para a parentalidade são a quantidade de tempo disponível para o casal, a comunicação e a intimidade e salienta que, no que diz respeito à centralidade do envolvimento emocional entre o casal, há um declínio na qualidade da relação conjugal entre o período pré-natal e o pós-parto, remetendo-se a uma diminuição da proximidade, da comunicação e dos sentimentos amorosos e um aumento dos conflitos e da ambivalência entre os elementos do casal, que se manifesta numa diminuição da satisfação conjugal.

Mendes (2007) ainda refere que no âmbito das mudanças e dos ajustamentos manifestados na atualidade, o fato mais significativo e capaz de assegurar a relação conjugal consiste na indispensabilidade de haver comunicação acerca das dificuldades e das necessidades sentidas, a partilha de experiências, dúvidas e angústias e muitas vezes ansiedade, conjuntamente com a sensibilidade às necessidades do outro.

ALTERNATIVAS METODOLÓGICAS

Esta pesquisa qualitativa teve como o objetivo compreender as mudanças ocorridas na satisfação conjugal com a chegada do primeiro filho. Para Minayo (2001) a pesquisa qualitativa trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis.

Participaram da mesma 3 casais heterossexuais casados ou em união estável há pelo menos 5 anos, com idade entre 20 a 40 anos, que tinham apenas um filho com idade de 0 a 4



anos de idade e com escolaridade mínima de Ensino Médio completo independente do nível sócio econômico.

Os casais desta pesquisa foram identificados pelos seguintes nomes fictícios: João e Giane, Maria e Pedro e Lucas e Joana.

Inicialmente o projeto foi submetido ao Comitê de Ética da ULBRA - Universidade Luterana do Brasil. Após sua aprovação foi realizado o contato com alguns casais, escolhidos por conveniência.

Foi utilizado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, os dados foram obtidos através de questionário composto por perguntas abertas e fechadas, com o objetivo de verificar as mudanças ocorridas na satisfação conjugal após a chegada do primeiro filho.

Marconi e Lakatos (2003, p. 201) definem questionário como sendo “um instrumento de coleta de dados, constituído por uma série ordenada de perguntas, que devem ser respondidas por escrito e sem a presença do entrevistador”.

O questionário, segundo Gil (1999, p.128), pode ser definido “como a técnica de investigação composta por um número mais ou menos elevado de questões apresentadas por escrito às pessoas, tendo por objetivo o conhecimento de opiniões, crenças, sentimentos, interesses, expectativas, situações vivenciadas etc.”.

Os resultados obtidos nos questionários foram analisados de acordo com o método de análise de conteúdo de Bardin, sendo que as categorias foram decididas a priori, ou seja, foram definidas a partir das perguntas do questionário.

As perguntas que constavam no questionário eram as seguintes:

- 1- Como foi a gravidez?
- 2- Qual a sua reação quando descobriu a gestação?
- 3- Quais foram as principais dificuldades vividas após o nascimento do bebe?
- 4- Como você avalia a satisfação conjugal antes e após o nascimento do bebe?
- 5- Houve dificuldades na relação a dois após o nascimento do bebe? Quais?
- 6- Quais as estratégias usadas para manter a satisfação conjugal após o nascimento do bebe?

ANÁLISE DO DESENVOLVIMENTO



Essa pesquisa buscou conhecer as principais mudanças ocorridas no casamento, especialmente quanto a satisfação conjugal com a chegada do primeiro filho. Para tanto foram aplicados questionários em três casais heterossexuais, casados ou em união estável há pelo menos 5 anos, que tinham um único filho. Os questionários foram entregues, um para o marido e outro para a esposa separadamente. E conforme combinação prévia com a pesquisadora, após uma semana foram recolhidos e analisados de acordo com o método de análise de Conteúdo de Bardin, através de seis categorias.

A primeira categoria foi intitulada de “Gravidez” e reuniu todas as verbalizações relacionadas as formas pelas quais os entrevistados vivenciaram a gravidez. Os seis participantes referiram que a gravidez foi tranquila, desejada e muito comemorada. Este momento de descoberta foi vivenciado de maneira muito intensa e os casais referiram quase que exclusivamente sentimentos muito positivos. Apesar de intercorrências na gestação de Lucas e de Joana o termo que melhor definiu essa categoria foi “gravidez desejada”.

