

Terapia Familiar e Comunitária



Abordagem Sistémica

8, 9 e 13 de Novembro de 2006 * REAPN – Portalegre

Elaborado por Catarina Rivero

<http://catarina.rivero.googlepages.com>

Índice

1. Introdução	Pg.3
2. Introdução à Abordagem Sistémica	Pg.4
2.1. Teoria dos Sistemas	Pg.4
2.2. Abordagem Sistémica e Acção Social	Pg.5
3. Família e Comunidade enquanto Sistemas	Pg.9
4. Genograma	Pg.12
5. Ecomapa	Pg.16
6. Técnico – entre a família, a equipa e a instituição	Pg.17
7. Construcionismo Social e Práticas Apreciativas	Pg.20
8. Terapia Breve Orientada para as Soluções	Pg.25
9. Ciclo Vital da Família	Pg.27
10. Bibliografia	Pg.29

1. Introdução

As diferentes realidades em que operamos enquanto técnicos de intervenção social estão em constante mudança e efectivamente urge não só termos noção desse facto, como perceber que mudanças e como elas ocorrem.

Procuramos que a intervenção seja eficaz e tão breve quanto possível, mas sabemos que as famílias são realidades complexas com múltiplas questões não só nas suas dinâmicas e história, mas também ao nível individual de cada um dos seus elementos. Frequentemente nos deparamos com situações em que, se pretendemos intervir junto de uma criança, um jovem, um idoso, ou um adulto desempregado, será mais eficaz se conseguirmos envolver a família no processo.

Procurei no presente resumo transmitir alguns dos princípios da abordagem sistémica que considero fundamentais para uma compreensão holística dos sistemas familiares considerando como a base para a avaliação, planeamento intervenção.

Naturalmente que abordagem sistémica é também ela complexa e tem vindo a desenvolver-se ao longo dos anos, pelo que, de acordo com a limitação de tempo – 3 dias - seleccionei alguns temas (tendo deixado de referir outros pontos importantes) que me parecem ter um carácter pragmático e útil no âmbito da intervenção social. Ao nível do conhecimento e reflexão sobre a dinâmica da família, proponho a noção de sistema e de ciclo vital; para a avaliação do sistema familiar, considero o genograma e ecomapa; e ao nível da Intervenção, o Construcionismo Social, Inquérito Apreciativo e Terapia Breve Orientada para as Soluções. A par das técnicas de avaliação e intervenção, será ainda efectuada uma reflexão sobre o papel do técnico entre a família equipa e instituição, pois na realidade do social são muitos factores que condicionam a intervenção de um técnico e/ou equipa.

Da formação, espero que todos os formandos fiquem aptos a utilizar “lentes sistémicas” perante a intervenção social e que a partir dos temas abordados possam criar e adaptar técnicas para que a sua intervenção promova, a médio e longo prazos, populações mais incluídas.

2. Introdução à Abordagem Sistémica

A abordagem sistémica dá-nos a visão do todo e das múltiplas relações e funções dos seus componentes, permitindo-nos ganhar perspectiva sobre a realidade social, que nos poderá facilitar a compreensão e intervenção. De forma breve, descrevo os princípios básicos desta abordagem que considero essenciais para a concepção dos diferentes temas considerados ao longo da formação.

2.1 Teoria dos Sistemas

A Teoria Geral dos Sistemas (ou Teoria do Sistema Geral) foi criada por Ludwig von Bertalanffy nos anos 30, tendo vista a explicação da complexidade dos organismos vivos, defendendo que para conhecer um organismo vivo não basta conhecer as propriedades dos seus órgãos individualmente – é necessário conhecer as relações entre todos os elementos e o modo como se organizam entre si.

As ideias do autor rapidamente foram alargadas a diferentes áreas, nomeadamente a Terapia Familiar, onde encontramos a origem da noção de sistema que, tal como o definiu Bertalanffy (1968; cit. por Relvas, A.P., 2000), “*é um conjunto de unidades em inter-relações mútuas que incluem simultaneamente, função e estrutura*”. A Terapia Familiar aplicou ainda alguns dos princípios-chave sobre os sistemas em geral:

1. **Totalidade** – existe uma inter-relação e interdependência dos comportamentos de todos os elementos do sistema, que é sempre mais do que a soma das características individuais dos seus elementos.
2. **Organização** – Há uma estrutura segundo a qual os elementos dos sistemas se organizam, de acordo com a sua posição e função no sistema.

3. **Abertura** – Os sistemas complexos, nomeadamente os sistemas vivos e os sociais, estão constantemente a trocar energia, matéria e informação com o meio exterior, que lhes permite manter a sua existência.

Para além destes princípios a Terapia Familiar considera ainda as propriedades inerentes a qualquer sistema como o **feedback**, a **equifinalidade** ou a **evolução**.

À medida que vamos avançando no tempo, os sistemas vão recebendo **feedback** do meio externo e do seu funcionamento interno. Este mecanismo de *feedback* permite as (re)estruturações necessárias ao sistema, *evoluindo*, *complexificando-se* e aumentando o grau de **diferenciação**, redefinindo as suas **fronteiras** e **funções**, de modo a dar a melhor resposta possível às necessidades sentidas através de um processo *auto-organizativo*. Esta capacidade dos sistemas chegarem aos objectivos ou alcançarem soluções por diferentes caminhos, *equifinalidade*, capacita-os para se manterem activos e eficazes.

Assim, os sistemas conseguem acompanhar as mudanças constantes do meio e activar **mecanismos de correcção ou geradores de mudança interna** sempre que ocorrem desvios ao **equilíbrio** desejado. Este é um processo, em sistemas vivos e/ou sociais, constante e vital para combater o risco de **entropia**.

A abordagem sistémica tem em conta uma série de factores e processo, pelo que as análises efectuadas têm por base uma visão holística da realidade, procurando compreender as relações mais do que a atribuição de uma causa para dada ocorrência.

2.2 Teoria dos Sistemas e Acção Social

A Teoria dos Sistemas pode efectivamente ser aplicada a todos os sistemas sociais. Considero aqui a Acção Social enquanto sistema, expondo uma possível visão à luz da abordagem sistémica.

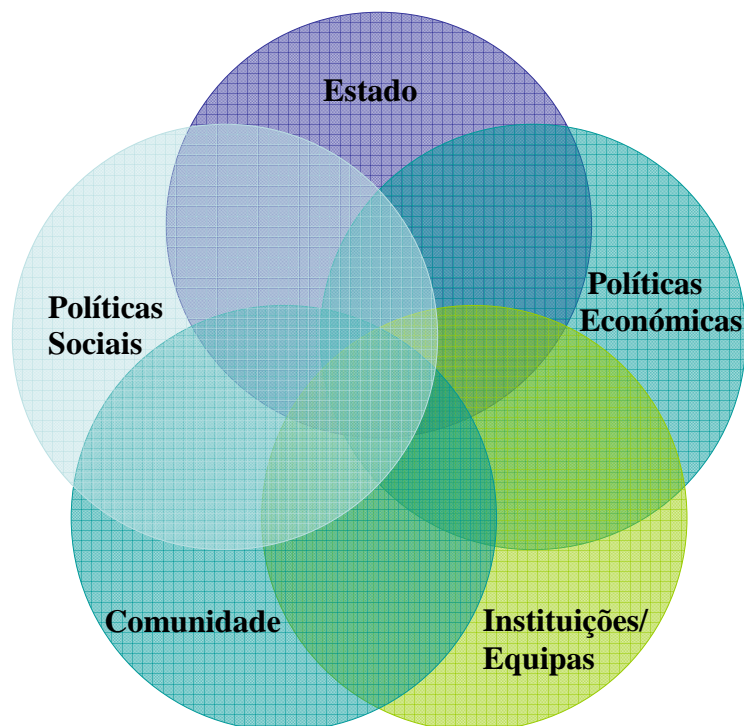
Quando falamos de Acção Social falamos de uma teia de relações entre políticas sociais e económicas, falamos de instituições, de equipas, de técnicos e sempre da comunidade e pessoas que consideramos serem o alvo deste grande sistema.

Sabemos que na Acção Social o trabalho terá de ser desenvolvido de acordo com as orientações do Estado que se traduzem em políticas que, por sua vez, se traduzem em

linhas orientadoras para as diferentes instituições as quais, após integrarem as respectivas políticas nas suas próprias filosofias de acção, irão (re)estruturar o trabalho da intervenção das suas equipas.

