

**“À mesa com a família”:  
Rituais familiares ao longo do ciclo de vida**

**Carla Crespo**

*Nota.* O presente capítulo é baseado na Tese de Doutorado da mesma autora, intitulada: Rituais familiares e o casal: Paisagens inter-sistémicas (2007). Os excertos de entrevistas são oriundos do estudo empírico qualitativo realizado no âmbito do mesmo trabalho; os nomes foram alterados para garantir a confidencialidade dos participantes.

*“ Querido Jorge*

*A Isabel casou com o Tirso no dia 21 de Outubro e eu tenho um convite para lhes mandar como lembrança. Eu pensava escrever antes do casamento e mandar nessa altura o convite. Mas como todos os dias me faltava tempo e como sabia que de qualquer maneira não poderias vir o convite era só um símbolo e os símbolos vivem fora do tempo como eu, fui-me atrasando como sempre. De qualquer maneira sabes que vocês estavam, como é natural, convidados e sabes quanta alegria nós teríamos se estivessem presentes. O casamento foi lindo na igreja da Senhora do Monte, ao fim da tarde e depois um cocktail em nossa casa, com um pôr do sol lindíssimo e as minhas três filhas todas lindas.”*

*Sophia de Mello Breyner, 26 de Novembro, 1971*

*In Sophia de Mello Breyner e Jorge de Sena: Correspondência  
1959-1978, 2006*

De que é feita a vida das famílias? De fragmentos do quotidiano, de encontros e despedidas diários, mensagens e telefonemas que inter cruzam contextos, de conversas à mesa de jantar. Mas não só. É também feita de momentos especiais, de momentos que marcam transições importantes como quando nasce um filho que também é neto ou se casa uma filha que também é irmã, tia e quase nora. Mas não só. É feita, ainda, de encontros mais ou menos anunciados quando o virar da folha do calendário indica que, em certo dia, aquela e muitas outras famílias se reúnem para celebrar o Natal, o Ano Novo, o dia da Mãe ou do Pai. Em cada família, o calendário inclui ainda datas especiais que só os seus membros conhecem, valorizam e celebram: o aniversário de cada um deles, o aniversário de casamento do casal ou o dia em que todos os irmãos e respectivas famílias se juntam na casa dos pais, vinhas da mesma casta voltando ao ramo original.

Todos estes momentos podem, dependendo do significado atribuído pelas famílias, pertencer ao universo dos *rituais familiares*. Que universo é este? Os rituais são actos simbólicos co-desenvolvidos pela família; estão imbuídos de significados construídos e percebidos pelos seus membros, promovendo a coesão, comunicação, reflexão e memórias partilhadas (adaptado de Pryor, 2006 e Roberts, 1988). Se, por um lado, enquanto conceito, é difícil definir rituais familiares, por outro, em termos práticos, é fácil identificá-los. De acordo com a proposta relativamente consensual de Wolin e Bennett (1984), existem três tipos de rituais que acontecem naturalmente nas famílias: celebrações familiares (rituais que assinalam o passar do calendário em celebrações anuais como, por exemplo, o Natal, e rituais ligados às transições familiares do ciclo de vida como casamentos, baptismos, funerais, etc.), tradições familiares (rituais únicos a

cada família como reuniões e encontros familiares, aniversários ou férias) e interações padrão (rituais que se inscrevem no quotidiano das famílias como a hora de jantar, a hora de deitar, entre outros).<sup>1</sup>

O tema dos rituais tem, nas últimas décadas, seduzido investigadores e terapeutas na área da família. Tal deve-se, em parte, a este tema estar intimamente ligado ao “tempo familiar”. Cada vez mais, nas coordenadas socioculturais e histórias presentes, este “tempo familiar” se vai tornando escasso. Por isso, é também mais valorizado e considerado um bem precioso e necessário. De facto, no mundo de ritmo acelerado que as famílias vivem actualmente, é significativo que continuem a “roubar tempo ao tempo” para estarem juntos em família e que levem a cabo actividades e eventos que envolvem preparação, investimento e empenho. Os rituais estão presentes em, pelo menos, três níveis ou “tempos familiares”. A um nível mais imediato e específico, os rituais organizam o “tempo quotidiano” da família. A um nível mais lato e extenso, o do “tempo do ciclo de vida”, os rituais anunciam e facilitam o movimento familiar no tempo através das transições familiares: as mudanças nos indivíduos e nas relações, sobretudo as mudanças mais significativas, requerem rituais de passagem. Por último, a um nível ainda mais abrangente, do “tempo inter-geracional”, os rituais familiares atravessam gerações e são pontes entre os tempos passado, presente e futuro (Imber-Black & Rogers, 1993; Fiese, 2006).

O objectivo deste capítulo é precisamente compreender a ligação entre os rituais familiares e o desenvolvimento da família ao longo do tempo. Apresenta-se, primeiro, uma introdução ao tema dos rituais familiares, na qual se procura responder a duas questões: “Por que é que os rituais familiares são importantes para as famílias?” e “Por que é que os rituais familiares são importantes para os profissionais que querem compreender as famílias?”. Depois, adoptando o ciclo de vida como conceito organizador, percorrem-se as diferentes etapas do ciclo de vida da família e, para cada uma delas, exploram-se que rituais preparam a transição para esta fase, qual a ligação entre os rituais e as tarefas desenvolvimentais da família e dos seus elementos individuais e quais os principais temas que a literatura e a investigação têm identificado. Por último, conclui-se com uma breve reflexão sobre as implicações práticas do conhecimento, no momento actual, sobre este tópico.

---

<sup>1</sup> Quando se fala em rituais familiares, há um conceito vizinho que não se pode ignorar, o conceito de *rotinas familiares*. As rotinas são interações que seguem um determinado padrão, se repetem ao longo do tempo e se reconhecem pela sua continuidade. Os rituais vão mais além ds rotinas, envolvem representações e crenças relativas à identidade familiar. Em suma, o que os distingue é que nos rituais há significados pessoais subjectivos e interiorizados associados às interações comportamentais que ocorrem na família (Fiese, Tomcho, Douglas, Josephs, Poltrock, & Baker, 2002). Rotinas e rituais entrecem-se no quotidiano das famílias e são ambos elementos importantes para o seu funcionamento. O alvo conceptual régio deste capítulo é o universo dos rituais familiares; referências às rotinas familiares são feitas pontualmente quando relevante.

## Rituais que as Famílias Constróem: Os Dois Lados da Questão

### ***Por que é que os rituais familiares são importantes para as famílias?***

As famílias são sistemas complexos que enfrentam diversos desafios: equilibrar necessidades diferentes de indivíduos com personalidades diferentes; gerir relações entre indivíduos que enfrentam tarefas específicas de fases do ciclo vital distintas; adaptar-se às transições do desenvolvimento familiar; gerir as duas heranças dos cônjuges combinadas de forma única em cada família; estabelecer relações com outros sistemas (como a escola, o ambiente de trabalho, a vizinhança, etc.) e rever a sua trajectória de acordo com *inputs* externos e internos. Uma das formas que as famílias têm de se organizar, adaptar e equilibrar estas múltiplas exigências é o estabelecimento de rotinas mais ou menos previsíveis e a criação de rituais significativos (Fiese, 2006a). Os rituais familiares são parte integrante da vida das famílias. Embora o termo “rituais” propriamente dito não faça parte do discurso familiar habitual, os rituais em si são matéria prima do dia-a-dia: é relativamente fácil para as pessoas identificarem eventos familiares significativos como refeições em que todos participam, um aniversário, a chegada à maioridade de um dos filhos ou outra celebração especial. Por exemplo, Fivush e colaboradores (2004, in Fiese & Pratt, 2004), num estudo com crianças, verificaram que 78% dos eventos positivos que estas lembravam estavam relacionados com férias de família e encontros festivos. Num outro estudo sobre “tempo em família”, as refeições, a hora de deitar e os tempos de lazer no fim-de-semana foram as actividades mais associadas com tempo em família por pais e crianças (Daly, 2001). Estes dados mostram que os rituais familiares não são indiferentes aos indivíduos e famílias, fazem parte do tecido da vida familiar quotidiana e estão impressos nas memórias individuais e colectiva dos membros da família.

Perguntas como “Como é o Natal lá em casa?” ou “Como se comemoram os aniversários em família?” são de resposta relativamente fácil e rápida para a maioria das pessoas. Os indivíduos têm uma representação do ritual familiar que foi sendo construída ao longo do tempo e que se confirma (ou desconfirma) em cada vivência do mesmo. As expectativas em torno de um evento baseiam-se sempre no que aconteceu no passado e é esperado que o seu desenrolar se repita em termos de acções e de relações com os outros. Como referem Moss & Moss (1988, p.657, trad.) “Cada um espera que o outro se comporte de uma forma que replique ou seja congruente com comportamentos passados. Reassegura-se que o outro é o mesmo quando faz as mesmas coisas, no mesmo sítio, com as mesmas pessoas”. O processo de repetição ao longo do tempo concede um sentido de segurança (Mead, 1973) e a memória idealizada dos eventos passados faz com que se reúnam esforços para que as coisas se continuem a fazer da mesma forma. Os rituais são “promessas de continuidade” (Moore e Myerhoff, 1977, p.17) mas, talvez promessas nunca totalmente cumpridas pois os rituais familiares combinam sempre regularidades

(partes fechadas) e surpresas (partes abertas) reflectindo o desenvolvimento da família e o dinamismo das redes de relações entre seus elementos (cf. van der Hart, 1983).