A seguir serão apresentadas algumas verbalizações que ilustram essa categoria:

“Foi muito tranqüila, foi muito desejada” (Maria); “A gravidez da minha esposa foi muito desejada, e até programada” (Lucas).

Para Castello (2006) a transição para a parentalidade é o momento chave para o ciclo vital da família, pois ela é acompanhada da diminuição geral da satisfação conjugal, de uma reversão de papéis sexuais mais tradicionais e diminuição da autoestima nas mulheres. Assim, a chegada do primeiro filho é uma tarefa desafiadora para o casal.

Os resultados dessa pesquisa confirmam esse aspecto destacado pela literatura científica já que a chegada do 1º filho gerou transformações significativas nos 3 casais que participaram da pesquisa. Os três casais que antes vivenciavam apenas a conjugalidade, com a chegada do 1º filho, tiveram que integrar mais uma complexa função ao sistema familiar: a parentalidade.

A segunda categoria foi nomeada de “Sentimentos”, na qual agregou as falas relacionadas aos sentimentos que surgiram no momento em que descobriram que teriam o 1º



filho. Os seis participantes referiram essencialmente sentimentos positivos como, por exemplo: felicidade, surpresa, alegria, choro, ansiedade.

A seguir serão apresentadas algumas respostas que ilustram essa categoria: “A minha reação e do meu marido foi de muita felicidade, apesar de eu ficar muito ansiosa”. (Maria); “A primeira reação foi abraçá-la e chorar, pois, mesmo tendo sido programado, na hora da descoberta é mágico”. (Lucas).

O momento da descoberta da gravidez por um pai foi considerado mágico relacionando-o as melhores emoções que um indivíduo pode sentir na vida. O que ficou evidenciado dentre quase todos os entrevistados foram sentimentos positivos, pois os três casais já haviam sentado e planejado esse momento. Esses sentimentos positivos estavam relacionados a clareza na comunicação e a decisão conjunta entre os cônjuges.

Féres-Carneiro e Neto (2010) postulam que a comunicação é um dos principais aspectos facilitadores da satisfação conjugal. Através da comunicação os casais podem regular sua relação e os conflitos que surgem por meio de afetos positivos, minimizando conflitos e tendo um relacionamento baseado no diálogo para tomadas de decisões.

No entanto, mesmo que os casais tenham planejado e desejado a gravidez constatou-se pequenas diferenças entre as respostas dos homens e das mulheres. Pode-se perceber que nas mulheres surgiram sentimentos tais como ansiedade e surpresa, já para os homens o sentimento prevalente foi a felicidade.

Menezes & Lopes (2007) e Piccinini et al (2004) referem essas diferenças nos sentimentos de homens e mulheres com a chegada do primeiro filho. Segundo estes autores, o período de transição da conjugalidade para a parentalidade vai exigir do casal uma série de adaptações e mudanças tanto em nível psicológico, biológico e social. No entanto, as futuras mães começam a sentir essa mudança desde o primeiro momento, já que esse bebê está sendo gerado no seu ventre, muitas vezes surgindo ansiedade e medo. Para os homens essas mudanças só serão sentidas a partir do momento do nascimento, pois por mais que eles desejem muito se tornarem pais, esse vínculo só será concretizado após o nascimento da criança.

A terceira categoria foi denominada de “Dificuldades” e reuniu as respostas relacionadas às dificuldades vivenciadas pelo casal após o nascimento do bebê. Tanto os pais quanto as mães declararam que sentiram dificuldades, embora as mulheres tenham expressado



com mais destaque. Para elas as questões mais difíceis foram readaptar-se à nova rotina de horários, somados aos cuidados com o bebê, múltiplas tarefas domésticas e medo de se afastar do bebê para retornar ao trabalho. Para os homens as dificuldades mais descritas foram redução da carga horária do trabalho para ajudar a esposa em casa, abandono dos plantões noturnos para ajudar a esposa, adaptação à nova rotina de horários em função do bebê.

