UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
FACULDADE DE FILOSOFIA, CIÊNCIAS E LETRAS DE RIBEIRÃO PRETO
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

DISCIPLINA: 5940640 - Teorias e Práticas em Psicologia Clínica: Abordagem Cognitivo-Comportamental

DOCENTES: ProfªDrª Carmem Beatriz Neufeld

MONITORAS: Dnda Isabella Wada, Dnda Juliana Maltoni, Dnda Myrian Silveira, Dnda Isabella Wada, Me Beatriz Lobo, MeFernanda Esteves, Me Isabela Rebessi, Mnda Camila Amorim, Mnda AlessandraRezende, Psic Mariana Risso, Psic Eloha Flória Lima Santo

Caso Maria Helena

A paciente Maria Helena possui 32 anos de idade e se identifica como mulher cis, heterossexual, de origem étnica indígena yanomami, está casada com seu parceiro a 3 anos, com quem vive na capital do estado de São Paulo. Maria buscou assistência psicológica devido a uma indecisão persistente que tem exercido um profundo impacto sobre sua vida. Sua queixa central gira em torno da decisão de conceber um filho ou não, o que vem afetando sua autoestima e bem-estar emocional.

Maria Helena relata que, desde seu casamento há três anos, ela e seu parceiro têm debatido a possibilidade de expandir a família através da maternidade e também compartilha que está enfrentando problemas de auto estima “Tenho vontade de ser mãe, porém ainda não me sinto preparada, e ao mesmo tempo fico muito aflita pois o tempo está passando e sinto que existe muita cobrança em cima de mim quando se trata deste assunto. Meu marido quer ter um filho nesse momento, mas sei que espera que eu assuma grande parte da responsabilidade que essa decisão irá trazer. Apesar de ele não esperar que eu pare de trabalhar fora para cuidar exclusivamente do nosso filho, ele sempre diz que terei que me dedicar menos a minha vida profissional quando tivermos um filho. Quando me sinto assim eu tento conversar com ele, mas atualmente estamos tendo discussões sempre quando tocamos nesse assunto. Toda essa situação está me deixando muito para baixo, minha auto estima está muito ruim, nem tenho mais ânimo para me cuidar, parece um problema gigante e eu me sinto fraca para resolver”.

Durante as primeiras sessões, o objetivo principal foi avaliar como Maria Helena se enxerga no contexto da maternidade, bem como ajudá-la a identificar seus próprios objetivos e desejos pessoais. Foram abordadas questões relacionadas à autoestima, a forma como ela se relaciona com os amigos e sobre como se sente na relação com sua família de origem e seu marido. No decorrer do diálogo Maria Helena compartilhou com seu terapeuta sobre uma experiência que teve recentemente, a qual a deixou ainda mais inquieta em relação à sua decisão sobre a maternidade.

Ela contou que fez uma visita ao ginecologista e, durante a consulta, a médica lhe informou que ela tem Síndrome dos Ovários Policísticos (SOP). Essa notícia a pegou de surpresa e trouxe uma nova preocupação. "A médica me disse que essa doença é comum e não é um impeditivo para que eu consiga engravidar, mas que precisarei fazer o tratamento, e que talvez engravidar seja mais difícil para mim; eu fiquei muito preocupada porque além disso tem a questão da minha idade porque eu já estou velha, a e isso também é uma preocupação já estou com 32 anos, sinto que o tempo está passando muito rápido, sei que quanto mais tempo eu demorar para tomar essa decisão, maiores podem ser os obstáculos, quando cheguei em casa confesso que chorei bastante , e ainda não contei isso para ninguém da minha família, só conversei com minha amiga".

Segundo relatado pela paciente, sua família é "tradicional" impõe expectativas e pressões relacionadas ao papel da mulher na sociedade, incluindo o dever da maternidade "Na minha família também existe muita cobrança, meus pais tem um casamento muito antiquado, com papéis e deveres de gênero muito definidos, meus pais viviam da agricultura de coivara, faziam a plantação de mandioca e de outros alimentos para consumo, meu pai sempre foi responsável por prover os alimentos, cuidava da plantação, pescava e vendia mandioca e artesanato para ter uma renda; e minha mãe tinha a responsabilidade de criar os filhos,cozinhar, fazer os artesanatos e cuidar da casa''.

Sobre sua infância Maria que quando eu era criança, como era a filha mais velha sempre tinha que ajudar a cuidar dos seus dois irmãos. "Eu sempre tive vontade de ser independente e viver uma vida diferente, queria conhecer outras culturas e ter mais liberdade, no começo meus pais não queriam que eu me mudasse para cidade grande, tinham medo que eu me afastasse dos costumes. Meus pais acham que um casamento só pode ser feliz se o casal tiver filhos, que esse é o objetivo, não conseguem conceber a ideia de que podem existir outras realidades diferentes da deles. Me sinto muito culpada por não estar atendendo as expectativas dos meus pais, penso que estou falhando por ainda não ter tido um filho e não estar seguindo os costumes

deles, nessa hora eu acabo ficando quieta, porque não adianta eu tentar explicar, tenho medo de decidir ter um filho e falhar como mãe".

A paciente relata um fato que ocorreu na última visita a casa de seus pais, que a deixou chateada "Procuro ir visitar os meus pais pelo menos uma vez ao mês e na ultima vez que fui, estava ajudando minha mãe a preparar a refeição e ela começou a falar da família da minha irmã mais nova e fazer comparações, dizendo que ela já tem 3 filhos e que eu estou atrasada, que não vou conseguir ser feliz se não for mãe, e disse coisas como a mulher é feita pra reproduzir, que na natureza é assim. Me senti muito chateada apesar de ter saído de casa jovem sempre fiz de tudo para os meus pais terem orgulho de mim, eu fiquei quieta ouvindo, no começo tentava explicar o meu lado, contar para eles como é minha rotina o porque de eu ter adiado essa decisão, mas eles não entendiam, então parei de tentar".