É este um dos motivos pelos quais os rituais familiares são, muitas vezes, palco de emoções e sentimentos contraditórios e ambivalentes (cf. Roberts, 1988). A confrontação do presente com o passado pode ser integrada de uma forma mais ou menos positiva de acordo com um elevado número de factores provenientes do indivíduo em relação com a família. Em determinados casos, a vivência dos rituais familiares na infância pode ter sido tão perturbadora ou indiferente que os indivíduos escolhem conscientemente modificar o modo como estes se vão organizar na família que eles próprios constroem. Outro motivo para a existência de emoções e sentimentos contraditórios reside nas expectativas comunitárias e sociais: no contexto da sociedade ocidental do momento, e mais especificamente nos meios urbanos, é esperado que se comemorem os aniversários, os aniversários de casamento, que no Natal a família esteja reunida, etc. Esta generalização de expectativas em torno destes rituais vividos em família (e mais ou menos alargados a outros elementos) faz com que a vivência dos mesmos seja sempre comparada com o “esperado”. O “esperado” é normalmente objecto de uma idealização colectiva e, como tal, difícil de atingir<sup>2</sup>. Neste sentido, os rituais são alvo de um grande investimento e por vezes, a avaliação que se faz da família e do papel dos pais (os principais “fazedores de rituais”) está muito ligada à avaliação subjectiva que se faz destes eventos.

Nos rituais familiares que marcam as transições do ciclo vital existem também sentimentos ambivalentes precisamente porque as transições trazem consigo perdas e ganhos; a esperança numa nova fase é sempre acompanhada do luto necessário da anterior. Num casamento, há a “perda” da filha ou do filho aliada à sensação de fecho de uma etapa da vida e há, por outro lado, a inclusão de um novo membro no núcleo familiar (nora ou genro); aliada à esperança de uma vida em comum para o casal, está o receio das dificuldades do percurso conjugal (Roberts, 1988). Numa finalização de curso, a alegria pelo atingir de um patamar que é bem sucedido existe lado a lado com o medo do desconhecido na etapa seguinte. Num funeral, há a dor pela perda do familiar e, simultaneamente, a união reforçada sentida pela família neste momento; ou subsistem sentimentos ambivalentes em relação ao familiar falecido e às transformações familiares que se configuram a partir desta perda na família-sistema. Os rituais familiares permitem conter a ambivalência inerente a estes pontos nodais de transição, proporcionando um contexto (mais ou menos) estruturado para a sua vivência.

---

<sup>2</sup> Aqui, é pertinente analisar a experiência do “lado de fora”, isto é, observar como as datas festivas associadas à família são vividas por aqueles que vivem em contextos diferentes do que é, normalmente, considerado família, como é o caso das crianças em instituições de acolhimento. Os Natais e os aniversários, bem como o dia da Mãe ou o dia do Pai são vividos com sentimentos de grande ambivalência. A comparação com as outras crianças, o assinalar (na escola, nos mass media, na comunidade que os envolve) de datas especiais acompanhadas de fórmulas de como devem ser vividas reaviva temas de vida recorrentes como a *ausência* e a *diferença*.

Em síntese, os rituais familiares são transversais à existência das famílias. Encontramo-los em diferentes camadas da vida familiar, desde uma refeição em conjunto até a um casamento, o primeiro, um momento mais privado e informal da vida familiar e o segundo, um evento mais estruturado e único em que a família se reúne com a comunidade mais lata para um propósito específico, marcar uma transição do ciclo de vida. Encontramo-los em diferentes famílias, desde aquelas que vivem os rituais de um modo mais investido até àquelas que os vivem com maior indiferença. Os rituais familiares não são um só (mais um) constructo académico abstracto mas, como referem Fiese et al. (2002), estão vivos e fazem realmente sentido para as famílias contemporâneas. A prova está em falar com as famílias sobre este tema resulta numa conversa natural e fluida cujo produto é um discurso elaborado e rico em histórias.

***Por que é que os rituais familiares são importantes para os investigadores, terapeutas e outros profissionais que procuram compreender as famílias?***

Imagine-se cientista social de outra galáxia se propõe observar as famílias do planeta. Numa primeira fase de observação, “à distância”, repara que há ocasiões especiais em que os membros da família se juntam, por vezes, incluindo outros elementos da família alargada ou da comunidade à sua volta; nestas ocasiões, há comidas especiais e, por vezes, troca de prendas; os elementos da família comportam-se de uma forma diferente do habitual, como se houvesse uma espécie de guião e todos soubessem qual o seu papel e o que vai acontecer na cena seguinte; em alguns casos, um dos elementos é o centro das atenções de todos; noutros, são determinados símbolos que constituem o foco do interesse familiar; embora isto, normalmente, aconteça em dias diferentes para cada família, há certos dias comuns a certos países e há mesmo algumas raras ocasiões em que todas as famílias do planeta se comportam de forma semelhante. Este é o plano das similaridades: há elementos comuns no modo como as famílias estabelecem rituais.

Numa segunda fase, o cientista extra-terrestre olha mais de perto e verifica, afinal, que as similaridades são aparentes: numa certa família, um aniversário de casamento é celebrado com muitos convidados, noutra, o casal planeia sair de casa para estar a sós nesta data especial; numa família, todos rezam antes do jantar, noutra, esperam uns pelos outros para iniciar a refeição e ainda noutra, cada um começa a jantar à medida que vai chegando e se dispõe a fazê-lo; nuns casamentos, atiram-se flores, às vezes arroz, noutros, fazem-se discursos e ainda noutros, partem-se os copos dos noivos. As conversas das famílias são também diferentes nestas ocasiões e cada uma parece ter o seu código próprio de interpretação: há frases, piadas e outras interacções que todos percebem na família mas que alguém de fora não pode compreender. Este é o plano das diferenças: cada família é única e os rituais que escolhe viver são “*actos criativos*” (Cheal, 1988, p. 642) que reflectem a sua história.

O cientista que reconhece estes dois “olhares” pode optar por estudar as regularidades dos rituais familiares ou a idiosincrasia que os tornam exclusivos de cada família. A investigação tem-

se centrado mais nas primeiras e a terapia, sobretudo, a terapia familiar, nas segundas, sendo que a produção de teoria nestes dois contextos reflecte, naturalmente, estas escolhas. Hoje em dia, esta diferenciação tende a esbater-se: os terapeutas familiares reflectem agora também sobre as regularidades e propõem padrões de análise e compreensão das famílias (Imber-Black, Roberts & Whiting, 1988) e os investigadores procuram, cada vez mais, comparar amostras diferentes e complementar a análise de dados quantitativos com análise de observações e narrativas, que permitem chegar “mais perto” de cada família (Fiese, 2006a).

A singularidade das famílias pode ser captada nos rituais familiares através dos símbolos inerentes às acções e ao discurso. O modo como os membros da família interagem entre si e se comportam durante os rituais familiares não se pode dissociar da história daquele grupo de pessoas que já vivenciaram outros momentos semelhantes. Relativamente às acções, alguns exemplos são: os lugares da mesa e a proximidade podem reflectir alianças e coligações; as funções atribuídas a cada um dos membros não são, normalmente, casuais; há também objectos simbólicos que são utilizados em determinadas ocasiões e que todos os participantes conhecem (o presépio velho e partido que tende a manter-se ao longo do tempo, um enfeite de Natal que todos os anos se coloca no cimo da árvore, os brincos da avó usados pela neta no dia do casamento, o prato típico preparado por cada família à sua “moda”, etc.). Nos rituais, a nível verbal, há um discurso denso (Nydegger & Mitteness, 1988) que, por oposição ao discurso trivial e vazio que é compreendido por toda a gente, é exclusivo dos “*insiders*” de um determinado grupo como é o caso da família. Ao longo das suas vidas em conjunto, os membros da família desenvolveram os seus atalhos simbólicos e, para além disso, certos termos do quotidiano foram adquirindo novos significados se colocados num determinado contexto, aspectos que tornam o discurso familiar altamente elaborado (Nydegger & Miteness, 1988). A prova deste enraizamento dos símbolos na família é a distinção entre membros e “*outsiders*” : os primeiros sabem o que realmente se está a passar a vários níveis, os segundos só acedem a uma parte da vivência dos rituais que consideram por vezes, estranhos, incompreensíveis ou até desadequados. Por isso, os rituais familiares podem funcionar como “janelas” ricas e acessíveis para a identidade da família e para o seu mundo privado (Wolin & Bennett, 1984). Nas palavras de Larissa (29 anos): “[os rituais] são o bilhete de identidade de todos nós, é o que somos, de onde vimos, o que fazemos, o que acreditamos, é aquilo que nós pensamos que é a maneira de passarmos aos nossos filhos. É por isso que eu acho tanta piada às tertúlias a seguir ao almoço, a gente aprende tanto, são histórias sempre interessantes.” Nos eventos rituais, responde-se (ainda que indirectamente) à questão fundamental: “Quem é que somos enquanto família?”