Os três casais referiram que as mudanças mais significativas ocorreram quando saíram do hospital e voltaram para a casa. A partir daí começaram a surgir as dificuldades associadas às alterações nos padrões de sono e de lazer do casal. Além disso, ocorreu uma diminuição nas relações sexuais, bem como no desejo sexual, sendo substituído por um senso de maior responsabilidade, por ter um bebê que depende totalmente do casal. Comparando as respostas, percebeu-se que os homens mostraram sentir mais dificuldades do que as mulheres na adaptação a nova rotina, principalmente por sentirem a necessidade de auxiliarem as esposas nas tarefas domésticas.

A seguir serão mostradas algumas falas que ilustram essa categoria: “Eu tive uma dificuldade muito grande em relacionar o cuidado do bebê com a casa e as tarefas de trabalho, não foi fácil, medo de estar longe”. (Maria); “Vi que com a vinda da nossa filha os compromissos mudaram no que se refere a mim, deixei de fazer tantos plantões noturnos”. (João).

Rivero (2006) refere-se à vivência desta fase como um momento de o casal ter uma relação baseada na cooperação, pois somente com coesão e suporte mútuo, o casal terá uma relação facilitadora para ultrapassar as dificuldades da chegada do primeiro filho, e conseqüentemente de adaptar-se a parentalidade.

Segundo Silva e Solís-Pontón (2004) a parentalidade se inicia a partir do desejo do casal de ter um filho, desenvolve-se na gravidez e se fortalece no nascimento. Juntamente com esse contexto surgem as dificuldades como, por exemplo, as noites sem dormir, a falta de intimidade, o cansaço físico, a conciliação da vida pessoal e profissional, dentre outras. Mas um casal que está vivenciando essa parentalidade desde o momento do planejamento tende a ter mais facilidade para vivenciar essa fase de plena adaptação.

A quarta categoria foi nomeada de “Satisfação Conjugal ANTES” e reuniu as respostas acerca da satisfação conjugal antes do nascimento do primeiro filho. Todos os casais



responderam que tinham uma excelente satisfação conjugal, pois tinham bastante liberdade e tempo para intimidade e para manterem frequentes relações sexuais.

Cada casal percebe a satisfação conjugal de forma diferente, o casal João e Giane vê a satisfação conjugal como um misto de companheirismo em todos os aspectos da relação, principalmente no que se refere às relações sexuais. Já o casal Maria e Pedro define sua satisfação conjugal como viver todos os momentos de sua vida baseada na cooperação, diálogo mútuo e companheirismo. E por sua vez, o casal Lucas e Joana percebe sua satisfação conjugal como uma partilha de interesses e de um relacionamento baseado na confiança afetivo-sexual.

A seguir serão apresentadas algumas falas que ilustram essa categoria: “Antes tínhamos mais liberdade, podíamos sair mais”. (Maria); “Com certeza muda muito a satisfação conjugal com relação ao ato sexual por não ter mais o mesmo tempo, disposição e liberdade”. (Joana).

Norgren, Souza, Kaslow, Hammerschmidt & Sharlin (2004) afirmam que a satisfação conjugal é, sem dúvida, um conceito subjetivo, implicando em ter as próprias necessidades e desejos satisfeitos, assim como corresponder, em maior ou menor escala, ao que o outro espera.

Hernandez e Biasetto (2003) argumentam que a intimidade comunicativa, ou seja, o sentimento de ser compreendido pelo parceiro, podendo confiar e se comunicar com o mesmo – consistem em elemento fundamental para a satisfação conjugal, valorizando a comunicação, compreensão, apoio e confiança entre o casal. Desenvolver comunicação clara, sendo capaz de ouvir e ser ouvido representa a ocorrência de fatores que propiciam o aumento da intimidade, minimizando a possibilidade de conflitos oriundos de ruídos na comunicação.

Independentemente dos fatores-chave para manutenção de uma relação conjugal satisfatória, há necessidade de reciprocidade, ou seja, de um trabalho constante pelos cônjuges para manutenção de uma união satisfatória, pois os casamentos satisfatórios não ocorrem por acaso. Eles requerem muita energia e investimento para que funcionem. Este é um processo contínuo de atenção e intimidade no qual duas pessoas se esforçam para criar um relacionamento duradouro (Masters, Johnson & Kolodny, 1997, p.33).



