

LOVE GAME: UMA FERRAMENTA LÚDICO-SISTÊMICA PARA A REESTRUTURAÇÃO DA COMUNICAÇÃO E O FORTALECIMENTO DO VÍNCULO CONJUGAL

Rafael Guilherme de Sousa Cabreira¹, Sofia Scheidemantel Jacobsen¹

¹Centro Universitário Avantis - Uniavan – SC, Brasil
e-mail: e-mail: rafael.cabreira@uniavan.edu.br

1. INTRODUÇÃO

As relações conjugais na contemporaneidade caracterizam-se por elevada complexidade, atravessadas por histórias individuais, padrões intergeracionais, mitos familiares e narrativas sociais sobre amor e família (ANGELO, 1989, apud ANDOLFI, 1989).

A escolha do parceiro não é apenas racional, mas também atravessada por repetições inconscientes que podem fortalecer vínculos ou cristalizar ciclos de conflito.

A Terapia Sistêmica oferece um enquadramento para compreender o casal. Conforme afirma Satir, “o casal se compõe de três partes, dois indivíduos e uma relação: eu, você, nós. Cada uma das partes deve ser observada, pois cada uma tem um significado na vida do casal” (SATIR, 1989, apud ANDOLFI, 1989). Essas partes estão em constante negociação de significados e padrões de interação. Esse enfoque desloca a atenção do conteúdo das brigas para a forma da interação, permitindo identificar ciclos repetitivos e compreender como ambos os parceiros co-construem a relação.

A Pragmática da Comunicação Humana, proposta pela Escola de Palo Alto, acrescenta que toda interação é comunicação, e que os conflitos não se limitam ao que é dito, mas emergem também do nível relacional, isto é, a metacomunicação. Ainda segundo Watzlawick, Beavin e Jackson (1967), toda comunicação envolve tanto um aspecto de conteúdo quanto um aspecto relacional, e é nesse nível relacional que emergem os padrões disfuncionais. Padrões disfuncionais, como a escalada simétrica (competição e disputa de poder) ou a complementaridade rígida (fixação em papéis de dominância e submissão), decorrem da dificuldade do casal em dialogar sobre a própria relação (WATZLAWICK; BEAVIN; JACKSON, 1967).

A Gestalt-Terapia, por sua vez, enfatiza o aqui-agora, o contato e a awareness. Como

explica Cataldo (2013, p. 250), “a awareness é a tomada de consciência da situação presente, na fronteira de contato, possibilitando ajustamentos criativos”. Nessa perspectiva, o vínculo conjugal não se restringe ao discurso sobre a relação, mas se atualiza continuamente na experiência vivida na fronteira de contato entre os parceiros. Ao integrar esses os referenciais das perspectivas Sistêmica, Pragmática e GestaltTerapia, o Love Game foi desenvolvido como ferramenta lúdico-terapêutica capaz de promover consciência relacional, reestruturar a comunicação e fortalecer vínculos conjugais.

2. METODOLOGIA

O presente trabalho adota como delineamento a elaboração e descrição de um recurso lúdico-terapêutico fundamentado em referenciais teóricos da Terapia Sistêmica, da Pragmática da Comunicação Humana e da Gestalt-Terapia. O processo metodológico compreendeu três etapas: (a) integração teórica, (b) desenvolvimento da estrutura do jogo e (c) definição das diretrizes de aplicação.

Na primeira etapa, procedeu-se à revisão dos principais conceitos da Terapia Sistêmica (circularidade, co-construção relacional e eixo “eu–você–nós”), da Pragmática da Comunicação Humana (axiomas da comunicação, metacomunicação e pontuação da sequência dos fatos) e da Gestalt-Terapia (awareness, contato, campo e aqui-agora). Essa fundamentação orientou a concepção da ferramenta, permitindo que elementos teóricos fossem traduzidos em práticas experienciadas pelos casais.

Na segunda etapa, foi desenvolvido o Love Game, composto por um tabuleiro, dois peões, um dado e quatro baralhos temáticos. Cada baralho foi estruturado de modo a operacionalizar conceitos específicos:

Deck Aquecer o Coração: voltado à expressão de afeto e lembranças positivas. Do ponto de vista sistêmico, reforça a coesão do casal e o fortalecimento do eixo “nós”. Sob a ótica da Gestalt-Terapia, amplia a awareness e favorece experiências de contato pleno no aqui-agora, fortalecendo o campo relacional.