Há rituais familiares que envolvem participação de membros exteriores e da comunidade mais lata (por exemplo, a celebração de um casamento, a celebração religiosa da Páscoa ou do Natal, etc.) e esses permitem a interacção entre a família e o mundo à sua volta. A família revê e cria constantemente as suas relações com outros sistemas e integra estas experiências no seu

paradigma (cf. Reiss, 1981). Mas nesta relação com o exterior, a própria família revê e reconstrói a sua relação consigo própria, há transformações que ocorrem simultaneamente ao nível da identidade. Também, do mesmo modo, nos rituais familiares mais privados (por exemplo, a hora de jantar ou actividades especiais do fim de semana), em que só participa a família nuclear, entram em jogo estas duas dimensões: a família está virada para si própria e para a relação entre os seus membros (identidade) mas é nesse contexto que também se comentam histórias do mundo exterior, se integram algumas experiências que os seus membros tiveram fora da família e se ensaiam novas formas de relacionamento com outros sistemas (paradigma). Os rituais constituem (um dos) dispositivos sintéticos numa intersecção de dialécticas: a dialéctica paradigma/identidade cruza-se com a dialéctica estabilidade/ mudança. Aqui, reside, em parte, o seu valor heurístico no estudo das famílias.

Barbara Fiese, a autora que em conjunto com a sua equipa, se tem destacado na investigação sobre rituais familiares, sintetizou, assim, a importância do estudo das rotinas e rituais familiares (Fiese, 2006a; Fiese et al., 2002):

- *O estudo das rotinas e rituais familiares foca o processo familiar como um todo.* Um dos desafios do estudo das famílias tem sido encontrar formas de estudar a família como um todo, indo além do estudo das percepções individuais sobre a família ou das relações diádicas. Como sistema que é, a família não pode ser estudada através de inferências provenientes do estudo das suas partes pois há propriedades que emergem só no todo. O estudo dos rituais permite aceder aos significados da família como unidade colectiva, como sistema que se auto-regula e cria as suas regras e crenças partilhadas.

- *As rotinas e rituais estão alicerçadas na ecologia mais vasta da família* (Bronfenbrenner & Evans, 2000, in Fiese et al., 2002). É relativamente fácil reconhecer que existem variações culturais nas rotinas e rituais da família, não só entre países mas também entre comunidades. Dentro das próprias comunidades, há cada vez mais variações tendo em conta que a mobilidade geográfica e o crescente número de casamentos bi-culturais levou cada vez mais à construção de paisagens heterogéneas na cidade, no bairro ou até na mesma rua. Os rituais permitem compreender como é que a cultura interfere nos processos de regulação das famílias e como é que esta se posiciona na rede de sistemas mais vasta em que se insere,

- *As rotinas e rituais familiares realçam a intersecção entre factores individuais e familiares.* Numa óptica transaccional (Fiese, 2006a), é importante analisar dois processos complementares: em primeiro lugar, como é que o indivíduo percebe o seu lugar na família e como é que a vida familiar afecta a sua adaptação e ajustamento individual; em segundo, como é que família regula o seu funcionamento em resposta às características do indivíduo.

Até agora, foram referidas potencialidades do estudo dos rituais. Mas, tal como sugere o provérbio, “a prova final do pudim é o seu sabor”. Será que os rituais já deram provas da sua utilidade? Sabemos, actualmente que a terapia e a investigação têm usado esta ferramenta e



obtido resultados positivos. No setting clínico, os terapeutas têm recorrido aos rituais familiares como instrumentos de avaliação da família (ou das dinâmicas familiares de um dos seus membros em consulta individual) e também como instrumento de intervenção. Para além do trabalho realizado a partir dos rituais familiares que os indivíduos espontaneamente (re)criam, os terapeutas recorrem também à co-construção de rituais no espaço de consulta, os denominados rituais terapêuticos (Imber-Black et al., 1988). Há uma multiplicidade de objectivos que podem levar à elaboração destes rituais, sendo o assinalar de transições não normativas (divórcio, adopção, união de casais homossexuais, etc.) um dos mais significativos. A investigação, por seu lado, tem apurado associações positivas entre rituais familiares e resultados na saúde e bem-estar de indivíduos e famílias, dos quais se apresentam alguns exemplos. A nível do subsistema filial, os rituais familiares foram considerados factores protectores para as crianças de famílias com alcoolismo (Bennett, Wolin, Reiss & Teitlebaum, 1987) e associados a dimensões positivas da identidade (Fiese, 1992) e saúde mental de adolescentes (Compañ, Moreno, Ruiz & Pascual (2002) e menor grau de conflito familiar (Dubas e Gerris (2002). A nível do subsistema parental, o sucesso nas tarefas parentais de pais solteiros (Olson & Haynes, 1993). Por último, também vários estudos têm ligado os rituais à satisfação conjugal (Crespo, Davide, Costa & Fletcher, 2008; Fiese, Hooker, Kotary & Schwagler, 1993; Fiese & Tomcho, 2001), demonstrando a sua relevância para a subsistema conjugal.

Em síntese, os rituais são um dos mapas possíveis para conhecer e compreender a realidade das famílias. Este mapa por estar incompleto, convida novos exploradores a dar o seu contributo, nomeadamente, a clarificar como é que este conceito se pode continuar a transformar em ferramenta que faça a diferença para as famílias.

### **Rituais: Com a Família ao Longo do Tempo**

O tempo é o pano de fundo das transformações que ocorrem ao longo da vida da família. Os seres humanos partilham relógios biológicos ou expectativas sociais semelhante e a família evolui em etapas mais ou menos previsíveis de forma universal apesar das diferenças culturais. Existem pois, uma série de aspectos comuns que permitem que haja um “guião” do desenvolvimento das famílias ao longo do tempo. Esse guião é o ciclo de vida, conceito que se refere aos eventos nodais que estão ligados às entradas e saídas dos membros, assim como o nascimento e crescimento das crianças, a saída dos filhos de casa, a reforma e a morte (Duvall, 1957 in Falicov, 1988). Estes eventos nodais ou “marcadores” (Relvas, 1996) correspondem a momentos de transição entre os estádios de desenvolvimento da família; nestes momentos, há mudanças que exigem adaptações formais ou simbólicas na organização familiar (Falicov, 1988), muitas vezes assinaladas com rituais específicos. Os rituais acompanham as famílias nestes “passos de gigante”, permitindo a materialização no plano real de mudanças que são simultâneas e complexas. O ciclo de vida da família é, porém, um guião abstracto que retrata uma família

típica, nuclear e intacta que existe apenas no plano hipotético. Os guiões das famílias reais podem-se aproximar mais ou menos deste mas são, com certeza, distintos porque idiossincráticos e imprevisíveis. As famílias são infinitas (Keith & Whitaker, 1988) e as suas múltiplas formas escapam a qualquer categorização teórica. Por outro lado, embora se reconheçam momentos-chave no ciclo de vida, é importante lembrar que a família se desenvolve num processo ininterrupto, ainda que, por vezes, invisível. É, também nestes momentos, de pequenos passos insondáveis, que os rituais acompanham as famílias, organizando e dando sentido e significado ao seu quotidiano. Assim, iremos, em seguida, acompanhar a família ao longo do ciclo de vida e verificar como é que os rituais estão presentes neste percurso. Para além de olharmos a família como um todo, iremos também reflectir como é que os indivíduos, nas suas diferentes fases desenvolvimentais vivenciam os rituais familiares rituais, que papéis adoptam nestes eventos e funções estes cumprem a cada etapa. As cinco paragens da viagem, baseadas na proposta de Relvas (1966 posteriormente, revisitada por Alarcão (2000) são:

Primeira etapa – *Formação do casal*

Segunda etapa – *Família com filhos pequenos*

Terceira etapa – *Família com filhos na escola*

Quarta etapa – *Família com filhos adolescentes*

Quinta etapa – *Família com filhos adultos (ninho vazio)*

### **Primeira etapa: Formação do casal**

Quando é que dois indivíduos se tornam um casal? Relvas (1996, p.51) considera que “o casal surge quando dois indivíduos se comprometem numa relação que pretendem se prolongue no tempo”. O casamento enquanto formalização deste propósito pode acontecer ou não mas o essencial é o desejo de viverem juntos, a criação de uma nova família e de um modelo de relação próprio (cf. Relvas, 1996). De uma forma geral, o período inicial de uma relação de casal é um período de construção de planos e de sonhos, de projecção idealizada do futuro a partir da fusão e ilusão do momento presente (cf. Alarcão, 2000).