Maria Helena relata também o desejo de desenvolver sua carreira e manter sua independência. Refere que conseguiu concluir seus estudos em Arquitetura em uma Universidade Pública com muito esforço e dedicação e que estudar sempre foi uma prioridade em sua vida. Neste contexto Maria refere que se enxerga como uma mulher muito forte e determinada. "Foi muito difícil para mim estudar e conseguir chegar onde estou agora, eu tinha que ir andando muitos quilómetros da aldeia onde morava para depois conseguir pegar um transporte até a escola, mas sempre tive muita determinação, sempre fui muito forte, pois sabia que isso me ajudaria e através dos estudos iria conseguir mais oportunidades, depois, quando consegui entrar na Universidademe mudei para São Paulo, onde comecei a trabalhar e conheci meu marido".

A paciente trabalha para uma empresa de grande porte na área da arquitetura há 4 anos, e quando indagada a respeito de seu momento profissional e de como se sente, compartilhou "Estou em um momento muito bom na minha carreira, tive um aumento recentemente e estou me dedicando bastante para obter uma promoção, sinto que a decisão de ter um filho pode ser um erro nesse momento, pois não tenho muito tempo, também ainda não me sinto pronta financeiramente para isso e minha vida pessoal está meio bagunçada, lutei muito para conseguir ter uma carreira não quero deixa ela de lado e perder as oportunidades que estou tendo, a minha carreira é como se representasse toda a minha luta".

A paciente descreve que sua indecisão quanto à gravidez tem gerado conflitos internos e tensões em seu relacionamento conjugal. "Estou brigando muito com meu marido ele não entende porque ainda não estamos tentando ter um filho, não consigo compartilhar com ele o

que sinto. Eu acho que ele não me entende sabe? Sempre que tocamos no assunto brigamos e isso gerou um afastamento entre a gente, toda pequena coisa que acontece na nossa rotina já vira uma discussão, eu tenho evitado os diálogos com ele, converso somente o essencial, não sei como me expressar, não quero ser cobrada, então evito tocar no assunto."

Ela sente-se pressionada a seguir um modelo tradicional, mas ao mesmo tempo, receia que isso possa afetar sua auto estima e identidade pessoal. "Eu gosto de ter a minha individualidade, meu tempo para ler um livro e fazer as coisas que eu gosto, não quero do dia pra noite perder a minha identidade para virar mãe do fulaninho; é um processo muito complicado para mim, quero ser mãe e imagino como teriam momentos gratificantes e de amor, mas ao mesmo tempo tenho medo de me arrepender e ficar presa pra sempre nessa decisão, seria uma vida que depende de mim e eu nunca mais vou poder voltar atrás, meu marido foi paciente no começo, mas no último ano tem me pressionado muito para ter um filho, diz que eu sempre passei para ele a ideia que queria ser mãe um dia, que ele não teria casado comigo se soubesse que eu não queria isso, eu quero, mas não me sinto pronta, só que já estou mais velha, deveria estar pronta; penso que se já estou com autoestima baixa agora, depois de engravidar e engordar mais isso vai piorar, sei lá vai que eu me perco de mim mesma no meio do processo de ser mãe ".

Maria Helena também compartilhou com o psicólogo que se sente bastante isolada em relação às pessoas ao seu redor. Ela revelou que tem apenas uma amiga próxima com quem pode se abrir e compartilhar seus sentimentos e preocupações. De forma geral, Maria Helena expressou que não se sente compreendida pelas pessoas em seu círculo social. Um dos fatores que contribuem para essa sensação de isolamento é sua origem étnica indígena. ''Embora eu tenha crescido em uma família indígena, eu não me sinto totalmente conectada as tradições, isso faz eu me sentir deslocada".

A paciente mencionou que, por outro lado, também não se identifica totalmente com as pessoas que vivem em São Paulo, onde reside atualmente, e tem dificuldade em fazer novas amizades, pois não se sente compreendida. " Tenho somente uma amiga a Sonia, nos conhecemos na Universidade, logo que me mudei para São Paulo e ela me ajudou muito, principalmente no início, onde me sentia deslocada não entendia bem como as coisas funcionavam na cidade, tive um choque cultural muito grande no início e a Sonia sempre me apoiou, eu converso com ela sobre o momento que estou passando e meu receio em ter filhos e perder minha identidade como mulher e ela me dá vários conselhos, ela quem disse que seria

uma boa ideia que eu procurasse ajuda de um terapeuta para lidar com esse momento da minha vida.”

Quando questionada por seu psicólogo, sobre seu ciclo social, Maria Helena relatou “Às vezes, sinto que a maioria das pessoas não conseguiria realmente compreender o que estou passando, especialmente por ter sido criada em uma cultura indígena. Por isso, tenho poucos amigos e evito compartilhar minhas preocupações com meus colegas, por medo de ser julgada ou mal compreendida. Quando era jovem sentia que era muito conectada com a minha comunidade, participava das cerimônias e tradições, mas hoje quando vou visitar não sinto mais como se fizesse parte de lá, quando estou lá sinto falta da minha casa, mas também não sinto que me encaixo completamente com a vida na cidade grande, não tenho a mente tão aberta e sinto falta da natureza e de fazer trabalhos manuais, queria ter mais amigos, mas ao mesmo tempo acho que as pessoas não me entendem então tenho muita dificuldade de me abrir e criar laços mais profundos. Estou meio que dividida entre dois mundos diferentes, mas não me encaixo totalmente em nenhum deles.”