A quinta categoria foi chamada de “Satisfação Conjugal DEPOIS” e agrupou todas as respostas associadas aos sentimentos dos casais quanto à satisfação conjugal após o nascimento do bebê. Todos os participantes trouxeram que a satisfação conjugal diminuiu. Além disso, os três casais responderam que encontraram algumas dificuldades após o nascimento do primeiro filho, principalmente no que se referiu ao tempo para ficar com seu cônjuge. A falta de tempo para ficarem a dois foi sentida devido a nova rotina de cuidados e atenção com o bebê.

Somado a isso, pode-se pensar que a satisfação conjugal tenha diminuído porque as três mulheres mostraram uma insegurança em relação ao seu corpo e a sua autoestima. Sabe-se que uma gravidez traz muitas mudanças físicas e o tempo despendido ao cuidado do bebê é muito grande, não sobrando muito tempo para o autocuidado da mãe, o que acabou gerando também certa insegurança de se mostrar ao seu parceiro. Já os homens por unanimidade responderam que a satisfação conjugal diminuiu após a chegada do primeiro filho devido a mudança na rotina do casal, bem como o nervosismo pelo novo papel que teriam que exercer a partir daquele momento.

A seguir, serão apresentadas algumas falas que mostram essa categoria:

“Diminuiu a intimidade; antes minha esposa só dormia nua e agora só dorme de camisola, além de termos que adaptar nossa intimidade e até atividades diárias”. (João);
“Houve dificuldades após o nascimento da nossa filha, pois teve o afastamento pelo tempo disponibilizado ao bebê e fiquei muito insegura em relação a minha autoestima”. (Giane).

Segundo Martins (2009) todas as transições na vida são responsáveis por alterações na vida das pessoas com implicações na sua saúde e bem-estar. Tornar-se pai ou mãe é uma transição muito especial, no sentido em que é permanente. O grau de sucesso com que é realizada possui implicações não só na saúde dos pais, como também na saúde e desenvolvimento da criança.

Mendes (2007) afirma que as áreas da relação do casal que parecem ser mais comprometidas pela transição para a parentalidade são a quantidade de tempo disponível para o casal, a comunicação e a intimidade. O autor salienta que, no que diz respeito à centralidade do envolvimento emocional entre o casal, há um declínio na qualidade da relação conjugal



entre o período pré-natal e o pós-parto. Esse declínio relaciona-se a uma diminuição da proximidade, da comunicação e dos sentimentos amorosos e um aumento dos conflitos e da ambivalência entre o casal, que se manifesta numa diminuição da satisfação conjugal.

Rivero (2006) traz uma contribuição importante quando se refere à vivência conjugal, pois o casal tem que preservar-se. Isso porque o par conjugal não deixa de existir por se tornar par parental, são papéis distintos e devem ser considerados e integrados ao longo da relação, se ajustando conforme o momento vivido pela família.

A sexta categoria foi intitulada de “Estratégias” e reuniu todas as respostas relacionadas às estratégias usadas para manter a satisfação conjugal após o nascimento do bebê. Todos os participantes trouxeram a importância do diálogo e compreensão mútua. Dois casais enfatizaram a importância de poder contar com uma rede de apoio, seja os avós ou uma babá, mas ter alguém que possa contar para ficar com o bebê por um tempo. Assim, o casal consegue ter um momento conjugal, sem a preocupação de que será interrompido por um choro.

Além disso, os participantes dessa pesquisa descreveram a importância da paciência, do diálogo, da compreensão e a divisão de tarefas, quando estão na etapa do primeiro filho. Também ficou evidente entre nas respostas que os casais estavam se adaptando a essa nova rotina, então foi como se estivessem se conhecendo novamente, só que em outros papéis.

A seguir serão apresentadas algumas verbalizações que ilustram essa categoria: “dividir o tempo de cuidado com avós e babá, muito paciência e compreensão e muito amor para superar as dificuldades”. (Giane); “a estratégia é muito diálogo entre nós, foi como se estivéssemos nos conhecendo de novo, mas a base de tudo é o diálogo, amor e compreensão”. (Maria)

Carter (1995) afirma que os três meses após o nascimento do bebê, que muitos têm chamado de quarto trimestre da gestação, tem um papel fundamental no ajustamento da satisfação conjugal. Isso porque neste momento há muitas mudanças nos relacionamentos familiares e na rotina do casal. A chegada do bebê põe em risco a estabilidade do relacionamento dos pais, com a posição de proximidade ameaçada pelo bebê, comumente o pai se distancia e a mãe e a criança se aproximam. Sendo assim, um casamento que desenvolveu a intimidade é um casamento capaz de responder ao desafio da parentalidade, de



integrar a mudança permanente de vida que a parentalidade traz, não apenas para os pais, mas para toda família.