O jovem casal depara-se com uma série de tarefas desenvolvimentais, sendo a mais relevante a articulação entre individualidade e conjugalidade. Grande parte das mudanças decorre do facto de “viver com” (Singly, 2000). Os dois elementos do casal têm de negociar a vivência a dois, o que implica tomar uma série de decisões desde as mais simples relativas ao quotidiano (divisão de tarefas, gestão do tempo individual e do tempo comum) e às ocasiões especiais como férias, Natais, aniversários, etc. (o que fazer, onde, quem incluir, quem excluir e em que situações). Os significados associados a esta fase são normalmente “novidade”, “construção”, “início de vida”. Porém, este processo de formação do casal, para além dos ganhos, também implica perdas. Esta dualidade foi brilhantemente ilustrada pela metáfora dos elementos do casal como “ex-solteiros” (Lourenço & Henriques, 2000): assim se reconhece que os membros do casal

têm de renunciar a hábitos antigos, integrar o cônjuge em certas ocasiões que, anteriormente, viviam sozinhos e inclui-lo/a na maioria dos seus planos e projecções para o futuro.

Uma das questões mais importantes na articulação entre a individualidade e a conjugalidade é, sem dúvida, a relativa às heranças das famílias de origem. A referência a este tema é recorrente na literatura (Alarcão, 2000; Fiese, 2006a); Sampaio e Gameiro (1985, p.99) afirmam mesmo que “*o casamento é uma união de dois fantasmas, cada um com o seu cortejo de crenças atrás*”, crenças que têm a sua génese no processo de crescimento nas respectivas famílias. A díade conjugal estabelece laços com estas famílias de origem, quer através das relações de cada um, quer através da participação (em maior ou menor grau) no quotidiano da nova família e vice-versa (Sampaio & Gameiro, 1985). A gestão das influências das famílias de origem convida a pensar como é que um casal começa a sua vida ritual. É certo que cada nova família cria os seus próprios rituais e rotinas mas estes contêm frequentemente vestígios dos rituais e rotinas das gerações anteriores (Bennett, Wolin & McAvity, 1988).

O primeiro grande ritual do casal e que assinala a transição para o primeiro estágio da família é o casamento. Este é talvez o mais ritualizado de todos os eventos do ciclo vital da família (Fiese, 2006a); nesta ocasião, há papéis bem definidos (noiva, noivo, pais dos noivos, padrinhos, meninos das alianças, jovem solteira que recebe o “ramo” da noiva, etc.) e há uma estrutura mais ou menos formalizada como se todos soubessem o que esperar nos vários momentos da celebração. É também uma celebração rica em símbolos que assinalam a transição: a “mãe conduz o noivo” e o “pai entrega a noiva”, representando a transição das famílias de origem para uma nova família; o atirar de pétalas e de arroz aos noivos simbolizando desejos de felicidade e de fertilidade. Não só a vivência, como também a preparação deste evento implicam que o casal tome determinado tipo de decisões: quem é convidado, quem é excluído, onde se realizará a cerimónia e como, qual o peso da influência das respectivas famílias de origem nesta ocasião, etc. A forma idiossincrática como o casal organiza este evento é, desde logo, reveladora das posturas a adoptar no futuro como se fosse uma espécie de metáfora inicial que contém em si o germen do desenvolvimento da vida da nova família. Mais especificamente, em termos da vivência dos rituais, poder-se-á analisar se os noivos aceitam e continuam a realidade das suas famílias de origem (preparando o casamento semelhante aos dos pais, de acordo com as expectativas da família de origem), se a aceitam parcialmente (procurando dar um cunho próprio à celebração e afastando-se, em alguns aspectos do que seria esperado pelas respectivas famílias de origem) ou se intencionalmente a rejeitam (através da exclusão deliberada de alguns membros da família de origem e da realização de uma celebração totalmente diferente em que não se reconheça continuidade em relação às famílias de origem), como ilustra Maria, 28 anos:

“Foi um dia que marcou de facto a separação em relação às famílias de origem. Por um lado, é o que o casamento implica, mas mesmo a forma como decidimos organizar o casamento, houve manifestação de desacordo tanto dos meus pais como os pais do

Francisco e nós mantivemo-nos de alguma forma inflexíveis, eu penso que tem a ver, de uma forma inconsciente, se calhar, não sei, ok, isto é o nosso dia, a partir daqui é a nossa família, é assim que vamos decidir e é assim que queremos que seja. Dentro das nossas portas, entre aspas, é assim que vai ser, independentemente do que acharem. Eu acho que esse dia especificamente marcou isso.”

Independentemente de o casal optar ou não por uma cerimónia ritual que assinale a transição, o início de vida em comum impõe forçosamente decisões em relação aos rituais dos dois elementos do casal, agora juntos na nova família. Estas decisões envolvem, por um lado, escolher que eventos e momentos serão assinalados (estes poderão ser diferentes consoante as famílias) e, por outro, como é que isso será feito. Há também dois planos de decisão: o primeiro é relativo à dimensão mais nuclear da nova família, isto é, como é que os cônjuges irão organizar o seu quotidiano, que rituais e rotinas estabelecerão na nova fase de vida em comum; o segundo é relativo à dimensão mais alargada da nova família, ou seja, como é que os cônjuges irão articular e gerir as relações com as respectivas famílias de origem. Esta dimensão inclui resoluções como quando visitar e quando receber as famílias de origem de cada um, com quem passar o primeiro Natal e estabelecer (ou não) um critério para os Natais seguintes, que tipo de comemoração de aniversário realizar, entre outros. Sabemos que a relação com as famílias de origem vai muito mais para além dos rituais familiares. No entanto, consideramos que é nestas alturas que a matéria dessas relações se concretiza realmente e se traduz por decisões não adiáveis (não se podem adiar o Natal, os aniversários e outras celebrações deste género; a “não-decisão” é, neste plano, impossível); é também nestas ocasiões que o casal é compelido a gerir estas relações e a decidir sobre elas em conjunto. Retomando a proposta de Wamboldt e Wolin (1989), é importante que as expectativas que cada um dos elementos traz para a construção de uma nova família (sobre como esta deve ser ou não ser) não entrem em rota de colisão. Por exemplo, Lind (2008) numa investigação com casais biculturais em Portugal verificou que, entre outros, havia dois factores protectores da relação de casal: o investimento nos rituais familiares e o acordo dos cônjuges em relação aos mesmos.

É nesta fase de ancoragem da vida do casal que se identificam as principais zonas de conflito e que também se ensaiam formas de resolução do mesmo (Leonard & Roberts, 1988). Numa relação de intimidade, os elementos do casal não evitam, adiam ou negam os conflitos mas são capazes de os integrar, o que contribui para o crescimento individual e relacional (Costa, 2005). Um dos “temas quentes” (Fiese, 2006a) na vida dos recém-casados é a religião. O estudo de Fiese e Tomcho (2001) verificaram que casais que partilhavam ideias semelhantes sobre o significado e a importância de celebrações religiosas estavam, em média, mais satisfeitos na sua relação de casal. As duas citações seguintes ilustram esta questão, mostrando o contraste entre duas mulheres, uma, mais jovem que se debate com as questões religiosas em casal no início da

vida a dois e outra que reflecte a similaridade do casal enraizada ao longo de vários anos de casamento.

As festas religiosas são tão importante para mim e para a minha família que até nos habituarmos à ideia vai ser um momento de tensão para mim e para o enquanto casal, e para o Manuel, porque é assim: a esta distância, eu até consigo lidar bem com a situação, sei que ao chegar ao momento não vai ser fácil porque gostava que estivesse lá e que participasse com a minha família nessas situações. E depois porque toda a minha família participa nessas situações (...) eu sei que não lhe posso pedir isso mas há sempre os tios e os primos que perguntam, “vai chamar o Manuel”. Acho que vão ser momentos complicados e delicados. (...) Portanto, já nos chateámos por causa destas coisas, os nossos maiores problemas têm a ver com a religião. Mas vamos conseguir resolver, eu sei que é muito fácil, parte de mim, é aceitar e dizer às pessoas que me perguntarem por ele que ele não quis ir, pronto.

Carolina, 29 anos

Vamos sempre à missa juntos. Quando estou na igreja com ele, para mim, é uma gratidão. A nós, aproxima-nos. A gente vai sempre juntos, rezamos juntos, comungamos juntos, uma das coisas que o Martinho faz, um ritual, quando vamos comungar, ele vai sempre assim com as mãos em cima de mim e eu gosto muito. Um exemplo assim muito pequeno.

Elisa, 68 anos

Os recém-casados têm de negociar uma divisão de papéis e responsabilidades, construir, adoptar e reformular rituais familiares e de casal<sup>3</sup>, estabelecer ou redefinir laços familiares como indivíduos e como casal com as famílias de origem e com o grupo de pares de cada cônjuge e, ainda, aprender formas de manter e nutrir a sua relação em contínuo desenvolvimento (cf. Leonard & Roberts, 1998). Esta fase pode ser mais ou menos prolongada; geralmente, é a chegada do primeiro filho que impulsiona a grande mudança no contexto familiar.

### **Famílias com filhos pequenos**

---

<sup>3</sup> Os rituais de casal são, curiosamente, um tema ainda pouco estudado (cf. Bruess & Pearson, 1997 e Crespo, 2007, para duas excepções). Na investigação com casais portugueses, apurámos que os casais constróem, desde o período de namoro e ao longo do tempo, rituais de casal. São rituais de diferentes tipos (celebração de datas especiais, do quotidiano e ocasionais) e cumprem funções como a união e a partilha e expressão de afectos, entre outras. Rodrigo, 29 anos um dos participantes deste estudo, definiu estes rituais como “ganchos” que identificam o casal e “tiques” que traduzem a singularidade da sua relação.