Cabe às instituições sociais (públicas e privadas com ou sem fins lucrativos) pôr em prática as políticas sociais, a partir dos equipamentos criados e da intervenção das suas equipas. Estas, para além das orientações das suas instituições serão ainda condicionadas pelas comunidades – recursos existentes, nível de bem-estar da população, tipo de problemática, aceitação das pessoas da comunidade, etc.

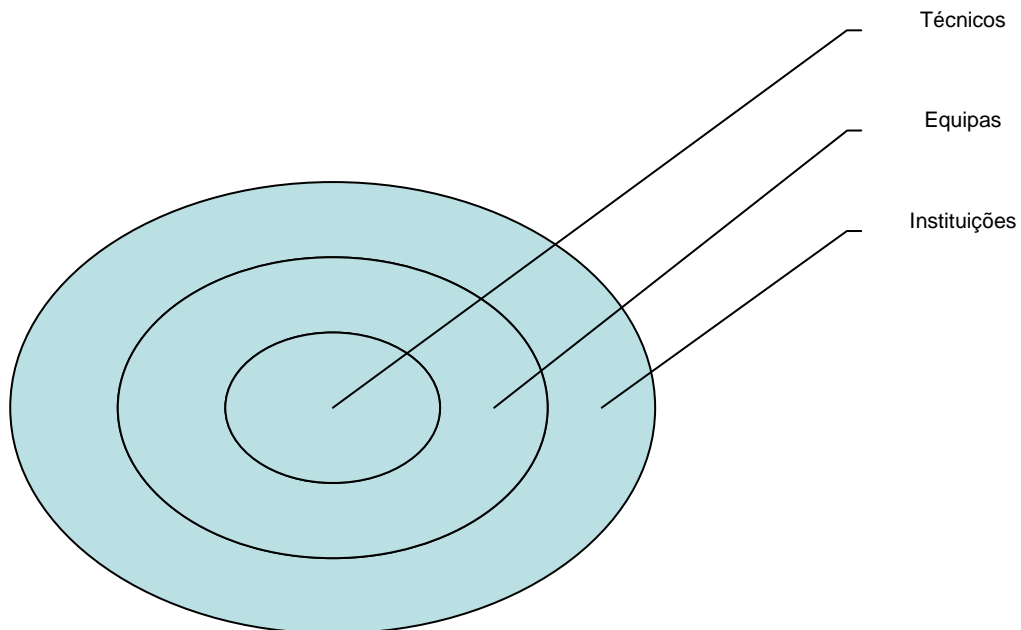
Fig.1 Condicionantes da Acção Social



Estando a Acção Social enquadrada na Lei de Bases da Segurança Social, poderemos considerar que as Políticas Sociais constituirão **supra-sistemas**, tal como o Estado e a União Europeia – Bruto da Costa (1999) considera a Acção Social como um

instrumento da Política Social. No tocante aos **subsistemas**, encontramos as Instituições, Equipas e Técnicos. Note-se que as equipas poderão ser subsistemas do subsistema das Instituições, onde poderemos encontrar o subsistema dos Técnicos.

Fig. 2 – Organização Hierárquica dos Subsistemas da Acção Social



Na Acção Social todo o trabalho desenvolvido, e mesmo os resultados apresentados, não são apenas fruto das características de intervenção de cada uma das instituições, de cada uma das equipas ou técnicos, mas sim do trabalho conjunto de todos estes actores sociais.

A Intervenção é tanto mais completa, quanto o trabalho em rede é desenvolvido. Por **exemplo**, para a (re)integração social de um recluso terá de haver articulação entre o serviço social do estabelecimento prisional, dos técnicos de acção social local, eventualmente da saúde (caso de adicção, doença mental, ou doença do foro orgânico (hepatite, HIV, etc)), e ainda dos serviços ligados ao alojamento temporário (como os albergues), e de formação profissional e/ou emprego (trabalho protegido ou mercado normal de trabalho). Se a sua boa integração acontecer, sendo um sucesso para a Acção Social, tal deve-se à relação entre todos os elementos participantes no processo.

A Acção Social é, de acordo com esta abordagem, um **sistema aberto**, na medida em que tem uma *interacção e dependência mútua* constante com o meio que a rodeia. Sendo o seu “objecto” as pessoas excluídas ou situação mais vulnerável, e o seu objectivo a respectiva (re)integração social e autonomização. Todo o processo irá depender não só das instituições, equipas e técnicos, *supra* citados, mas igualmente do meio externo: da situação socio-económica do país, das políticas de educação, emprego, saúde, emigração e económica vigentes, do nível de pobreza, dos recursos existentes nas comunidades, das características socio-demográficas. A informação recebida do meio externo (**feedback**) irá então fazer com que a Acção Social se adapte como temos verificado nos últimos anos. Foi a interacção constante com o meio que permitiu esse conhecimento e o desenvolvimento de novas formas de trabalhar e intervir (**complexificação, diferenciação e equifinalidade**). É também ao dar conhecimento do seu trabalho, dos seus resultados e das necessidades sentidas no terreno que poderá ter um maior apoio do poder político, reforçando assim a importância das políticas sociais, para o bem-estar social, mantendo a sua **auto-organização**.

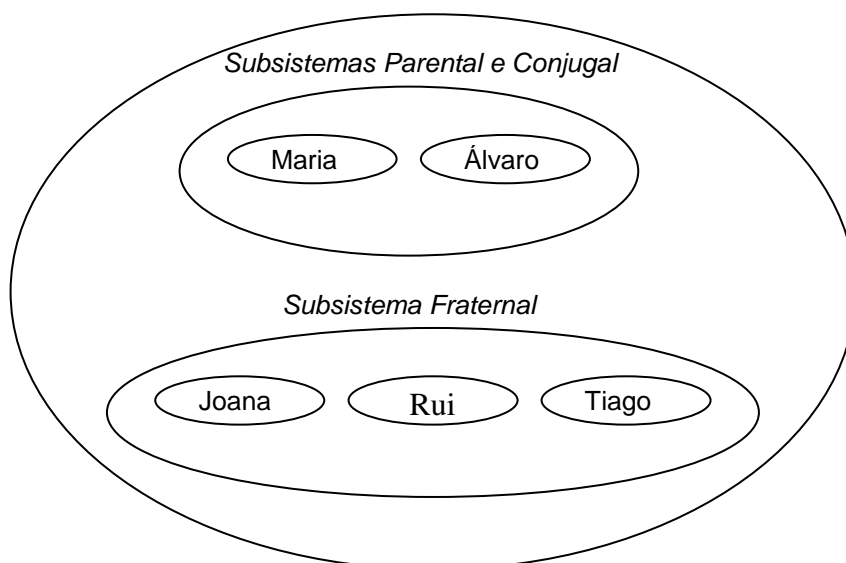
3. Família e Comunidade enquanto Sistemas

Todos nós temos uma família que de algum modo tem vindo a contribuir para sermos quem somos hoje e a nossa profissão leva-nos frequentemente a olhar para outras famílias, para as perceber e apoiar. **O que será afinal a família?** Seguindo a abordagem sistémica, considera-se que a família é um **sistema social** em que os seus elementos se encontram ligados por uma teia relacional e emocional. Cada família é única e constitui uma entidade global, com um elevado nível de complexidade, separando-se do exterior por fronteiras, mais ou menos permeáveis, através das quais troca informações e recebe feedback, evoluindo e diferenciando-se ao longo do tempo.

Nos sistemas familiares podemos considerar vários **subsistemas**: individual, conjugal, parental, fraternal, entre outros. Os diferentes elementos relacionam-se e desempenham **funções** tendo em vista as necessidades individuais de protecção e autonomia, de acordo com as **normas**, explícitas ou implícitas criadas na família.

Uma família é mais do que a soma dos seus elementos, isto é, a família Lopes é mais do que a soma da Maria, da Joana, do Álvaro, do Rui e do Tiago, pois o que confere unicidade a esta família é o tipo de relações estabelecidas, a forma de comunicar, as actividades desenvolvidas dentro e fora de casa, as trocas de afectos, as normas, etc.

Fig. 3 – Sistema Familiar



Cada um dos elementos da família faz parte de vários subsistemas onde desempenha diferentes papéis. Na família Lopes, a Maria e o Álvaro fazem parte do sistema conjugal, onde mantêm uma relação amorosa, procurando manter o bem-estar do outro na relação de casal, mas em conjunto, constituem ainda o subsistema parental, cujas funções estão direccionadas à educação dos filhos. Este subsistema, mesmo no caso do subsistema conjugal desaparecer, manter-se-á e implicará que estas duas pessoas continuem a funcionar enquanto equipa, mantendo satisfeitas as necessidades dos filhos, ao nível físico, emocional, social e cultural.