Deck Conversa Difícil ou Consequência: propõe o enfrentamento de temas delicados de forma estruturada. Na perspectiva sistêmica, possibilita a identificação de padrões disfuncionais, como escaladas simétricas e complementaridades rígidas. Na GestaltTerapia, cria condições para sustentar o contato no aqui-agora, ampliando a awareness acerca de emoções evitadas e ajustes criativos no campo relacional.

Deck Pausa Simbólica: destinado à metacomunicação. Na abordagem sistêmica, Gestalt-Terapia, interrompe automatismos relacionais e amplia a awareness na fronteira de contato, favorecendo novas possibilidades de diálogo. Deck Celebração: orientado à consolidação da identidade conjunta do casal. Pela Sistêmica, reforça narrativas positivas e rituais de continuidade. Pela Gestalt-Terapia, potencializa experiências de contato pleno e amplia a awareness de aspectos saudáveis da relação, fortalecendo o campo relacional

Ainda nessa etapa, foram definidos três modos de aplicação: (a) Tabuleiro – A Jornada do Nós, no qual o casal percorre um caminho simbólico de desafios e conquistas; (b) Cartas – Diálogo em Qualquer Lugar, em que os baralhos podem ser utilizados isoladamente em momentos cotidianos; e (c) Uso Clínico e Psicoeducativo, que permite ao terapeuta observar padrões relacionais em sessão individual ou em grupos de casais.

Na terceira etapa, foram estabelecidas as diretrizes de aplicação, denominadas “regras de ouro”: (a) a conexão é o objetivo central, (b) a escuta deve ser ativa, (c) a vulnerabilidade deve ser exercida com segurança, (d) a honestidade deve ser acompanhada de gentileza e (e) os limites individuais devem ser respeitados. Essas diretrizes funcionam como enquadramento ético, assegurando condições mínimas de proteção emocional aos participantes. Por fim, destaca-se que o Love Game atua diretamente sobre a pontuação das interações conjugais. Em vez de permanecerem, conforme apontado por WATZLAWICK, BEAVIN, JACKSON (1967), em uma lógica linear de acusação “Eu só grito porque você se fecha”, os parceiros são convidados a reconhecer a circularidade da dinâmica “Quanto mais eu grito, mais você se fecha, e quanto mais você se fecha, mais eu grito”. Tal movimento favorece a reorganização dos padrões de comunicação e a instauração de um espaço de corresponsabilidade.

3. RESULTADOS E/OU DISCUSSÃO

O processo metodológico descrito resultou na elaboração do Love Game, um recurso lúdico-terapêutico que operacionaliza referenciais teóricos da Terapia Sistêmica, da Pragmática da Comunicação Humana e da Gestalt-Terapia em práticas acessíveis ao contexto conjugal.

Do ponto de vista estrutural, o produto final apresenta quatro baralhos temáticos, um tabuleiro, dois peões e um dado, compondo um sistema de interação que pode ser aplicado em diferentes contextos (clínico, psicoeducativo ou cotidiano). Cada baralho contempla dimensões específicas da experiência conjugal, de modo a articular aspectos afetivos,

reflexivos e experienciais. No plano afetivo, os baralhos Aquecer o Coração e Celebração favorecem a valorização do vínculo e a legitimação de narrativas positivas, funcionando como dispositivos de reforço da coesão conjugal e de consolidação do eixo “nós”.

No plano reflexivo, o baralho Conversa Difícil ou Consequência cria um ambiente estruturado para a abordagem de conteúdos sensíveis. Essa condição possibilita o reconhecimento e a negociação de padrões disfuncionais, frequentemente expressos em escaladas simétricas ou complementaridades rígidas, promovendo a flexibilização das interações.

No plano experiencial, o baralho Pausa Simbólica introduz momentos de suspensão dos automatismos comunicacionais, convidando os parceiros à metacomunicação (WATZLAWICK; BEAVIN; JACKSON, 1967). Esse procedimento possibilita que os sujeitos ampliem a awareness sobre os próprios modos de contato, sustentem a vivência no aqui-agora e desenvolvam recursos para reorganização da dinâmica interacional.

Ao integrar essas dimensões, o Love Game atua como um laboratório relacional, no qual os casais podem experimentar novas formas de interação, interromper padrões repetitivos e construir repertórios comunicacionais mais saudáveis.