As várias classificações do ciclo vital da família consideram que o nascimento do primeiro filho é o acontecimento-chave que propicia a transição para uma nova fase da família (cf. Relvas, 1996). Como nos relembra Alarcão (2000), é a partir deste momento que emergem dois novos sub-sistemas familiares (parental e filial); impõem-se reorganizações relacionais intra e inter-familiares e inter-sistémicas. Esta autora salienta também que, com o nascimento do primeiro filho, os casais sobem de geração, passando a experienciar o que anteriormente pertencia ao universo dos seus pais; estes, para além de vivenciarem uma nova etapa como pais (pais de filhos com filhos), também assumem um novo estatuto e papel enquanto avós. Este parece ser, de facto, um momento altamente mobilizador na família. Em muitos casos, o nascimento do filho, o seu antes (a experiência de gravidez) e o seu depois (os primeiros meses em que o bebé requerem mais cuidados) proporcionam um retorno dos elementos do casal às suas famílias de origem. As relações entre os vários elementos são revistas à luz de uma nova configuração da realidade. Partilham-se histórias familiares que, por um lado, reforçam os laços entre os vários elementos da família e, por outro, os preparam para os novos papéis. Como referem Keith e Whitaker (1988), a “pele emocional” das famílias torna-se mais sensível: a possibilidade de desenvolvimento da coesão e intimidade familiares vem acompanhada do risco de desilusões e mágoas mais fundas que podem conduzir a fracturas relacionais.

Para o casal, a articulação entre conjugalidade e parentalidade parece ser o desafio principal desta fase. Quando nasce o primeiro filho, as rotinas quotidianas da família alteram-se totalmente. Os pais têm de se adaptar às necessidades do bebé e criar rotinas ligadas à alimentação, ao banho, à hora de dormir, à mudança de fraldas (Fiese, 2006a). Pode ser necessário um tempo de adaptação mais ou menos prolongado até que se estabeleça uma ordem mais ou menos previsível do dia-a-dia familiar. Fiese e colaboradores (1993) compararam as rotinas e rituais de 115 famílias. Verificaram que nas famílias em que o filho mais velho era ainda pequeno, havia menor previsibilidade nas rotinas e menor afecto e simbolismo associado aos rituais familiares do que em famílias cujo filho mais velho se encontrava já em idade pré-escolar. Este dado é muito interessante pois evidencia diferenças significativas nas rotinas e nos rituais de famílias com filhos pequenos e com filhos em idade pré-escolar, idades bastante próximas. A vida ritual das famílias com filhos mais pequenos atravessa um período crítico: a enorme exigência dos primeiros anos da criança, a inexperiência dos elementos do casal enquanto pais e todas as mudanças associadas a este período de transição podem traduzir-se numa maior indisponibilidade para uma vivência significativa dos rituais. Consequentemente, os benefícios associados aos mesmos não acontecem tão intensamente nesta fase. Este estudo permitiu também verificar a associação entre significado dos rituais e satisfação conjugal. Embora esta associação fosse positiva para os dois grupos, havia uma diferença relacionada com o investimento nos rituais familiares. Para as famílias com baixo investimento nos rituais, as mulheres do grupo pré-escolar reportaram menor satisfação conjugal do que as mães do grupo dos bebés. Este dado

parece indicar que rituais familiares são especialmente importantes para a percepção da relação conjugal das mulheres após os primeiros anos de casamento. De acordo com Fiese et al. (1993), para um casal com um filho em idade pré-escolar, os rituais familiares podem oferecer uma oportunidade para a renovação de uma parceria que havia sido negligenciada durante o período intensivo de prestação de cuidados aos filhos mais pequenos. Dados das entrevistas com estes casais também contribuíram para ilustrar as diferenças entre os grupos das famílias da primeira infância e pré-escolar. Os primeiros, quando questionados em relação à sua vida ritual, descreviam frequentemente o assinalar do aniversário de casamento ou saídas a dois que organizavam sem a criança. Os segundos descreviam muito mais os rituais relacionados com os seus filhos como a organização de aniversários e saídas familiares em conjunto. São dados bastante interessantes do ponto de vista da relação entre rituais familiares e identidade familiar. Os autores (*ibidem*) constataram que os casais com filhos ainda bebés expressavam uma identidade mais ligada à sua relação como casal, enquanto os casais com filhos em idade pré-escolar expressavam uma identidade mais ligada às relações entre múltiplos membros da família, incluindo já as crianças. Com efeito, à medida que a criança cresce, vai-se tornando um elemento mais activo e interventivo na vida ritual da família. Como refere Fiese (2006a), as rotinas do contexto familiar, para além de serem importantes para o desenvolvimento saudável das crianças e complementarmente do sentido de competência dos pais, podem evoluir para rituais familiares com importantes significados para os membros da família.

Em conclusão, é nesta fase, com o nascimento do primeiro filho, que os casais iniciam a sua jornada adulta de “ritualizadores” no sentido proposto por Erikson (1977), ou seja, enquanto responsáveis pelo conteúdo e forma dos rituais que decidem integrar nas vivências da geração seguinte. E as crianças? As crianças vivem os rituais de forma diferente consoante a fase de desenvolvimento em que se encontram. Inicialmente, os rituais são apreendidos de uma forma automática com ênfase nos comportamentos (da criança e dos outros) sua repetição. Progressivamente, a estes elementos vai-se aliando a compreensão dos significados e símbolos que é cada vez mais complexa. Aos poucos, os rituais começam a cumprir, junto dos elementos mais novos da família, as suas funções de motores do sentido de pertença e agentes de socialização, fornecendo-lhes pistas sobre como se comportar e, inclusivamente, sentir em determinadas situações (Fiese, 2006b). Um estudo inovador de Peleg-Popko e Dar (2003) examinou os rituais criados por crianças judias em idade pré-escolar e apurou que estes as ajudavam a gerar um sentido de controlo e a regular as suas emoções. Estas competências vão sendo cada vez mais importantes, preparando a criança para o início da sua aventura nos contextos exteriores à família, como é o caso da entrada para a escola.

## **Família com filhos na escola**

A entrada do primeiro filho na escola significa o encontro de dois sistemas: a família e a escola (Alarcão, 2000). Este é um importante momento do processo centrífugo da família já iniciado aquando do nascimento dos filhos (Alarcão, 2000): a família abre-se ao mundo exterior, visita novos espaços, estabelece novas relações e também se expõe ao *feedback* dos elementos do sistema escolar, nomeadamente, dos professores. De uma forma mais ou menos implícita, a entrada dos filhos na escola é um “teste” à família, à sua capacidade enquanto contexto socializador primário.

Esta macro-mudança gera uma série de micro-mudanças ao nível do contexto familiar: é necessário renegociar horários, tarefas parentais (ajuda nos trabalhos de casa, levar e trazer a criança da escola, decidir quem é o encarregado de educação, etc.), considerar novas despesas no orçamento familiar, entre outros. O quotidiano familiar altera-se novamente. Algumas das rotinas e rituais característicos das fases anteriores têm de ser repensados e outros são criados de acordo com a nova organização do tempo familiar. A importância da vida ritual das famílias para o desenvolvimento das crianças começa cada vez mais a ganhar reconhecimento. Num estudo longitudinal, Fiese (2000, in Fiese 2006a) verificou que a existência de rotinas no quotidiano das crianças, quando estas tinham 4 anos, predizia o seu sucesso académico avaliado aos 9 anos de idade. Esta autora (2002, in Fiese 2006a) também verificou a questão da estabilidade das rotinas e rituais ao longo do tempo e a sua relação com o sucesso académico das crianças. Nas famílias que mantiveram altos níveis de investimento nos rituais familiares e que valorizaram o seu significado afectivo ao longo dos cinco anos do estudo, encontravam-se as crianças com resultados mais elevados em provas de realização académicas. Pelo contrário, nas famílias que sempre apresentaram baixos níveis de investimento nos rituais ao longo do tempo encontravam-se as crianças com os resultados mais baixos nas mesmas provas. Outro grupo de famílias apresentava um decréscimo do investimento nos rituais ao longo do mesmo período de tempo: as crianças destas famílias apresentavam resultados intermédios.

Também a literacia tem sido estudada sob o ponto de vista dos rituais: alturas como a hora de jantar na família são consideradas excelentes oportunidades para tarefas ligadas ao ensino da linguagem; a criação de rituais familiares em torno da leitura (por exemplo, leitura conjunta entre pais e filhos) tem sido associada, de forma positiva, com o desenvolvimento da linguagem e o sucesso escolar. Em suma, as rotinas e rituais familiares estabelecidos no contexto familiar parecem ser facilitadores da adaptação da criança à escola, quer em termos da sua realização escolar, quer em termos da sua integração relacional, dois aspectos distintos mas intimamente ligados. O facto de a própria escola ser um contexto com rotinas (e, potencialmente, rituais) específicas permite compreender como é que uma criança que interiorizou o sentido do tempo “organizado” na família, possa facilmente transferir essa capacidade para este novo contexto. Os pais são, sem dúvida, os responsáveis pela organização da vida ritual da família, não se podendo, no entanto, negar o papel activo da criança (que, aos poucos, negoceia a hora de dormir, declara



as suas preferências ao jantar, recorda e “reclama” hábitos passados) e a natureza transaccional das relações familiares (Fiese, 2006a). O papel activo das crianças nos rituais familiares, embora reconhecido, está ainda pouco estudado e constitui um dos desafios da investigação nesta área.