Todas as famílias procuram encontrar uma **organização** própria ao nível do funcionamento. Não há duas famílias iguais e não há uma maneira certa de estar em família. O importante é que a família evolua, procurando que todos os seus elementos se sintam bem dentro e fora dela, ou seja, é importante que o Tiago se sinta bem enquanto filho da Maria e do Álvaro, irmão da Joana e do Rui, mas é essencial que tenha oportunidade de encontrar o seu espaço para ser autónomo, desenhando objectivos individuais, ao mesmo tempo que colabora nos objectivos da família. Ao longo da **evolução** do sistema familiar, também as fronteiras ou limites dos subsistemas irão ser transformados recriados para que a família possa cumprir com as suas funções.

Dentro desta perspectiva, um indivíduo é compreendido na sua totalidade se conhecermos o sistema familiar onde se integra, o tipo de relações estabelecidas, o nível de permeabilidade dos limites (há famílias mais fechadas do que outras), as regras de funcionamento do sistema, os papéis que desempenha, etc.; mas também teremos de conhecer os outros sistemas: escola/trabalho, clube recreativo, etc.

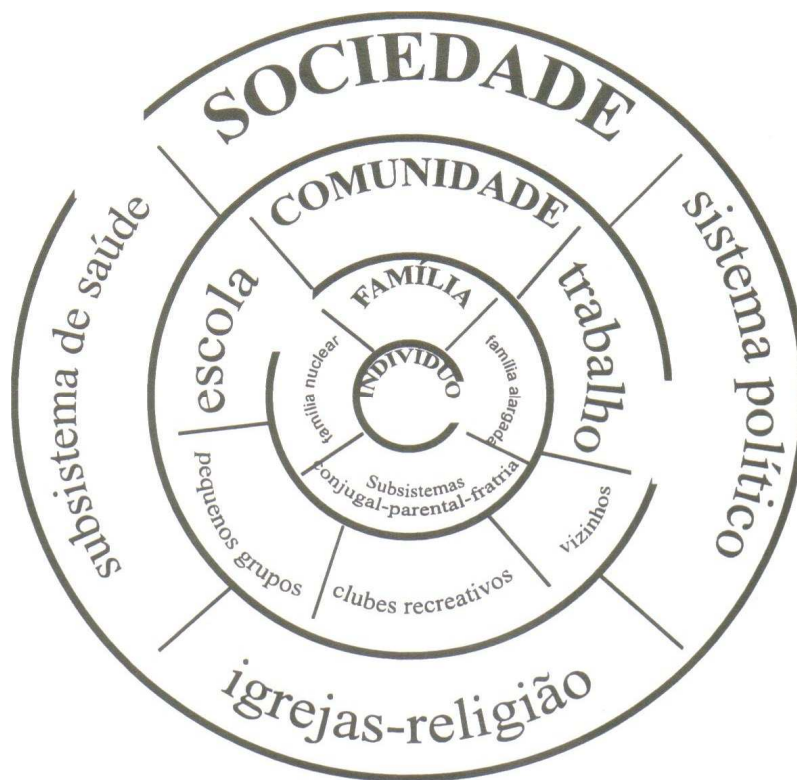
Por outro lado, se queremos perceber o funcionamento do sistema familiar, inevitavelmente teremos não só de olhar para os subsistemas e sua organização, mas também os **supra-sistemas**, como por exemplo a comunidade em que estão inseridos, a sociedade, etc. Pois, por exemplo, se há relações muito funcionais em determinadas sociedades, noutras poderão não o ser – tal é constatado diariamente pelos técnicos que trabalham com famílias de diferentes culturas.

No tocante à **comunidade** ela é fundamental para o bom funcionamento da família. Quais as redes de suporte? Que tipo de relações estabelecem os elementos da família? Para um técnico é fundamental ter em atenção esta relação. Naturalmente que a comunidade, a par de ser um supra-sistema de uma família, poderá ser considerado um

sistema total, com subsistemas como os clubes recreativos, as escolas, a junta de freguesia, os comerciantes, a paróquia e as próprias famílias.

Dentro da abordagem sistémica, temos sempre presentes as relações estabelecidas em todo e qualquer sistema e a forma como isso afecta uma família ou um indivíduo. Os sistemas têm um carácter dinâmico e, como tal, estão em constante mudança influenciando e sendo influenciados pelos respectivos subsistemas e supra-sistemas.

Fig. 4 – Sistemas Sociais¹



¹ In Silva, L.F (2001); *Acção Social na Área da Família*; Universidade Aberta.

4. Genograma

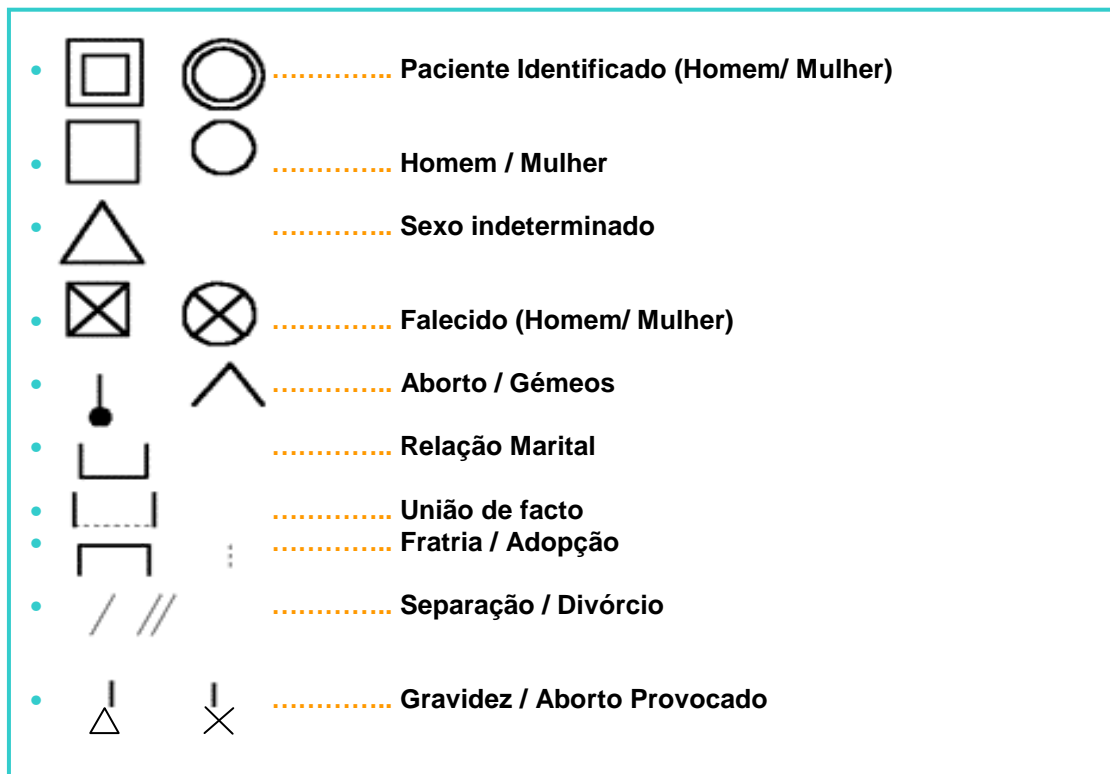
O genograma é um meio de avaliação familiar que nos permite conceptualizar visualmente a família no que toca aos seus membros e respectivas relações. Muitos terapeutas efectuam-no após a primeira sessão, contudo poderá ser útil fazê-lo com a própria família durante a primeira entrevista, quer para a relação com o técnico, quer para a consciencialização do sistema relacional familiar ao longo de pelo menos três gerações.

Criar um genograma supõe:

- Traçar a estrutura familiar;
- Registrar a informação relevante sobre os elementos da família;
- Delinear as relações familiares.

