

A IMPORTÂNCIA DA COMUNICAÇÃO NO RELACIONAMENTO AMOROSO¹

Eliseu de Jesus Eliseu²

Neide Cascaes³

Resumo: A comunicação é de extrema importância na vida do ser humano e, por excelência, nos relacionamentos amorosos. Tendo por base essa questão, procurou-se compreender o entendimento dos casais a respeito do significado da comunicação no relacionamento amoroso. Foi utilizada uma entrevista semiestruturada com quatro casais heteroafetivos, sendo investigados os seguintes aspectos: o tempo de convivência diária; a percepção dos casais sobre o relacionamento amoroso; a compreensão de como ocorre a comunicação e quais as formas de comunicação mais utilizadas nos relacionamentos e as implicações da comunicação no relacionamento amoroso. Concluiu-se que a comunicação verbal é a forma mais utilizada pelos casais pesquisados, que acreditam na importância da comunicação desde que ocorra de forma adequada; entendem que, apesar de ocuparem o mesmo ambiente, nem sempre podem se comunicar, e, para eles, a comunicação tem grandes implicações no relacionamento amoroso.

Palavras-chave: Comunicação. Relacionamento. Comunicação no relacionamento.

1 INTRODUÇÃO

Ao se falar em relacionamento, como o próprio nome diz, entende-se é estar numa relação. Para o Dicionário Aurélio *online* (2017), relacionamento é uma “ligação afetiva ou sexual entre duas pessoas”. Neste sentido, em um relacionamento amoroso as pessoas são atraídas por uma diferença que as faz aproximar-se de um parceiro ou parceira, querendo estar junto dessa pessoa, fazendo de tudo para estar ao lado dela. É quando se fala que se está apaixonado.

Quando se está em um relacionamento e a pessoa encontra-se apaixonada acaba projetando no outro questões pessoais que não foram resolvidas e que, somadas a outros fatores, podem influenciar no relacionamento e ocasionar conflitos. Tem-se, como exemplo disso, quando nos relacionamentos os envolvidos não entendem as individualidades de cada um, não se ouvem. Quando isso acontece, o outro pode se tornar objeto, gerando diversos problemas no relacionamento.

¹ Artigo apresentado como trabalho de conclusão de curso de graduação em Psicologia da Universidade do Sul de Santa Catarina, como requisito parcial para a obtenção do título de Psicólogo.

² Acadêmico do curso de Psicologia. E-mail: ligasc@hotmail.com

³ Professora orientadora. Mestre em Educação pela Universidade do Sul de Santa Catarina. E-mail Neide.cascaes68@gmail.

Em termos de relacionamento e das implicações no viver amorosamente, um ponto a ser destacado é a comunicação, que pode ocorrer de forma adequada, distorcida ou, até mesmo, falha. Então, o que seria essa comunicação? Qual sua influência? Qual a importância da comunicação nos relacionamentos amorosos?

Entende-se que, desde o início da humanidade, a comunicação é um fator de extrema importância em toda e qualquer relação. Como afirma Salomé (1992 apud BEREZA et al., 2005, p. 31), “uma das buscas mais antigas e utópicas do ser humano é o comunicar-se com plenitude”. Sem a comunicação, viver-se-ia em um mundo de completo isolamento, não existiria o convívio entre as pessoas. É através da comunicação que se estabelecem as interações, sem ela as relações seriam, possivelmente, falhas.

A falta de comunicação, ou até mesmo uma comunicação distorcida, pode gerar desconfortos nas relações, principalmente nas relações amorosas. Pode acontecer de o parceiro receber a mensagem e entendê-la de forma errônea ou interpretá-la da maneira que lhe convém. A comunicação pode ser uma ferramenta para a resolução de problemas, bem como geradora de conflitos, isto porque, ao mesmo tempo em que pode auxiliar na resolução de problemas conjugais como forma de esclarecê-los, pode tornar-se geradora de conflito no sentido de sua falta ou distorção de compreensão.

Este tema – comunicação nos relacionamentos amorosos – despertou curiosidade no pesquisador desde o início da graduação. Em suas observações nos relacionamentos com os quais teve contato, e até em sua própria experiência em seu relacionamento atual e passado, percebeu as dificuldades encontradas nos casais quando se tratava de comunicação.