Rivero (2006) postula que criar e manter o espaço conjugal é muito importante, mesmo após ser criado o espaço parental. Isso significa que o casal tem que disponibilizar um tempo para o jantar a dois, um passeio, cinema, e até mesmo para vida sexual. Com a chegada do primeiro filho deve haver um ajustamento no casal, pois na sua maioria ocorre um decréscimo de desejo sexual e da frequência das relações sexuais. Estas mudanças são normais, esperadas e passageiras, e com o diálogo e a partilha de anseios pode-se encontrar maneiras de melhorar a sexualidade do casal e elevar os níveis de satisfação conjugal.

Para Dessen e Braz (2005), o relacionamento conjugal tem sido apontado, recentemente, como um fator preponderante para a qualidade de vida das famílias, particularmente no que tange às relações que pais e mães mantêm com suas crianças e está associado à saúde e qualidade de vida. Assim, o investimento na satisfação conjugal é benéfico para o casal e acaba trazendo benefícios para o sistema parental, pois quando há uma qualidade conjugal acaba havendo maior envolvimento parental, apoio e apego seguro entre pais e filhos.

Os resultados obtidos neste estudo ilustraram algumas das principais mudanças ocorridas no casamento, especialmente quanto a satisfação conjugal com a chegada do primeiro filho. Constatou-se que a diminuição da satisfação conjugal foi inevitável e significativa para os três casais, embora possa ser atenuada pela comunicação clara, afeto e apoio mútuo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo deste trabalho foi o de conhecer as principais mudanças ocorridas na satisfação conjugal com a chegada do primeiro filho, tendo em vista que este é um período de mudanças significativas no ciclo vital familiar.

Os resultados evidenciaram mudanças importantes na vida do casal quando nasce o primeiro filho, momento que passam a desempenhar também o papel de pais. A parentalidade exige do casal o compromisso e a responsabilidade com novos papéis, bem como a aceitação das transformações na rotina e no funcionamento familiar.



Os três casais desejaram e planejaram o primeiro filho, no entanto, constataram-se pequenas diferenças entre as respostas dos homens e das mulheres. Pode-se perceber que nas mulheres surgiram sentimentos tais como ansiedade e surpresa, já para os homens o sentimento prevalente foi a felicidade.

Pode-se perceber muitas mudanças e dificuldades vividas pelos casais após a chegada do primeiro filho e que essas dificuldades são sentidas de forma diferente por homens e mulheres. As mulheres entrevistadas vivenciaram dificuldades como medo de estar longe do bebê, uma diminuição da autoestima com relação às mudanças físicas e hormonais, medo de ter que deixar seus filhos para seguirem com a rotina de trabalho, entre outras. Já os homens referiram mais dificuldades com a readaptação aos horários e a rotina do sono, lazer e desejo sexual, e também sofreram um pouco de ansiedade, pois o papel de pai exige uma carga grande de responsabilidade.

A satisfação conjugal é um conceito subjetivo e complexo de ser avaliado, mas a literatura científica aponta que manter uma boa comunicação, buscar uma relação baseada na cooperação e na reciprocidade, facilita a vivência desse momento de transformações e auxilia o casal a encontrar o reequilíbrio e a satisfação conjugal.

Para os casais entrevistados a satisfação conjugal antes do nascimento do bebê era muito boa, pois havia bastante liberdade e intimidade, o que deixa claro que viver a conjugalidade satisfatória é viver uma vinculação de dois indivíduos independentes, que se gostam, que tem liberdade e que podem desfrutar desta liberdade e intimidade.

Já após o nascimento do bebê, constatou-se que a satisfação conjugal diminuiu de forma geral. Os entrevistados referiram que o tempo para ficar a sós diminuiu, a intimidade e o desejo sexual também. Somados a insegurança das mulheres quanto sua autoestima e as alterações na rotina de horários sentida pelos homens.