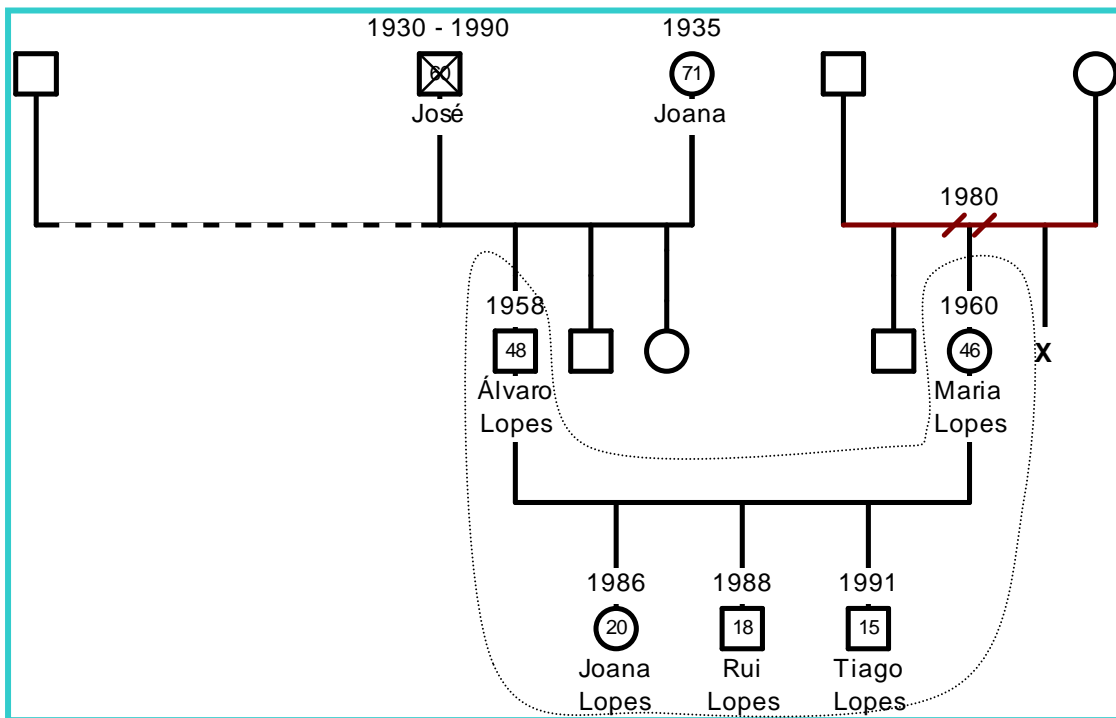
Estrutura Familiar

A base do genograma é a descrição gráfica de como os diferentes elementos estão biológica ou legalmente ligados entre si, de uma geração para a outra. Não obstante encontrarmos diversas formas de construir os genogramas, irei seguir os procedimentos e símbolos homologados pela Task Force of the North American Primary Care Research (num grupo orientado por McGoldrick):



Segue o exemplo da estrutura da família Lopes.

Fig. 6 – Exemplo de Genograma



Aqui poderemos verificar alguns exemplos da aplicabilidade dos símbolos acima descritos. De forma geral o elemento masculino do casal é representado do lado esquerdo e o elemento feminino do lado direito. Quanto às fratrias, o irmão mais velho encontra-se do lado esquerdo e, do lado direito, encontra-se o mais novo. Será ainda útil assinalar os elementos da família que vivem em conjunto, através de um tracejado que envolve os membros em questão - na família Lopes, podemos verificar que o Álvaro, a Maria e os seus três filhos vivem juntos.

Torna-se bastante clara a estrutura desta família e, a partir deste ponto, poderemos tentar conhecê-la um pouco melhor, procurando a informação útil para a intervenção ao nível de dados biográficos dos diferentes elementos, bem como das respectivas relações.

Registo da Informação Relevante

Para que o genograma nos permita uma concepção geral da família, é fundamental que seja registada a informação de cada elemento e mesmo de eventos significativos. Na Fig.6, está já alguma informação referente a alguns dos elementos.

É importante procurar informação relativamente a:

- Idade
- Datas de nascimento, mortes, casamentos e divórcios
- Situações ocupacionais
- Nível socio-económico
- Situação de saúde física e mental
- Religião
- Etc.

Poderá facilitar se junto ao genograma se efectuar uma lista de ordem cronológica dos momentos mais significativos para a família (positivos e negativos), conseguindo uma noção mais exacta da história da família:

1980 – Divórcio dos pais de Maria Lopes

1982 – Casamento de Maria e Álvaro

1984 – Maria termina o seu Doutoramento em Ciências Políticas

1987 – Detectado cancro nos pulmões de José Lopes

1990 – Falecimento José Lopes

1991 – Joana Lopes, mãe do Álvaro, inicia acompanhamento em psiquiatria devido a depressão.

1998 – Joana Lopes, mãe do Álvaro, inicia nova relação amorosa (actualmente vivem juntos)

2004 - Joana, filha de Maria, entra na Faculdade de Medicina

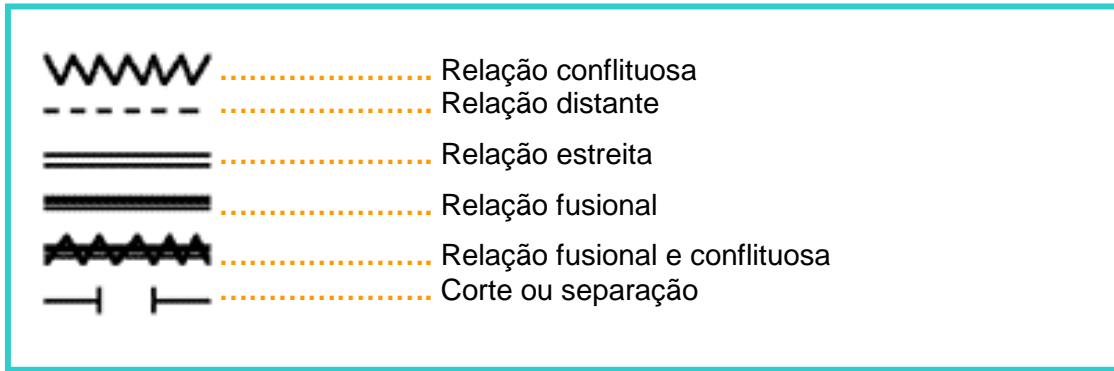
Delinear relações familiares

Este é o terceiro nível de construção de um genograma, sendo baseado na percepção dos elementos que nos ajudam na sua execução, bem como na observação directa dos técnicos. Pretende-se neste nível verificar a qualidade das relações entre os diferentes elementos, que poderá ser um grande suporte para a nossa intervenção.

Não obstante haver diferentes conotações (de acordo com as abordagens teóricas) para a descrição utilizada para os tipos de relações como “conflituosa” ou “fusional”, este registo torna-se muito útil para a intervenção clínica e social.

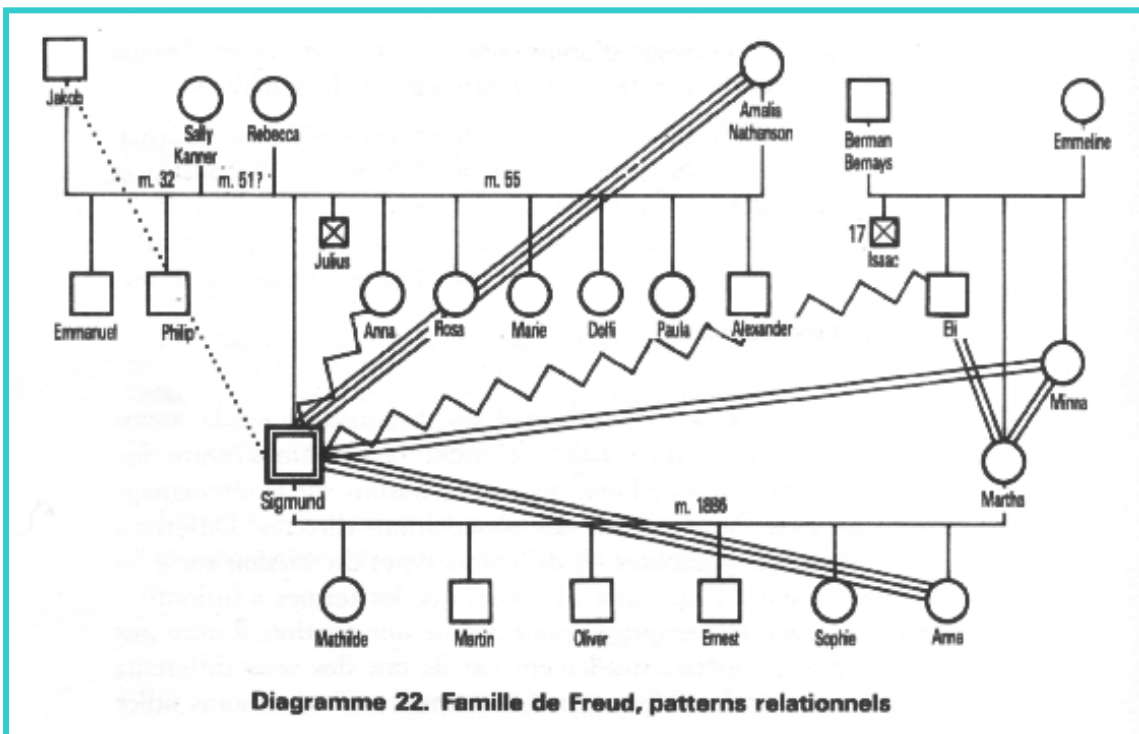
Para uma melhor compreensão do genograma, este poderá ser dividido em duas partes (uma com a informação e outra com a qualidade das relações) ou as linhas relacionais serem desenhadas com cores diferentes.