Na perspectiva sistêmica, a ferramenta favorece a observação da circularidade e a reorganização de padrões de comunicação, permitindo ao casal deslocar-se da lógica linear de acusação para a lógica de corresponsabilidade. Sob a ótica da Pragmática da Comunicação Humana, o jogo operacionaliza a metacomunicação e atua diretamente na pontuação da sequência dos fatos, possibilitando maior clareza sobre os modos de interação (WATZLAWICK; BEAVIN; JACKSON, 1967). À luz da Gestalt-Terapia, o jogo sustenta experiências de contato pleno, amplia a awareness na fronteira da relação e potencializa o ajustamento criativo diante das demandas do campo conjugal (MELO; ALMEIDA, 2020).

A combinação desses referenciais distingue o Love Game de abordagens que se limitam à orientação verbal ou à reflexão cognitiva. Ao articular afetividade, reflexão e experiência em uma mesma proposta, a ferramenta configura-se como recurso inovador para a promoção da saúde relacional, aplicável tanto em contextos clínicos quanto psicoeducativos.

4. CONCLUSÕES

O presente trabalho apresentou o processo de desenvolvimento do Love Game, um recurso lúdico-terapêutico fundamentado nos referenciais da Terapia Sistêmica, da

Pragmática da Comunicação Humana e da Gestalt-Terapia. A ferramenta foi concebida com o objetivo de favorecer a ampliação da consciência relacional, a reestruturação da comunicação conjugal e o fortalecimento do vínculo entre parceiros.

Os resultados indicam que a integração dos diferentes referenciais teóricos viabiliza a construção de um instrumento que contempla simultaneamente dimensões afetivas, reflexivas e experienciais. Nesse sentido, o Love Game distingue-se por traduzir conceitos complexos em práticas acessíveis, promovendo situações de metacomunicação, interrupção de padrões disfuncionais e vivências de contato pleno no aqui-agora.

Do ponto de vista prático, a ferramenta apresenta aplicabilidade em distintos contextos: (a) clínico, como recurso auxiliar em processos terapêuticos com casais; (b) psicoeducativo, em grupos de casais voltados à normalização de desafios relacionais; e (c) cotidiano, como dispositivo de fortalecimento do vínculo em situações informais. Conclui-se que o Love Game configura-se como recurso inovador e potencialmente eficaz para a promoção da saúde relacional, não se restringindo à mediação de conflitos, mas ampliando possibilidades de contato, awareness e co-responsabilidade conjugal.

Recomendase, como continuidade, a realização de estudos empíricos que avaliem sua eficácia em diferentes populações e contextos de aplicação, de modo a consolidar sua validade científica e ampliar seu alcance como ferramenta de intervenção.

REFERÊNCIAS

- ANDOLFI, M. Crise de Casal e Família Trigeracional. In: ANDOLFI, M. *A Crise do Casal*. São Paulo: Summus, 1989.
- ANGELO, Cláudio. A escolha do parceiro. In: ANDOLFI, Maurizio (org.). *A crise do casal*. São Paulo: Summus, 1989. p. 45-57.
- CATALDO, U. H. P. Gestalt-terapia: fenomenologia na prática clínica. *Revista IGT na Rede*, v. 10, n. 18, p. 247-259, 2013
- CERVENY, C. M. de O. Família e Repetição. In: CERVENY, C. M. de O. *A Família como Modelo*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1994.
- JACOBSEN, S.; GOMES, A. S. *AULA Processos de casal Pós-graduação Avantis*.
- KROM, M. Modelos de casamento importantes para os mitos. In: KROM, M. *Família e Mitos: a perpetuação da família e a transmissão de seus mitos*. São Paulo: Summus, 1998.
- MELO, G. S.; ALMEIDA, L. M. Psicoterapia de abordagem gestáltica: um olhar reflexivo para o modelo terapêutico. *Revista IGT na Rede*, v. 17, n. 33, p. 117-137, 2020.
- SATIR, Virgínia. A mudança no casal. In: ANDOLFI, Maurizio (org.). *A crise do casal*. São Paulo: Summus, 1989. p. 27-39

SISTEMA DE JUSTIÇA & CIDADANIA. *Psicoterapia de Casal*. 2018.
WATZLAWICK, P.; BEAVIN, J. H.; JACKSON, D. D. *Pragmática da Comunicação Humana*. São Paulo: Cultrix, 1967.