O nascimento de um bebê gerou um afastamento temporário dos casais entrevistados, pois o bebê exigiu muito tempo, muito cuidado e muita dedicação. Mas aos poucos, espera-se que os casais consigam se reorganizar e criar um novo espaço para vivenciarem as demandas da parentalidade associadas a importância das demandas de uma conjugalidade satisfatória. Ficou evidente que a satisfação conjugal antes de ter um filho é muito satisfatória, pois os casais tem tempo para investir na relação e até mesmo para manter uma intimidade comunicativa, já após o nascimento de um bebê essa satisfação diminui, pois a parentalidade é



a principal mudança na dinâmica familiar, tendo em vista que é permanente e esse declínio é normal devido a diminuição da proximidade, da comunicação e de sentimentos amorosos.

Para que este espaço “conjugal” não se perca frente ao “parental” ficou evidente a necessidade de algumas estratégias usadas pelos casais. Ou seja, os três casais que participaram desse estudo referiram a importância de criar estratégias para resgatar e manter satisfação conjugal, como por exemplo: muito diálogo, compreensão mútua, intimidade, buscar ajuda na rede de apoio, paciência um com o outro, divisão de tarefas entre outras. Então percebe-se que as estratégias para manter ou resgatar a satisfação conjugal torna-se necessário, pois os casais estão se adaptando a essa nova rotina e é como se estes casais estivessem se conhecendo novamente, porém em outros papéis.

Com este estudo buscou-se conhecer as principais mudanças, dificuldades e alegrias que a chegada do primeiro filho traz à família, a partir da opinião de três casais. No entanto, sabe-se que uma amostra pequena não autoriza a generalização dos resultados. Assim, a transição da conjugalidade para a parentalidade é um momento marcante, complexo e necessita continuar sendo estudado.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, M.G.G. (2005). Quando dois se tornam três: reflexões acerca da formação de uma nova família a partir do impacto do nascimento do primeiro filho. Portugal: UA, 2005. Monografia. Mestranda em Ciências da Educação, Universidade de Aveiro.

BRANDÃO, Sónia – Envolvimento emocional do pai com o bebê: impacto da experiência do parto. Porto: Universidade do Porto, 2009. Dissertação de Mestrado em Ciências de Enfermagem, apresentado ao Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar da Universidade do Porto;

BRASILEIRO, R., JABLONSKI, B., FÉRES-CARNEIRO, T. (2002). Papéis de gênero, transição para a paternidade e a questão da tradicionalização. *Psico*, 33(2), 289-310.

CARMINATTI, D. (2009). Casamento: A construção de uma nova família. Retirado: http://www.danielcarminatti.psc.br/Artigos/Casamento_Construcao_nova_fam%C3%ADlia.pdf.

CARTER, (1995) “As Mudanças no Ciclo de Vida Familiar - Uma Estrutura para a Terapia Familiar” - Porto Alegre - Artes Médicas - 2º Edição.



DESSEN, M. A., & BRAZ, M. P. (2005). Rede social de apoio durante transições familiares decorrentes do nascimento de filhos. *Psicologia: Teoria e Pesquisa* 16, 221-231.

FALCETO, O. G., & WALDEMAR, J. O. C. (2009). Famílias com bebês. In L. C. Osório & M. E. P. Valle (Orgs.). *Manual de terapia familiar*, (pp. 235-246). Porto Alegre: Artmed.

FÉRES-CARNEIRO, T.; NETO, O. D. Construção e dissolução da conjugalidade: padrões relacionais. *Paidéia*. Ribeirão Preto, vol. 20, n. 46. 2010, p. 269-278. Acesso em 10 maio. 2017. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttex&pid=S0103-863X2010000200014

FÉRES-CARNEIRO, T. (2011). Prefácio. In F. Scorsolini-Comin & M. A. Santos (Orgs.), *Casamento e satisfação conjugal: Um olhar da Psicologia Positiva* (pp.13-15). São Paulo: Annablume, FAPESP. Brasília, CNPq.