Fig.7 - Linhas relacionais do genograma



No genograma que se segue, poderemos ver como se desenham as linhas relacionais e seu contributo para a nossa compreensão do sistema familiar.

Fig.8 – Linhas relacionais da família de Sigmund Freud

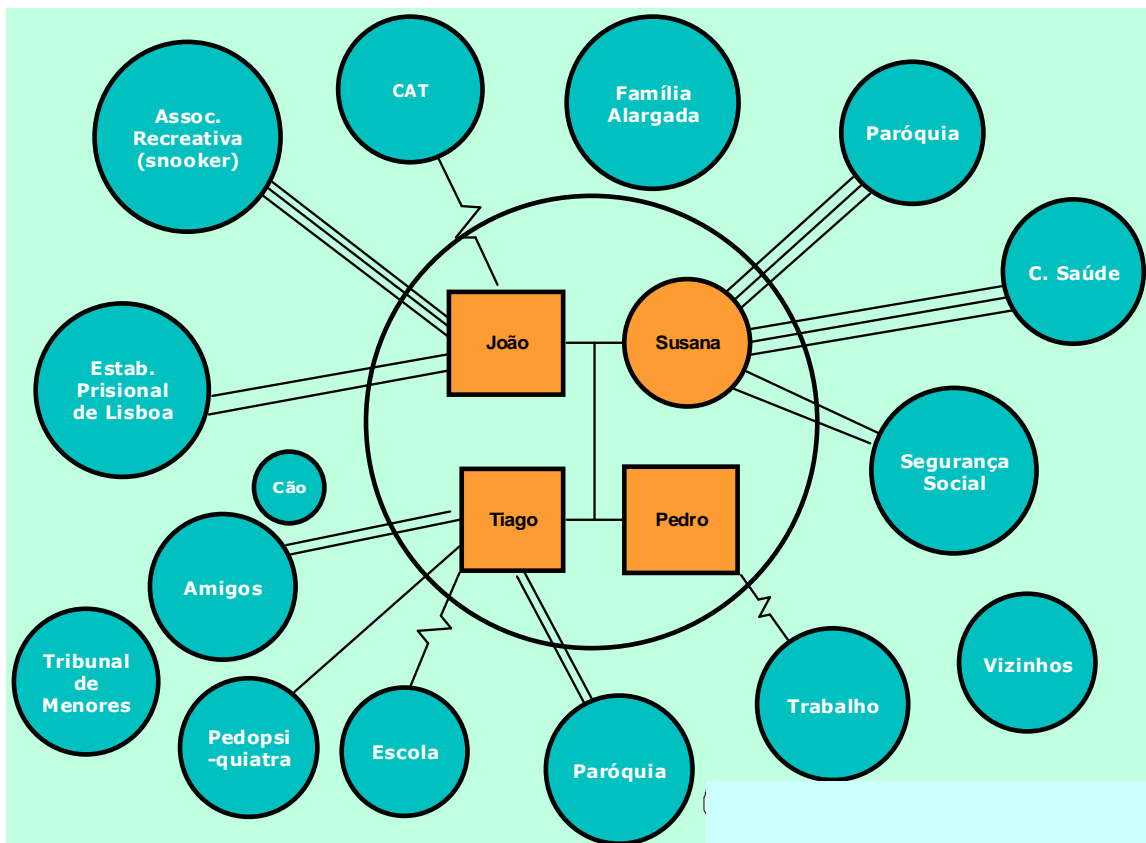


5. Ecomapa

O Ecomapa é um modo de registo do genograma e sistemas alargados. Quando trabalhamos com uma família, teremos de ter em conta não só o seu funcionamento interno, ao nível da dinâmica dos seus subsistemas, mas também toda a rede existente à sua volta. Este facto é fundamental na acção social, na medida em que, quando nos chega uma família, esta geralmente tem já uma teia de relações institucionais bastante alargada, havendo já vários técnicos de outros serviços envolvidos na sua situação.

Assim, o ecomapa permite-nos ver os recursos da família na comunidade, bem como as suas relações sociais exteriores. Para a sua construção, perguntamos à família quais as ligações com os serviços e pessoas fora da família.

Fig.9 – Exemplo de Ecomapa



Visualizando o ecomapa, mais facilmente poderemos delinear uma intervenção, activando recursos e articulando com a rede de técnicos e instituições envolvida, bem como ajudar a família a ter consciência da sua rede de suporte.

6. Técnico - entre a família, a equipa e a instituição

O Técnico de Intervenção Social é aquele que se relaciona e envolve com as famílias, que pretende promover o empowerment e autonomia das populações, mas que também está integrado numa equipa, pretendendo encontrar objectivos comuns com planos conjuntos, numa Instituição cuja missão deverá adoptar. Na sua actividade, o Técnico integra as competências técnicas (cuja actualização será indispensável) e competências sociais e emocionais. O Técnico está em constante relação com o Outro. São muitas as pressões e constrangimentos, são muitas as urgências e emergências e naturalmente são muitos os riscos e susceptibilidades. O técnico não traz apenas as suas técnicas, os seus saberes, mas também o seu modo de sentir, pensar e ser.

De forma a facilitar o nosso percurso profissional (e pessoal), mantendo níveis satisfatórios de bem-estar, teremos de cuidar de nós, evitando entrar em espirais de desconforto e desagrado que nos impedem de dar o nosso melhor e acreditar na mudança. Para tal, em termos profissionais teremos de ganhar perspectiva sobre as situações que nos apresentam e procurar fazer a melhor avaliação possível, planear da forma mais rigorosa que conseguirmos, tendo sempre em vista uma boa articulação com a equipa e instituição. Várias são as questões que nos podem ajudar (Imber-Black, 1988; Sales, C., 2000):

Historial do acompanhamento da família – É fundamental para uma boa avaliação da família, conhecer o seu histórico, as suas problemáticas, sucessos e a sua capacidade de se adaptar às contingências da vida social:

- Quais parecem ser os acontecimentos mais importantes na história da família?
- Em que momentos surgem os problemas?
- A família tentou resolvê-los? Como? Com que resultados?
- Em que situações a família pede ajuda profissional?
- Que respostas são dadas? Com que resultados?
- Repetem-se problemas, pedidos, respostas? Existe um padrão?
- Que experiência a família possui com outros técnicos? Esta experiência pode afectar a aceitação da minha orientação ou a relação com a família?
- A família confia na Instituição onde trabalho? Que espera de mim?

Caracterização do Sistema de Ajuda – Será útil termos conhecimento dos técnicos e serviços envolvidos, recursos internos e externos à família, bem como reflectir sobre as relações inter-profissionais de ajuda:

- Que técnicos estão actualmente envolvidos com cada membro da família?
- De todos os implicados (membros da família, técnicos) quais sentem a situação como problema? Como definem o problema? Quem tem mais interesse em resolvê-lo?
- Os técnicos actuam de forma coordenada ou paralela?
- Há competição entre os técnicos? (Quem ajuda mais?) Entre mim e outros?
- Que competência/recursos apresenta cada membro da família, cada profissional? Poderão outros elementos ajudar na resolução?
- Quem beneficia da minha intervenção? Quem fica desvalorizado (a curto e a longo prazo)?
- Como me situo face ao caso? A quem me alio? Contra quem?
- Qual é a minha expectativa/atitude em relação ao caso?
- Quais as dos meus superiores?
- Quais as dos utentes?
- Será útil redefinir o pedido, esclarecer expectativas? Como? A quem?

Crenças e Constrangimentos – De forma a garantir o nosso bem-estar enquanto técnicos, teremos de ter em atenção os nossos valores, a nossa relação com os demais profissionais e a nossa posição na instituição:

- A gravidade do caso preocupa-me? Leva-me a actuar com urgência? Tenho a sensação de não ter tempo para uma análise com suficiente distanciamento? Sinto-me mais responsável por eventuais evoluções negativas?
- Qual é a probabilidade de insucesso?
- Que consequências teria um insucesso para mim, ao nível de:
 - Satisfação pessoal e profissional
 - A minha posição na equipa e instituição
 - A minha imagem
- Quais os princípios deontológicos ou normas que regem a minha actividade profissional?
- Como é que a Instituição aborda normalmente esses casos?
- Quais as funções que me são atribuídas?
- Quem irá saber dos resultados da minha intervenção?
- Que pressões sinto por parte da instituição? Quanto tempo posso dedicar a cada caso?