Em pesquisas nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS-Psi), com os seguintes descritores “comunicação” e “relacionamento”, apareceram 126 ocorrências de artigos, dos quais apenas um pôde ser utilizado por se tratar da temática proposta. Percebeu-se, com base nesta consulta, que na última década (2007-2017), poucas pesquisas surgiram com esta temática; isso mostra a relevância da pesquisa em questão, sobre como este fenômeno é importante para a sociedade, podendo lançar luz sobre a influência da comunicação nos relacionamentos.

Alguns autores, como Figueredo (2005), Silva e Vandenberghe (2008), Bereza et al. (2005), produziram materiais referentes a esta temática. Nota-se que poucos autores têm se interessado por este tema, assim, esta pesquisa pode vir a agregar mais conhecimento, no sentido de despertar em outros pesquisadores novas perspectivas em relação a esta temática. O presente trabalho pode vir a contribuir com os profissionais que atuam com casais, seja na Psicologia ou demais áreas, bem como com os próprios casais, para que estes possam se

compreender enquanto casais, e que, na percepção deles, consigam entender que a comunicação pode influenciar em seus relacionamentos amorosos.

Tomando por base essas questões, teve-se como premissa o objetivo geral de compreender o entendimento dos casais a respeito do significado da comunicação nos relacionamentos amorosos. Para tanto, foram definidos como objetivos específicos: identificar o entendimento sobre relacionamentos amorosos para os pesquisados; compreender como ocorre a comunicação nos relacionamentos dos pesquisados; investigar as diversas formas de comunicação nos relacionamentos amorosos; estudar as implicações de comunicação nos relacionamentos amorosos.

1.1 RELACIONAMENTOS AMOROSOS

Quando se pensa em relacionamento, vêm à cabeça casais apaixonados, um ar de romantismo, etc. Quanto ao conceito de relacionamento, segundo o Dicionário Aurélio *online* (2017), tem-se o seguinte:

Relacionamento - Fazer uma relação de, meter em lista. 2 - Referir; narrar; contar. 3 - Estabelecer relação ou analogia entre; comparar. 4 - Ato de relacionar ou de se relacionar. 5 - Ligação afetiva ou sexual entre duas pessoas. 6 - Adquirir relações. 7 - Entrar na intimidade de. 8 - Fazer uma relação de, meter em lista. 9 - Referir; narrar; contar. 10 - Estabelecer relação ou analogia entre; comparar.

Tendo em vista os significados citados acima, o autor mostra, como conceituação de relacionamentos, a ligação afetiva ou sexual entre pessoas que estão intimamente conectadas. E é isso que acontece quando se está num relacionamento, existe uma conexão que liga uma pessoa à outra e as torna íntimas. Quando um indivíduo entra em um relacionamento e está apaixonado, quer dividir os momentos bons, estar junto dessa pessoa. Este sentimento faz com que a pessoa sinta-se diferente, com a sensação de bem-estar, de prazer.

Sobre relacionamento, Salinas e Bucay (2010, p. 42) relatam que:

Um relacionamento é mais que uma decisão, é algo que surge quando nos sentimos unidos ao outro de uma forma diferente. Poderíamos dizer que, com base no prazer de estar com alguém, decidimos compartilhar grande parte da nossa vida com essa pessoa e descobrimos como é bom estarmos juntos. Assim, é preciso saber que encontrar um companheiro não é suficiente: também é importante que essa pessoa seja capaz de nos fortalecer, como já dissemos que seja uma ajuda eficaz para nosso crescimento pessoal.

Para os autores supracitados, é esse desejo de estar com o outro, essa aceitação do outro no relacionamento que atrai. Existe uma diferença no outro que faz com que ambos se aproximem e se apaixonem. Isto é muito comum no início de relacionamento, o que falta em um é completado pelo outro na relação. Como diz o ditado popular, “os opostos se atraem”. Krom (2000, p. 62) corrobora, afirmando que “a qualidade do relacionamento no casamento também está relacionada ao grau de diferenciação das pessoas envolvidas”. Essa diferença que ao mesmo tempo encanta e atrai. Salinas e Bucay (2010, p. 64) reforçam esta ideia:

[...] o que nos atrai é justamente a diferença. No início fico fascinada que o outro tenha algo que para mim é tão difícil ter. Meu companheiro me completa porque pode fazer coisas que eu não posso, e vice-versa. Na fase da paixão, não apenas aceito essas características dele, mas também as aceito em mim. Por exemplo, se sou uma pessoa muito ativa, me encanta a tranquilidade, a capacidade de aceitação, a introspecção. Outra pessoa, por sua vez, se sente fascinada por minha habilidade de estar no mundo para seguir em frente.