### **Famílias com filhos adolescentes**

Ao contrário das outras etapas do ciclo de vida, não parece haver um momento-chave que defina o início desta fase. O casamento, o nascimento dos filhos, o primeiro dia de escola são momentos específicos que são assinalados, na maioria das famílias, por rituais mais ou menos formalizados como a celebração do casamento, o dia da chegada do bebé a casa e, eventualmente, o baptizado, e um reconhecimento familiar da entrada da criança na escola (este, mesmo que não seja acompanhado de uma celebração, implica sempre todo um processo de preparação e de especial atenção por parte dos pais). Os rituais que marcam a transição da infância para a adolescência são, tomando como referência o contexto português mais geral, ou “coisa do passado” ou eventos associados a segmentos específicos da sociedade ou a outras culturas (o baile de debutantes, o *bar mitzvah* na religião judaica ou os ritos de iniciação). Neste caso a ausência de um marco específico aliada à ausência de rituais próprios faz com que o início desta fase seja diluído no tempo e reconhecido de forma diferente de família para família.

Alarcão (2000) refere que esta poderá ser considerada a fase mais longa e difícil do ciclo de vida pois é necessário um equilíbrio entre as exigências da família como um todo e as necessidades de cada um dos seus membros individuais. De acordo com Relvas (1996), é nesta fase que as funções primordiais da família, a socialização e a individuação dos seus elementos, atingem o seu zénite. Os adolescentes, progressivamente, são preparados para se autonomizarem e assumirem os seus diferentes papéis adultos. Continuando o processo já iniciado aquando da entrada dos filhos na escola, também o bom desenrolar desta fase é encarado como um teste à capacidade familiar para educar e formar os seus elementos; os pais são, muitas vezes, postos em “cheque” e responsabilizados pelo sucesso ou insucesso (avaliado por expectativas sociais do que é suposto realizar, conseguir e demonstrar exteriormente) dos seus filhos adolescentes. A adolescência, um tema de debate aceso e contínuo na nossa sociedade, é alvo de discursos muitas vezes paradoxais. Os pais ora são culpabilizados por não terem tempo para os seus filhos, ora o são por serem demasiado rígidos e controladores. Os adolescentes ora são catalogados de “difíceis”, “conflituosos” ou de “imaturos” e “irresponsáveis”. Ao contrário da idealização característica das primeiras fases do ciclo de vida, nesta fase há uma sobrecarga de expectativas negativas que também não parece facilitar a vivência de adolescentes e das suas famílias.

Uma das tarefas familiares desta fase parece ser a gestão do equilíbrio entre autonomia e integração familiar do adolescente. Torna-se necessário definir, reflectir e negociar os movimentos de saída do adolescente; este, ao conquistar novos territórios (desenvolvimento de amizades,

prática de desporto e de outras actividades, crescentes exigências da escola), divide-se entre vários espaços e tempos que se subtraem ao tempo familiar. Uma questão importante para os pais, nesta fase, é saber como gerir a participação dos filhos nos rituais familiares. Contrariamente à ideia que os adolescentes não passam ou não precisam de muito tempo com a família, há dados da investigação que encontraram uma ligação positiva entre o tempo passado com a família e ajustamento psicológico dos adolescentes (cf. Fiese, 2006a). Por exemplo, Eisenberg, Olson, Neumark-Sztaine, Story e Bearinger (2004) verificaram que havia uma associação positiva entre a frequência de refeições familiares e menor consumo de cigarros, álcool e marijuana em 4 746 adolescentes nos E.U.A. Fulkerson et al. (2006), também num estudo norte-americano de larga escala encontraram associações positivas entre frequência de jantares familiares e desenvolvimento positivo dos adolescentes (incluindo menos comportamentos de risco de consumo de substâncias, problemas alimentares, problemas escolares, entre outros) As refeições em família são oportunidades simultâneas de regulação emocional (Fiese, 2006b) e supervisão parental. Quando à mesa de jantar se pergunta: “Como é que correu a escola hoje? Não estás a comer bem, o que almoçaste? Não almoçaste, porquê? O que se passa?”, criam-se oportunidades de diálogo, de “pôr em dia” o que aconteceu na vida de cada um, neste caso, do adolescente nos contextos exteriores à família. O adolescente que, por exemplo, chega atrasado a casa para jantar (pressupondo que há uma hora para jantar e que se espera que todos estejam presentes) sabe que deve avisar ou explicar o porquê, o que promove responsabilização e, conseqüentemente, autonomia.

Um outro estudo estudo (Compañ, Moreno, Ruiz e Pascual, 2002) comparou adolescentes espanhóis que tinham sido referenciados para serviços de saúde mental com um grupo de controlo e verificou que os primeiros reportaram partilhar menos refeições e celebrações familiares com os seus pais. Fiese (1992), nos E.U.A. apurou que quando os adolescentes e os seus pais partilhavam visões semelhantes sobre a importância do significado associado aos rituais familiares, os adolescentes apresentavam um sentido do *self* mais forte e menores níveis de ansiedade. Estes e outros estudos levam Fiese (2006a) a considerar que embora o tempo que os adolescentes dedicam a rotinas e rituais familiares possa diminuir à medida que crescem, o significado simbólico e afectivo em relação aos mesmos pode continuar. Com efeito, é desejável que assim seja: a partilha de significados com o grupo familiar e o sentido de pertença ao mesmo são aspectos essenciais para o desenvolvimento psicológico do adolescente (Fiese, 2006a). Um estudo sobre o bem-estar e sentido de pertença de 1774 adolescentes da Nova Zelândia entre os 10 e os 15 anos (Youth Connectedness Project) apurou que quando questionados sobre o que mais queriam/precisavam, 26.5% desejavam passar mais tempo em família. Noah, um participante de 15 anos, escreveu que no que gostaria que mudasse na sua família era: “Fazer mais coisas juntos. Todos estarem em casa mais vezes. Trabalharmos juntos como uma família. Fazer coisas pelos outros e pela comunidade enquanto família. Ir comer fora mais vezes. Ir de

férias juntos mais vezes.” (trad.). Este estudo verificou ainda que quando as famílias destes adolescentes investiam mais em rituais familiares (avaliados pelos pais ou principais cuidadores), os adolescentes avaliavam a família de modo mais positivo, reportando maior coesão e menor conflito familiares.

Por seu lado, os pais das famílias de adolescentes são, normalmente, ritualizadores activos. Pode acontecer também que, em algum momento desta fase, sejam chamados a ter um papel ainda importante devido ao envelhecimento da geração anterior: o papel de guardiães dos rituais familiares (Leach & Braithwaite, 1996) verificaram que estas pessoas (na sua maioria mulheres) se encontravam entre os 40 e os 59 anos de idade. Para algumas pessoas, a passagem do testemunho pode acontecer já nesta fase, assumindo o papel de guardiães, mais responsáveis por gerir os eventos e as relações familiares. Esta passagem pode ser vivenciada como uma escolha, como uma obrigação ou como resultado da perda de um progenitor de um dos cônjuges; as razões subjacentes a esta passagem e o modo como é experienciada indicarão se será ou não uma fonte de *stress* individual e familiar. Centremo-nos de novo nas refeições familiares, esses momentos que simbolizam afectos e dedicação entre os membros da família e envolvem tradições que são passadas de geração em geração, de forma directa (mãe para filha) ou cruzada (sogra para nora). As famílias de hoje em dia são compostas por pessoas cada vez mais ocupadas e nem sempre há tempo suficiente para preparar refeições. Num estudo de Moio (2004) o facto de não conseguirem preparar uma “refeição como deve ser” causava frustração a um grupo de mães. Clair, Hocking, Bunrayong, Vittayakorn e Rattakorn (2005) analisaram o papel das mães nas refeições de Natal na Nova Zelândia e verificaram como é que a sua identidade se construía também em torno do seu papel na preparação e organização destas refeições especiais. Também neste estudo se verificou que estes eventos são, por vezes, vividos sob o signo da ambivalência: enquanto algumas participantes temiam a chegada do Natal devido às expectativas que todos tinham em relação à sua prestação e ao trabalho que iria envolver, a maioria apreciava esse papel.