- Como representar o circuito das pressões? (são contraditórias?)

Planificação e intervenção – para uma intervenção ser eficaz, ela tem de ser planeada, considerando a conjectura em que nos encontramos. É também importante deixar claro (para nós, famílias e equipas envolvidas) quando consideramos que a intervenção termina e respectivos critérios:

- Tendo em conta os pedidos e pressões, como posso posicionar-me face à família, à minha instituição, aos outros técnicos e a outras instituições? Que cuidados devo ter? É necessário reenquadrar ou clarificar alguns aspectos? Como? Quando? Com quem?
- De que forma a minha posição limita a minha visão e actuação?
- Quais os objectivos concretos e realistas que pretendo concretizar? (apoios, padrões relacionais, etc.) Estão claramente definidos e aceites por todos os implicados (família, profissionais)?
- Disponho de suficientes recursos?
- Quem e quando deve ser incluído na intervenção?
- Quando termina a intervenção? Como?

Manter uma boa relação com os sistemas alargados, trabalhar em rede com as diferentes instituições envolvidas e com as próprias famílias, de forma positiva e construtiva facilitará a intervenção, com impacto no bem-estar das famílias e dos próprios técnicos. É ainda fundamental procurar definir objectivos realistas e tangíveis, articulando com a(s) equipa(s) envolvida(s).

O técnico de intervenção social está constantemente envolvido na rede, da qual passa a fazer parte. É fundamental questionar a sua intervenção e ter noção das pressões existentes, quando está a intervir. Para que todos ganhem, é importante que cada técnico procure o melhor das famílias, das comunidades, das equipas e, naturalmente, de si próprio.

7. Construcionismo Social e Práticas Apreciativas

Construcionismo social

O construcionismo social postula que *“a realidade é uma construção social criada na intersubjectividade da linguagem e que o conhecimento é um fenómeno social desenvolvido no cadinho da comunicação”* (Relvas, A.P., 2000). Segundo esta teoria, **não existem verdades sociais**, já que o conhecimento é desenvolvido nos contextos co-construídos pelas pessoas. A realidade tal como a concebemos ganha sentido na inter-relação, sendo que as nossas experiências determinam o seu significado.

Assim, **a nossa realidade é criada e mantida por nós, nas nossas acções e narrativas desenvolvidas, na relação e comunicação com os outros**. Os pontos de vista individuais transformam-se na relação com os outros, alargando a interacção social, sendo importante ter em conta os diferentes pontos de vista e valorizar a participação de todos na comunicação, de forma a alargar a possibilidade de redefinição do contexto que influencia e é influenciado pelos seus participantes.

Em síntese, os princípios do **construcionismo social** são:

- a realidade é uma construção social;
- a realidade é uma construção da linguagem;
- as realidades são organizadas e mantidas;
- a realidade está feita por narrativas ou histórias e não há verdades básicas ou essenciais.

Em termos pragmáticos, a utilidade do construcionismo social para o técnico de intervenção social está no facto de se conceber como um interventor que influencia o contexto da família com que está a trabalhar, considerando que a família constrói a realidade em que está. Esta realidade existe na percepção da família e é construída através dos significados atribuídos pela linguagem e narrativas. O técnico poderá então, através da linguagem, **“des-construir” esse significado/problema** e apoiar na **construção de uma nova realidade**, criando **novos significados e novos contextos** de interacção.

Práticas Apreciativas

As práticas apreciativas assentam na abordagem do **Inquérito Apreciativo (IA)**. Esta abordagem surgiu no âmbito das organizações/psicossociologia com os estudos de David Coperrider, como uma estratégia para a mudança, alternativa à “resolução de problemas”.

O processo inerente ao IA baseia-se **onde o sistema social pretende estar, tendo em conta os momentos altos que já teve**. Podemos sempre melhorar, para o que será fundamental ver o que já está a funcionar. Tal abordagem dá-nos então a consciência do que temos feito e conseguido. Ganhamos confiança em nós para nos permitirmos ter mais momentos de sucesso.

O IA baseia-se em oito princípios fundamentais - relacionados com as crenças e valores sobre os sistemas humanos e mudança – através dos quais teremos uma concepção mais clara da forma como as mudanças positivas acontecem.

Estes princípios derivam de três correntes de pensamento: (1) *Construcionismo Social* (Berger & Luckman) que defende que a realidade é criada, transformada e mantida através da comunicação humana; (2) *Teoria das Imagens do Futuro* (Elise & Kenneth Boulding) que sugere que as imagens que temos do futuro influenciam as nossas decisões e acções do presente; e (3) *“Grounded Theory”* (Barney Glaser; Anselm Strauss) que postula a compreensão de uma cultura, organização ou sociedade através dos olhos dos seus membros, sendo a observação participante a melhor forma para recolher dados e descrever uma cultura.

- **Princípio Construcionista:** *“As palavras criam mundos”*

A realidade, tal como a conhecemos, é construída socialmente através da linguagem e dos diálogos que estabelecemos.

- **Princípio da Simultaneidade:** *“O Questionamento gera mudanças”*

Questionar/perguntar é intervir e promove a mudança.

- **Princípio Poético:** *“Nós escolhemos aquilo que estudamos”*

Os temas que escolhemos estudar/pesquisar determinam e criam o mundo que descobrimos. Organizações, como livros abertos, constituem recursos inesgotáveis de aprendizagem.

- **Princípio Antecipatório:** *“A imagem inspira acção”*

Os sistemas humanos são inspirados e guiados pelas suas imagens do futuro.

- **Princípio Positivo:** *“Questões positivas levam a mudanças positivas”*

As mudanças de larga escala necessitam de envolvimento e união, bem como emoções positivas da parte das pessoas envolvidas. Esta postura positiva é conseguida através de questões positivas.

- **Princípio da Totalidade:** “ *A totalidade traz o melhor*”

A totalidade traz o melhor das pessoas, das relações, das comunidades e das organizações, promovendo a criatividade e criando o potencial de grupo.

- **Princípio do *Enactment*:** “ *Agir ‘como se’ leva à auto-realização*”

As mudanças positivas acontecem quando imagens e visões de um futuro ideal são reais no presente.

- **Princípio da Livre escolha:** “ *A livre escolha dá poder*”

As pessoas estão mais envolvidas com a mudança quando são livres para escolher a forma e extensão do seu contributo. Livre escolha estimula o desenvolvimento positivo das organizações.

Na base do IA temos ainda alguns **pressupostos** muito simples que nos poderão ajudar a encontrar soluções a vários níveis:

1. Em todas as sociedades, organizações ou grupos, alguma coisa funciona;
2. Aquilo em que nos focamos, transforma-se na nossa realidade;
3. A realidade é criada no momento, e há múltiplas realidades;
4. O acto de colocar questões sobre uma organização ou grupo influencia o grupo de algum modo;
5. As pessoas têm mais confiança e à vontade para encarar o futuro ("o desconhecido") quando trazem o melhor do seu passado ("o conhecido");
6. É importante valorizar a diferença;
7. A linguagem que usamos cria a nossa realidade.

A partir destes Pressupostos poderemos encontrar um meio de fazer mais daquilo que funciona. Ao contrário do modelo clássico de resolução de problemas, cujo princípio básico é "*uma organização é um problema a ser resolvido*", o Inquérito Apreciativo baseia-se no princípio de que "***uma organização é um mistério a ser abraçado***" (Hammond, S.A., 1996).