HERNANDEZ, J. – Papeis sexuais, Ajustamento conjugal e emocional na transição para a parentalidade. Rio Grande do Sul: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2005. Dissertação de Doutorado em Psicologia, apresentada ao Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

HERNANDEZ, J. A. E. e BIASETTO, I. M. Os componentes do amor e a satisfação. *Psicologia Ciência e Profissão*, Brasília, v. 21, n. 3, p. 58-69, 2003.

MAGALHÃES, A. S. (2009). Conjugalidade e parentalidade na clínica com família. Em: Féres-Carneiro, T. (org). *Casal e família e casal: permanências e rupturas*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

MARCONI, M. de A.; LAKATOS, E. M. *Fundamentos de metodologia científica*. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003.

MARTINS, C.A. – Transição para a parentalidade: Uma revisão sistemática da literatura. Em E-book *Da investigação à prática de Enfermagem de Família*, 2009 p. 115-127;

MASTERS, W. H.; JOHNSON, V. E. e KOLODNY, R. C. *Heterossexualidade*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1997.

MENDES, Rita Veloso - A parentalidade experimentada no masculino: as vivências da paternidade. *CIES e-Working Paper n°22* (2007), p.1-24;

MENEZES, C. C., & LOPES, R. C. S. (2007). Relação conjugal na transição para a parentalidade: gestação até dezoito meses do bebê. *PsicoUSF*, 12(1), 83-93.

MERRIFIELD, K & GAMBLE, W. C. 2013. Associations among marital qualities, supportive and undermining coparenting, and parenting self-efficacy: testing spillover and stress-buffering processes. *Journal of Family Issues*, 34(4), 510-533.

MINAYO, M. C. S. (Org.). *Pesquisa social: teoria, método e criatividade*. Petrópolis: Vozes, 2001.



MINUCHIN, P. COLAPINTO, J. E MINUCHIN, S. (1998). Working with families of the poor. NY: The Guilford Press.

NARCISO, I., & RIBEIRO, M. (2009). Olhares sobre a conjugalidade. Lisboa: Coisas de ler.
NORGREN, M. B. P., SOUZA, R. M., KASLOW, F., HAMMERSCHMIDT, H., & SHARLIN, S. A. (2004). Satisfação conjugal em casamentos de longa duração: uma construção possível. Estudos de Psicologia, 9, 575-584.

OLIVEIRA, D. S. (2012). Conjugalidade e a união de duas histórias de vida: Uma discussão ilustrada a partir do filme “A História de Nós Dois”. Interação em Psicologia, 16(1), 125-133.

PAIVA, M. L. S. C. (2009). As interfaces na constituição do vínculo conjugal. Revista da SPAGESP - Sociedade de Psicoterapias Analíticas Grupais do Estado de São Paulo, 10(2), 62-69.

PASSOS, M.C. (2012). Reconhecimento, Filiação e Parentalidade. In: QUEIROZ, E. & Passos, M.C(org.). A clínica da Adoção. – Recife: Ed. Universidade da UFPE.

PICCININI, C. A., SILVA, M. R., GONÇALVES, T. R., LOPES, R. S., & TUDGE, J. (2004). O envolvimento paterno durante a gestação. Psicologia: Reflexão e Crítica, 17(3), 303-314.

PIRES, A.S.R. – Estudo da conjugalidade e da parentalidade através da satisfação conjugal e da aliança parental. Lisboa: Universidade de Lisboa, 2009. Dissertação de Mestrado de Psicologia, apresentada à Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa.

RIBEIRO, M. T.. Família: Comunidade Educativa – Filhos hoje, Pais amanhã. Comunicação Oral no Auditório da Assembleia da República. Lisboa, 2007.

RIVERO, C. Da conjugalidade à parentalidade. 2006, Lisboa.

SILVA, M. C. P. & SOLÍS PONTÓN, L. (ORGS.) (2004). Ser pai, ser mãe: Parentalidade um desafio para o terceiro milênio. São Paulo: Casa do Psicólogo.

SILVA, I. M. & LOPES, R. C. S. (2012). As relações entre o sistema conjugal e parental durante a transição para a parentalidade. Pensando Famílias, 16, 69-90.

ZORNIG, S. M. A. J. (2010). Tornar-se pai, tornar-se mãe: O processo de construção da parentalidade. Tempo Psicanalítico, 42(2), 453-470.