O facto de os guardiães dos rituais familiares serem, na sua maioria, guardiãs, remete-nos para as questões de género. Será que os rituais são, afinal um conceito feminino? Num estudo com casais portugueses, Crespo et al. (2008) verificaram que, para as mulheres, quanto maior a sua percepção de investimento nos rituais, maior era a sua satisfação na relação de casal. Curiosamente, quando os maridos reportavam maior investimento nos rituais, as mulheres sentiam-se menos satisfeitas em termos relacionais. Entrevistas subsequentes clarificaram o que parecia um resultado paradoxal: embora as mulheres apreciem ajuda nas tarefas domésticas (e os casais mais novos reflectam isso no dia-a-dia praticando uma divisão mais equitativa das tarefas domésticas), mulheres nos primeiros anos de casamento e mulheres com mais de 20 anos de casamento foram unânimes em reconhecer que preferiam ter o papel principal no que toca aos rituais familiares. Por um lado, a tradição que emana desses rituais assim o pedia e, por outro, o

reconhecimento, a valorização e até o poder que esse papel trazia eram os motivos que as mulheres participantes apresentavam para o querer manter.

Quanto aos adolescentes, estes começam a delinear que tipo de ritualizadores serão no futuro. Friedman e Weissbrod (2004) apuraram que o modo como o adolescente observava os rituais no pai (no caso dos rapazes) ou na mãe, no caso das raparigas predizia o seu desejo de quererem eles próprios iniciarem (ou não) rituais no futuro.

### **Famílias com filhos adultos**

Esta é talvez a etapa mais longa do ciclo de vida familiar e, provavelmente, a mais heterogénea também. De acordo com Alarcão (2000) e Relvas (1996), vários autores definiram mais que um estágio para esta fase. De facto, esta pode envolver momentos tão díspares como a saída de casa dos filhos, a entrada em casa da geração dos pais, por vezes o regresso a casa dos filhos que já tinham partido (devido a divórcio, dificuldades económicas, etc.), a adopção do papel de avós, entre outros. Posteriormente, esta fase engloba ainda o envelhecimento dos elementos do casal que, por sua vez, podem ser acolhidos na casa dos filhos ou em instituições. Como refere Relvas (1996), há uma explosão de entradas e saídas do sistema que tornam este período bastante movimentado em termos da estrutura familiar. As principais tarefas da família e, mais concretamente, da geração que temos vindo a acompanhar desde a formação do casal, são: criar as condições óptimas para a saída dos filhos de casa, renegociar a relação de casal e aprender a gerir o processo de envelhecimento em relação aos pais e a si próprios (Relvas 1996).

Esta fase é, também, uma oportunidade para o casal se reencontrar e reinvestir na sua relação. A chegada a esta nova fase transporta todo o percurso feito ao longo do tempo por cada casal especificamente e a forma como lida com as tarefas presentes está muito relacionada com o modo como foi lidando com todas as outras. É nesta altura da vida do casal que muitas vezes acontece um ritual muito próprio, a renovação dos votos conjugais. A partir dos 25 anos de casamento, é frequente existir uma ocasião de celebração do casamento que adquire especial importância e pode ou não incluir a renovação dos votos. Num estudo norte-americano, Braithwaite e Baxter (1995) consideraram a renovação dos votos como um fenómeno ritual emergente. Verificaram que a maioria dos casais que o realizava, fazia-o numa lógica de *manutenção* da relação e não de *reparação*, ou seja, seriam, principalmente os casais mais satisfeitos que iniciavam este tipo de ritual. Estas autoras verificaram que a cerimónia era tanto mais significativa quanto era permitido ao casal revelar a sua idiossincrasia, isto é, preparar a cerimónia “à sua maneira” e incluir objectos-símbolo como anéis, fotografias, decorações que constituíam laços temporais entre o passado e o momento presente. É extremamente revelador o facto deste tipo de ritual acontecer na geração dos casais mais velhos: assinala o regresso do casal à companhia um do outro, revisitando os momentos iniciais de conhecimento mútuo e reforçando publicamente aquele que tinha sido o reconhecimento público e social da sua relação.

Nas palavras de Anita, 63 anos: *“Quando fizemos 25 anos de casados fizemos uma festa muito bonita, dando muito valor ao aspecto religioso e a nossa mensagem que distribuimos a todos foi esta: temos tanta coisa que vale a pena eternizar.”*

Em termos dos rituais familiares, os adultos desta fase são peças essenciais para a transmissão de rituais ao longo das várias gerações familiares. É precisamente o que Erikson (1977) denominou de generatividade em relação aos rituais, a passagem destes para os membros mais novos da família que, assim, asseguram a continuidade temporal deste grupo. De acordo com Fiese (2006a), o nascimento dos netos pode reactivar o papel dos elementos do casal enquanto ritualizadores, introduzindo na família rituais que eles próprios criaram durante os anos de crescimento dos filhos. À medida que se desenvolve o processo de envelhecimento, pode haver um decréscimo da actividade em termos de ritual; embora continuando a ser membros de referência na estrutura familiar, é frequente deixarem de ser líderes e passarem esta função, de forma mais ou menos implícita, para os membros da geração seguinte. Como refere Fiese (2006a), sabe-se ainda muito pouco sobre os significados e vivências dos rituais na geração mais velha.

### **Conclusão**

Chegados ao fim da expedição pelos rituais ao longo ciclo de vida da família, é, agora, o momento de síntese e reflexão que nos transporte quer para o mundo real, quer para futuros contextos de reflexão.

No geral, como parece fácil adivinhar, a investigação mostra que famílias que fazem esforços por se reunir à hora de jantar, por passar férias em conjunto, por se reunirem em ocasiões especiais, etc., são famílias coesas, que apoiam se valorizam enquanto grupo e a cada um dos seus membros. Ou seja, os rituais familiares são sinónimo de bem-estar familiar, como se fossem uma manifestação, na prática, de um pré-existente bom funcionamento da família. Porém, a investigação sobre os rituais tem permitido ir mais longe e analisar como é que os rituais fomentam a coesão, a força e o sentido de pertença das famílias. Assim, sabe-se, hoje, que a rota de influências, coerente com a visão sistémica da família, é bidireccional: famílias que são mais coesas e satisfeitas investem mais nos seus rituais familiares e famílias que promovem rituais singificativos tornam-se também mais coesas e satisfeitas. Mas não só. Não só os rituais apresentam um efeito positivo a nível da família enquanto um todo, como também o fazem a nível individual . Os seus elementos da família, em diferentes idades e fases de desenvolvimento também beneficiam desta dimensão da vida familiar, como é o caso das crianças e dos adolescentes. À primeira vista, poderia parecer que, para as crianças, que ainda não “percebem” ou têm um papel activo nos eventos familiares especiais, os rituais não seriam tão importantes ou que teriam só impacto no que toca à coesão familiar. Mas, verifica-se que os benefícios dos rituais para as crianças ultrapassam as fronteiras da família: crianças em famílias onde há maior

investimento nos rituais obtêm melhores resultados escolares e adaptam-se melhor ao contexto global da escola. Também à primeira vista se poderia pensar, fazendo eco das ideias mais comuns sobre a adolescência, que os adolescentes “fogem” do tempo em família, tentando participar cada vez menos nos rituais familiares, quer os da família nuclear, quer os da família alargada. Mas verifica-se que, de facto, também os adolescentes beneficiam do investimento da família nestes eventos especiais. Os rituais familiares contribuem para a construção da sua identidade, para a sua adaptação à escola, e para o seu bem-estar psicológico em geral. Naturalmente os rituais têm de se adaptar ao crescimento da família e dos seus membros e ganhar novos contornos de acordo com a fase desenvolvimental que todos atravessam a cada passo. Mas esta adaptação é requerida principalmente ao nível da forma e não do conteúdo. É no conteúdo que reside o significado, o componente principal dos rituais familiares que todos, inclusive o adolescente, desejam que permaneça no tempo. Assim, a adolescência não implica exclusão ou extinção dos rituais; os próprios adolescentes e quando questionados, reivindicam a estabilidade de símbolos e de significados no grupo familiar. Tal como famílias mais coesas e felizes organizam rituais mais significativos, também indivíduos mais seguros em termos relacionais, com experiências mais positivas nas suas famílias de origem são mais capazes de gerir bem o papel de ritualizadores na sua própria família.

Em conclusão, há duas ideias chave que importa conjugar. A primeira é que os rituais são relevantes para as famílias como um todo e para os seus elementos a nível individual. A segunda é que os rituais são um conceito prático que “vive” no plano real das famílias. Nesta conjugação reside o potencial de generatividade deste conceito. Os rituais familiares são relevantes para a intervenção com famílias a vários níveis. Primeiro, embora as famílias adivinhem a sua importância e persistam na elaboração dos seus rituais, é importante divulgar o que a investigação apurou sobre a importância destes eventos. Os mass media podem ter uma função relevante neste processo, que permitirá reforçar o que intuitivamente as famílias já sabem; se estes momentos familiares forem cada vez mais valorizados, menos facilmente as famílias “sacrificarão” horas de jantar, férias em conjunto, actividades de fim de semana especiais à generalizada falta de tempo. Ao nível mais abrangente dos outros contextos de vida, também é importante que se criem condições para que as famílias continuem a investir nos seus rituais, o que no mundo que segue a ritmo “fast forward” pode ser um desafio. Por exemplo, é necessário que os adolescentes tenham tempo para jantar, para reunir com a família em eventos especiais e que as tarefas escolares e extra-curriculares permitam essa disponibilidade. Em termos laborais, é importante que exista flexibilidade para que os indivíduos e, especialmente, os pais possam conjugar as suas actividades com tempos familiares. Ao nível social mais abrangente, é necessário continuar a investir em legislação que apoie as famílias, quer em termos gerais, quer em aspectos mais específicos como é o caso da cultura de origem. Numa sociedade cada vez mais colorida em termos culturais, deve haver espaço para que as famílias possam continuar as tradições que

fazem parte da sua história e que querem preservar no tempo. Por último, a referência à intervenção convida a uma nota de reflexão. Há tantas configurações de rituais familiares como há famílias: tentar interferir e/ou normalizar o que as famílias decidem fazer nestes eventos (assim como quando e com que frequência) seria tão ingénuo e prejudicial como ignorar a sua importância. Fomentar, promover e criar condições são as palavras essenciais: as famílias, à sua maneira, farão o resto.