Não obstante a sua origem, rapidamente se verificou a utilidade do Inquérito Apreciativo em outros contextos. Qualquer sistema humano beneficiará desta abordagem, que conta com **as pessoas como os principais agentes da sua mudança e crescimento, rumo ao seu ideal/sonho**. Apreciar e valorizar o já alcançado no passado traz benefícios não só para as organizações e suas equipas, mas também para o

desenvolvimento pessoal dos indivíduos e crescimento e bem-estar das famílias, grupos informais e comunidades, promovendo a sua capacidade de planeamento e acção, **reforçando a confiança no seu potencial.**

A abordagem do Inquérito Apreciativo é muitas vezes posta em prática pelo modelo 4D:

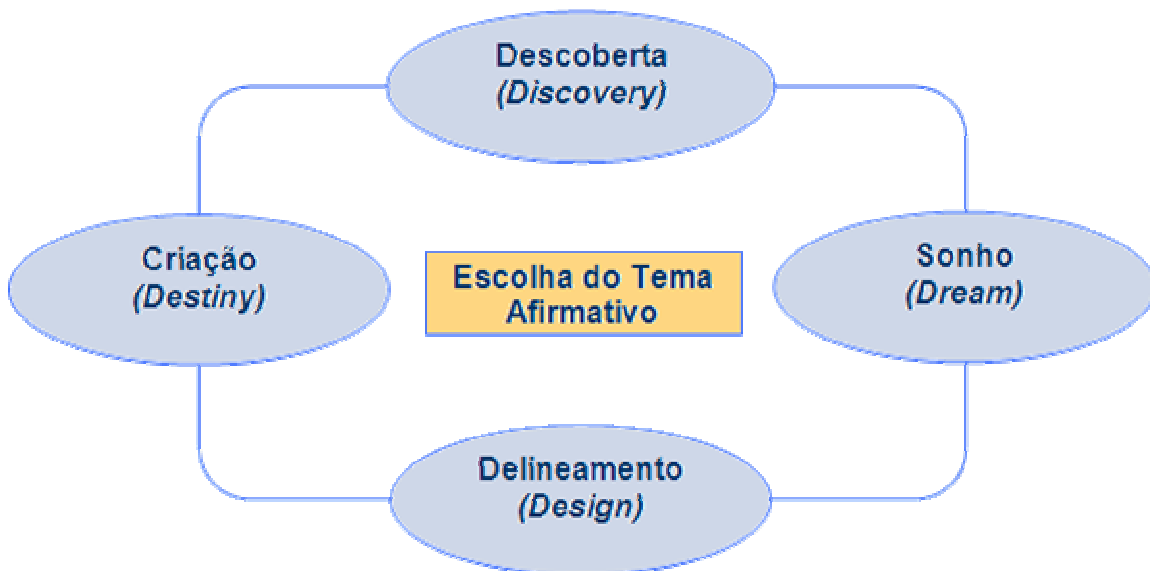


Fig.10 – Ciclo de 4Ds

Discovery (Descoberta) – as pessoas falam entre si, muitas vezes via entrevistas estruturadas, através de questões positivas, na busca e análise de sucessos;

Dream (Sonho) – esta fase acontece num grupo em que as pessoas, em conjunto, visualizam o que poderia ser e onde querem chegar;

Design (Delineamento) – tornar a imagem do ‘sonho’ num plano de acção a realizar por fases;

Delivery (Criação) – implementação de mudanças, dando início a actividades que possam ser postas em prática no imediato.

Escolher o '**Tema Afirmativo**' implica criar temas para o futuro. A partir dele se desenrola o processo que o sistema pretende desenvolver mais e melhor. Este Tema irá envolver as pessoas em diálogos e dinâmicas positivas que permitirão manter a motivação e desejo da concretização do sonho.

A utilidade desta abordagem no trabalho com famílias e em particular na intervenção social reside no facto de evitarmos o cepticismo relativo à intervenção ou às

potencialidades das famílias. Poderá haver uma tendência para os técnicos/equipas focarem nos problemas e perderem capacidade de acção eficaz.

Em termos individuais, o IA poderá ajudar os **técnicos** a **lembrar os seus sucessos** e sentirem-se mais confiantes para encarar os **novos desafios**, focando-se nos objectivos, recursos e no que funciona. Na **equipa** o IA procura **envolver as pessoas num objectivo comum**, com uma **comunicação mais positiva e construtiva**, de modo a ser possível **amplificar e generalizar aqueles momentos experiencial e funcionalmente mais relevantes**. No tocante à **intervenção**, será um instrumento que ajuda os indivíduos a **aprenderem com os seus sucessos**, estabelecendo um **foco no futuro**, nas **soluções e nos recursos** que poderão continuar a encontrar, promovendo assim o **empowerment**.

8. Terapia Breve Orientada para as Soluções

A Terapia Breve Orientada para as Soluções (**TBOS**), tal como o nome indica, refere-se a um processo terapêutico de curta duração que visa a busca de **soluções**. Steve de **Shazer** desenvolveu esta abordagem no sentido de evitar a tendência das diferentes correntes a focarem-se nos problemas. Parte do pressuposto de quase sempre existirem **excepções** aos problemas, na medida em que esses problemas não estão continuamente presentes – se uma mãe fala das discussões acesas com o seu marido, vamos perceber como funciona a dinâmica deste casal quando não discutem, quando se sentem bem. Pretende-se assim promover as **competências das pessoas**, maximizando os momentos que funcionam sem problemas ou em que conseguem lidar melhor com as situações ditas problemáticas. A TBOS considera que a nossa vida está constantemente em mudança, pelo que os problemas são realidades descontínuas e contingentes nas nossas vidas.

Considerando que uma pessoa quando está “em baixo”, não o está constantemente ao longo do tempo, nem as pessoas em seu redor estão constantemente a tentar animá-la, *o que faz quando se sente melhor? Como reagem amigos/ familiares quando não está “em baixo”?* A TBOS tenta procurar as **competências e recursos**, para provocarem mudanças nas suas vidas, tendo sempre em conta os objectivos definidos com as famílias e indivíduos e se a intervenção está efectivamente a ir de encontro a esses objectivos.

A **Questão do Milagre** ajuda-nos, na intervenção, a definir objectivos com uma família ou indivíduo, que apresenta uma série de queixas, esperando que os problemas sejam solucionados de alguma forma, muitas vezes vindas do terapeuta ou técnico.

Supondo... depois da nossa entrevista vai para casa, janta, organiza a casa, vê televisão entre outras coisas e vai então dormir... e, enquanto dorme... acontece um milagre... e os problemas que trouxe à terapia desaparecem, como que por magia!... mas isto acontece quando está a dormir, pelo que não sabe que aconteceu... assim, acorda pela manhã e... como descobre que o milagre aconteceu?

Ao responder a esta questão, a pessoa irá **visualizar** a sua vida sem os problemas apresentados e **imaginar** como decorrem as suas rotinas e como reagiriam as outras

peessoas (amigos, familiares, vizinhos, etc.), tomando consciência das diferenças face ao presente. Os indivíduos colocam-se numa posição que nem sempre estamos habituados já que, tendemos mais a queixarmo-nos e a encontrar formas de perpetuar os problemas do que a concretizarmos uma mudança efectiva.

Esta abordagem recorre ainda a uma **escala de 0 a 10**, para depois da questão milagre, se posicionar face à mudança:

Numa escala de “zero” a “dez”, sendo o dez indicador para as circunstâncias do dia após o milagre e o zero para quando recorreu a um pedido de ajuda profissional (psicólogo, assistente social ou outro técnico), em que ponto (entre “zero” e “dez”) se encontra neste momento?

Após esta questão, é possível, supondo que a pessoa responde “quatro”, procurar perceber a diferença entre “zero” e “quatro” na sua concepção, como seriam as coisas se tivesse no “cinco”, o que era preciso acontecer para se considerar no “seis”, e assim concretizar um pouco mais sobre como desenvolver o processo de mudança. Em cada uma das sessões seguintes é efectuada a pergunta relativamente ao posicionamento actual da referida escala.

A partir daqui, é possível **definir objectivos concretos** com as pessoas, tendo em conta o futuro imaginado, com um maior envolvimento da sua parte – é fundamental que os objectivos partam das famílias e indivíduos, para garantir empenhamento ao longo do processo de mudança.

Tendo sido desenvolvido no âmbito da intervenção clínica, esta abordagem tem sido alargada ao contexto de intervenção social. Torna-se útil devido ao seu pragmatismo e sua capacidade de envolvimento das pessoas com os objectivos definidos. Para os técnicos, torna-se prático para a reflexão constante dos objectivos concretos e definição de etapas, para além de, com a escala, ter ainda feedback da evolução percebida pelos indivíduos/utentes.

9. Ciclo Vital da Família

A família está em constante evolução e mudança entrando em novas realidades às quais se irá adaptar: alteração do número de elementos do sistema familiar; mudanças de idade dos seus elementos; e mudanças do seu estatuto ocupacional são alguns dos critérios comumente considerados como marcadores dos possíveis estádios deste ciclo vital.

Considerando a família que surge com a formação de um casal heterossexual, que se mantém junto ao longo da vida e com filhos, iremos perceber como funciona o sistema familiar nas diferentes fases, desde que nasce até que morre, sendo que terá sempre em conta as suas **funções internas** (desenvolvimento e protecção dos seus membros – sentimento de pertença à família) e **externas** (socialização e transmissão da cultura – autonomização dos seus elementos) – note-se que estamos perante uma visão tendencialmente normalizadora da família, excluindo desta as famílias monoparentais, reconstruídas, sem filhos, homossexuais, de adopção, entre outras variantes cada vez mais frequentes na nossa sociedade.

Vários autores têm sugerido etapas do ciclo vital da família (ver fig. 11), considerando as mudanças e transformações do sistema familiar em sequência dos “marcadores” adoptados – como técnicos, a reflexão sobre as diferentes fases, em conjunto com a família, poderá ser um bom auxílio para a intervenção, definição de metas e meios. As famílias lidam tanto melhor com as mudanças de estádio de ciclo vital, quanto apresentam flexibilidade e capacidade de gerir imprevistos. Muitas famílias que apresentam elevados níveis de stress face a uma nova fase (o que se torna visível nas estatísticas que nos indicam um elevado número de divórcios com o nascimento do 1º filho) mostram também alguma rigidez no seu funcionamento. Ao perceber esta realidade, o técnico poderá ajudar os elementos da família a preparem-se para as diferentes mudanças do ciclo vital.

Fig. 11 – Ciclo Vital da Família (Adaptado de McGoldrick & Carter, 1982)

Etapa do Ciclo Vital	Processo Emocional de Transição	Mudanças de 2ª Ordem no Status Familiar Necessárias ao Processo de Desenvolvimento
1. Saída de Casa: jovens solteiros	Aceitar a responsabilidade emocional e financeira	(a) Diferenciação do <i>self</i> em relação à família de origem (b) Desenvolvimento de relações íntimas com adultos iguais (c) Estabelecimento de uma identidade laboral e financeira
2. União de famílias: novo casal	Compromisso com o novo sistema	(a) Formação do sistema conjugal (b) Redefinição das relações com as famílias de origem e amigos de forma a incluir o cônjuge
3. Famílias com Filhos Pequenos	Aceitar os novos elementos na família	(a) Ajustamento do subsistema conjugal – criar espaço para o(s) filho(s) (b) Criação do subsistema parental (c) Redefinição das relações com as famílias de origem de forma a incluir os papéis de pais e avós
4. Famílias com adolescentes	Flexibilização dos limites/fronteiras do sistema familiar de modo a aceitar a independência dos filhos e as fragilidades dos avós	(a) Redefinição das relações pais-filhos – necessidade do adolescente movimentar-se para dentro e fora do sistema (b) Foco na relação conjugal e questões profissionais – meio da vida (c) Início da função de suporte à geração mais velha
5. Saída dos filhos	Aceitação das várias saídas e entradas do sistema	(a) Renegociar o sistema conjugal como diáde (b) Redefinir das relações pais-filhos – relação adulto-adulto (c) Redefinir das relações de forma a permitir parentes por afinidade e netos (d) Lidar com a incapacidade e morte dos pais/ avós
6. Última etapa – ninho vazio	Aceitar a mudança dos papéis geracionais.	(a) Manutenção e adaptação dos interesses individuais e do casal, a par do eventual declínio fisiológico (b) Aceitar o papel mais preponderante da geração intermédia (filhos) (c) Aceitar e integrar a sabedoria e experiência dos mais velhos, suporte da geração mais velha sem super-protecção (d) Aceitar a perda do cônjuge, irmãos e outros da mesma geração; preparar-se para a própria morte – revisão e integração da vida.

Considerar o Ciclo Vital é importante contudo, deveremos ter em conta que se trata de uma referência e não de uma regra para todas as famílias. O exemplo dado, baseado nos estudos de McGoldrick e Carter, mostra uma possível visão do percurso de vida de uma família, tendo em conta critérios específicos. Mais do que procurar adoptar linearmente, sugiro uma reflexão sobre as diferentes fases, que poderão ser mais complexas do que as apresentadas, de acordo com eventos internos e externos à família, nº de elementos, entre outras contingências.

10. Referências Bibliográficas

- Ausloos, G. (1996). *A competência das Famílias*. Climepsi Editores.
- Barker, P.(2000). *Fundamentos da Terapia Familiar*. Climepsi Editores.
- Benoit, J.C. (1995). *Tratamento das perturbações Familiares*. Climepsi Editores.
- Coletti, M. & Linares, J.L. (1997). *La intervención sistémica en los servicios sociales ante la familia multiproblemática*. Paidós Terapia Familiar.
- Don D. Jackson, M.D. *The study of the family*. Fam Proc 4: 1-20, 1965.
- Ferreira da Silva, L. (2001). *Acção Social na Área da Família*. Universidade Aberta.
- Gameiro, J. e col. (1994). *Quem sai aos seus...* Edições Afrontamento.
- Gergen, K. (1973). *Social Psychology as History*. Journal of Personality and Social Psychology, vol.6, nº2, 309-320.
- Gergen, K. (1996). *Social Psychology as Social Construction: The Emerging Vision*. In "The Message of Social Psychology: Perspectives on Mind in Societ"y (Eds. C. McGarty and A. Haslam) Oxford: Blackwell
- Gergen, K. (2006). *Construir la Realidad – El futuro de la psicoterapia*. Ediciones Paidós Ibérica, SA.
- Hammond, S.A. (1996). *The Thin Book of Appreciative Inquiry*. Kodiak Consulting.
- Imber-Black (1988). *Family-Larger System Assessment Model*. Family and Larger Systems. Gustford, London.
- Lebbe-Berrier, P. (1988). *Pouvoir et créativité du travailleur social – une méthodologie systématique*. ESF éditeur.
- Mac Odell (1998). *Appreciative Planning and Action – Experience from field*. Community Application.
- McGoldrickM.; Carter E.(1982). *The Familiy Life Cycle*. In Walsh, F. *NormaL Family Processes*. N.Y., The Guildford Press.
- Miller, G; Shazer, S. (1998). *Have you heard the latest rumour about...? Solution-Focused Therapy as a rumour*. Family Process, Vol 37, nº3.
- Neto, L. (2004), *O Projecto de Apoio à Família e à Criança do Bairro Padre Cruz - Supervisão de um trabalho em contexto de pobreza e exclusão*. In *Cidade Solidária - Revista da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, nº 11*.
- Ortega Bevia, F.J. (2001). *Terapia Familiar Sistémica*. Universidad de Sevilla.
- Pina Prata, F.X. *Patologia Inter-Relacional na Sistémica da Terapia Familiar*. In *Psicologia Social do Desenvolvimento*. 1985. Livros Horizonte.
- Relvas, A. P. (1996). *O ciclo vital da Família* (pp. 113-143). Edições Afrontamento.
- Relvas, A. P. (2000). *Por detrás do Espelho. Da Teoria à Terapia com a Família*. Coleção Psicologia e Saúde. Quarteto Editora.
- Rodrigues, F. (Coord) (2003). *Acção Social na Área da Exclusão Social*. Universidade Aberta.
- Sales, C. (2000). *Posição e Movimento no trabalho de acção social. Serão apenas questões de ginástica?* Recortes 2/2000
- Sampaio e Gameiro (1985). *Terapia familiar*. Biblioteca das Ciências do Homem. Edições Afrontamento.

Santa Maria; E.P.A (2004). *Trabajando con familias – teoría y práctica*. Libros Certeza.

Selvini Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G. and Prata, G., "Hypothesizing-Circularity-Neutrality Three Guidelines for the Conductor of the Session," *Fam. Proc.*, 19, 3-12, 1980.

Shazer, S.; Kim Berg, I. (1992). *Doing Therapy: a post-structural re-vision*. *Journal of Marital and Family Therapy*, vol18, nº1, 71-81.

Shazer, S.; Kim Berg, I. (1997). *What works? Remarks on research aspects of Solution-Focused Brief Therapy*. The Association for Family Therapy and Systemic Practice. Blackwell Publishers.

Whitney, D & Trosten-Bloom, A., (2003), *The Power of Appreciative Inquiry - A Practical Guide to Positive Change*. Berret-Koehler Publishers, Inc. San Francisco.

Sítios da Internet visitados:

<http://www.brief-therapy.org/> - terapia breve orientada para as soluções/ Shazer

<http://www.swarthmore.edu/SocSci/kgergen1> - Construcionismo Social / Gergen

<http://inqueritoapreciativo.atspace.com/> - Inquérito Apreciativo (Português)/ Grupo Apreciativo

<http://appreciativeinquiry.cwru.edu/> - Inquérito Apreciativo/ Coperrider