## Referências Bibliográficas

- Alarcão, M. (2000). *(Des) Equilíbrios familiares: Uma visão sistémica*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Bennett, L. A., Wolin, S. & McAvity, K. J. (1988). Family identity, ritual and myth: A cultural perspective on life cycle transitions. In Falicov, C. (Ed.), *Family transitions: Continuity and change over the life cycle* (pp.211-234). New York: The Guilford Press.
- Bennett, L. A., Wolin, S. J., Reiss, D., & Teitlebaum, M. A. (1987). Couples at risk for transmission of alcoholism: Protective influences. *Family Process*, 26, 111-129.
- Braithwaite, D. O. & Baxter, L. (1995). "I do" again: The relational dialectics of renewing marriage vows. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12, 177-198.
- Bruess, C. J. & Pearson, J. C. (1997). Interpersonal rituals in marriage and adult friendship. *Communication Monographs*, 64, 25-46.
- Cheal, D. (1988). The ritualization of family ties. *American Behavioral Scientist*, 31, 632-643.
- Clair, V. W. S., Hocking, C., Bunrayong, W., Vittayakorn, S., & Rattakorn, P. (2005). Older New Zealand women doing the work of Christmas: a recipe for identity formation. *Sociological Review*, 53, 332-350.
- Compañ, E., Moreno, J., Ruiz, M. T., & Pascual, E. (2002). Doing things together: adolescent health and family rituals. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 56, 89-94.
- Crespo, C. (2007). Rituais familiares e o casal: Paisagens inter-sistémicas. Tese de Doutoramento apresentada à Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa.
- Crespo, C., Davide, I. N., Costa, M. E., & Fletcher, G. J. O. (2008). Family rituals in married couples: Links with attachment, relationship quality, and closeness. *Personal Relationships*, 15, 191-203.
- Costa, M. E. (2005). *À procura da intimidade*. Porto: Asa Editores.
- Daly, K. J. (2001). Deconstructing family time: From ideology to lived experience. *Journal of Marriage and Family*, 63, 283-294.
- Dubas, J. S., & Gerris, J. R. M. (2002). Longitudinal changes in the time parents spend in activities with their adolescent children as a function of child age, pubertal status, and gender. *Journal of Family Psychology*, 16, 415-427.
- Eisenberg, M. E., Olson, R. E., Neumark-Sztainer, D., Story, M., & Bearinger, L. H. (2004). Correlations between family meals and psychosocial well-being among adolescents. *Archives of Pediatric and Adolescent Medicine*, 158, 792-796.
- Erikson, Erik (1977). *Toys and Reasons – Stages in the Ritualization of Experience*. New York: Norton.



- Fiese, B. H. (1992). Dimensions of family rituals across two generations: Relation to adolescent identity. *Family Process*, 31, 151-162.
- Fiese, B. H. (2006a). *Family routines and rituals*. Yale University Press.
- Fiese, B. H. (2006b). Who took my hot sauce? Regulating emotion in the context of family routines and rituals. In Snyder, D. K., Simpson, J. A & Hughes, J. N. (Eds.), *Emotion regulation in families* (pp. 269-290). Washington DC: American Psychological Association.
- Fiese, B. H., Hooker, K. A., Kotary, L. & Schwagler, J. (1993). Family rituals in the early stages of parenthood. *Journal of Marriage and the Family*, 57, 633-642.
- Fiese, B. H. & Pratt, M. W. (2004). Metaphors and meanings of family stories: Integrating life course and systems perspectives on narrative. In Pratt, M. & Fiese, B. (Eds.), *Family stories and the life course: Across time and generations*. New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Fiese, B. H., Tomcho, T. J., Douglas, M., Josephs, K., Poltrock, S. & Baker, T. (2002). A review of 50 years of research on naturally occurring family routines and rituals: Cause for celebration? *Journal of Family Psychology*, 16, 381-390.
- Friedman, S., & Weissbrod, C. (2004). Attitudes Toward the Continuation of Family Rituals Among Emerging Adults. *Sex Roles*, 50, 277-284.
- Fulkerson, J. A., Story, M., Mellin, A., Leffert, N., Neumark-Sztainer, D., & French, S. A. (2006). Family Dinner Meal Frequency and Adolescent Development: Relationships with Developmental Assets and High-Risk Behaviors. *Journal of Adolescent Health*, 39, 337-345.
- Imber-Black, E., & Roberts, J. (1993). *Rituals for our times*. New York: HarperPerennial.
- Imber-Black, E., Roberts, J. & Whiting, R. (Eds.) (1988). *Rituals in Families and Family Therapy*. New York: Norton.
- Keith, D. V. & Withaker, C. (1988). The presence of the past: Continuity and change in the symbolic structures of families. In Falicov, C. (Ed.), *Family transitions: Continuity and change over the life cycle* (pp.431-447). New York: The Guilford Press.
- Leach, M. S. & Braithwaite, D. O. (1996). A binding tie: Supportive communication of family kinkeepers. *Journal of Applied Communication Research*, 24, 200-216.
- Leonard, K. E. & Roberts, L. J. (1988). Marital aggression, quality, and stability in the first year of marriage: Findings from the Buffalo newlywed study. In Bradbury, T. N. (Ed.), *The development course of marital dysfunction* (pp. 44-73). New York: Cambridge University Press.
- Lind, W. (2008). Casais biculturais e monoculturais: Diferenças e recursos. Tese de Doutorado apresentada à Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa.

- Lourenço, M. C. & Henriques, M. R. (2000). Manuel e Maria ou uma terapia de ex-solteiros. In Relvas, A. P., *Por detrás do espelho: da teoria à terapia com a família* (pp.173-212). Coimbra, Quarteto Editora.
- Nydegger, C. N. & Mitteness, L. S. (1988). Etiquette and ritual in family conversation. *American Behavioral Scientist*, 31, 702-716.
- Mead, M. (1973). Ritual and social crisis. In Shaugnessy, J. (Ed.), *The Roots of Ritual* (pp. 87-101). Michigan: William Eerdmans Publishing.
- Moisio, R., Arnould, E. J., & Price, L. L. (2004). Between mothers and markets: Constructing family identity through homemade food. *Journal of Consumer Culture*, 4, 361-384.
- Moore, S. F. & Myerhoff, B. G. (Eds.). (1977a). *Secular ritual*. Assen/Amsterdam: Van Gorcum.
- Moss, M. S. & Moss, S. Z. (1988). Reunions between elderly parents and their distant children. *American Behavioral Scientist*, 31, 654-668.
- Olson, M R. & Haynes, J. A.(1993). Successful single parents. *Families in Society: The Journal of contemporary Human Services*, 74, 259-267.
- Peleg-Popko, O., & Dar, R. (2003). Ritual behavior in children and mothers' perceptions of family patterns. *Journal of Anxiety Disorders*, 17, 667-681.
- Pryor, J. (2006). Beyond demography: History, ritual and families in the twenty-first century. *Paper prepared for the Families Commission, New Zealand, March 2006*.
- Reiss, D. (1981). *The family's construction of reality*. Cambridge: Harvard University Press.
- Relvas, A. P. (1996). *O ciclo vital da família: Perspectiva sistémica*. Porto: Edições Afrontamento.
- Roberts, J. (1988). Ritual themes in families and family therapy. In Imber-Black, E., Roberts, J. & Whiting, R. (Eds.), *Rituals in Families and Family Therapy* (pp.3-46). New York: Norton.
- Sampaio, D. & Gameiro, J. (1985). *Terapia familiar*. Porto: Edições Afrontamento.
- Singly, F. (2000). *Livres juntos: o individualismo na vida comum*. Lisboa: Publicações D. Quixote.
- van der Hart, O. (1983). *Rituals in psychotherapy: Transition and continuity*. New York: Irvington Publishers Inc.
- Wamboldt, F. S. & Wolin, S. (1989). Reality and myth in family life: changes across generations. In Anderson, S. A. & Bagarozzi, D. A. (Eds.), *Family myths: Psychotherapy implications* (pp. 141-165). New York: The Haworth Press.
- Wolin, S.J. & Bennett, L. A. (1984). Family Rituals. *Family Process*, 23, 401-420.