Deste modo, esta fascinação que acontece pelo outro nada mais é, de acordo com os autores pesquisados, que uma projeção que surge nos relacionamentos quando se está apaixonado. Numa comparação, poder-se-ia dizer que seria como a de um espelho, o outro torna-se um espelho no qual a pessoa se vê, projetando o que está em si. O outro transforma-se num reflexo da pessoa. Com isso, há o risco de perder a individualidade na relação.

De acordo com Krom (2000, p. 63), “um aspecto a ser apontado diz respeito às próprias crises pessoais e existenciais do indivíduo, que são projetadas no relacionamento”. Segundo Salinas e Bucay (2010, p. 34), “o melhor, o mais preciso e mais cruel dos espelhos é a relação a dois: é o único vínculo que nos permite ver de perto nossas piores e melhores características”. Nesta relação, quanto mais íntima a pessoa estiver, mais nítido será esse reflexo. Os autores esclarecem:

Assim como a realidade física, a precisão da imagem refletida depende da qualidade do espelho e da distância da qual me olhe. Quanto mais for preciso espelho, mais detalhada e fiel será a imagem. Quanto mais próximo eu estiver, mais clara será minha percepção de mim (SALINAS; BUCAY, 2010, p. 34).

Ainda sobre os relacionamentos e sobre espelhar-se no outro, Salinas e Bucay (2005), em suas ideias, explicam que quando se está em um relacionamento, a pessoa pode entrar em contato com sua “criança ferida”, que, para os autores, significa reviver os dramas e problemas familiares não resolvidos; vivências com pais e mães que a pessoa traz para o relacionamento amoroso atual. Salinas e Bucay (2010, p. 55) complementam: “Alguns adultos podem ser brilhantes em vários aspectos, mas em seus relacionamentos mais íntimos não são

mais do que crianças infinitamente carentes que reagem à falta de carinho, de atenção ou de reconhecimento”. Neste sentido, destaca-se:

Eu me caso com a minha mãe, transfiro para essa mulher que provoque em mim os sentimentos que eu tinha por minha mãe, ou por meus pais, a combinação de papai e mamãe, uma combinação dos meus pais mais os pais deles. O resultado compõe-se de uma quantidade incrível de componentes, [...]. Costumamos falar como se fosse simplesmente o fato de um sujeito se casar com a própria mãe. Mas não é isso. Penso que aspectos dessa mãe que ele procura porque precisa deles. Mas a moça que ele escolheu pode ter certas características do pai ou do avô, e que o atraíam (ANDOLFI; ANGELO; SACCU, 1995, p. 27).

Para os autores, às vezes, as pessoas entram em relacionamentos com a ideia de que seu parceiro ou parceira deva desempenhar o papel de pai ou mãe, no sentido do pai que protege e da mãe que acolhe. Salinas e Bucay (2005, p. 55) relatam que “quando entramos num relacionamento, fazemos um pacto consciente no qual, por exemplo, eu espero que você seja o pai que não vai me abandonar e você espera que eu seja a mãe que vai aceitá-lo incondicionalmente como você é”. Krom (2000, p. 64) ressalta que “quando esses padrões emocionais com os pais não são renegociados na idade adulta, os pontos potenciais reativos são deslocados para o casamento, na fantasia de que o cônjuge venha a facilitar tudo”. Sobre a questão, a autora supracitada menciona que os indivíduos trazem de suas famílias de origem emoções que refletem em seus relacionamentos atuais, exemplo disso, o pai que era o homem da casa, agora passa a ser o marido e quando isso não acontece de forma saudável, pode ocasionar conflitos.

Uma das formas saudáveis de viver um relacionamento para não vivenciar conflitos é a aceitação da individualidade do outro, pois, apesar de se constituir como um casal, não deixam de ser duas pessoas que vieram de famílias diferentes e que se constituíram como pessoas de formas diferentes. Bauman (2004, p. 6, grifo do autor) chama atenção para o perigo da individualização: “Em nosso mundo de furiosa ‘individualização’, os relacionamentos são bênçãos ambíguas [...]”. Para Pretto, Maheirie, Toneli (2009, p. 398), “[...] os relacionamentos, conseqüentemente, tendem a ser efêmeros e descartáveis, atendendo a um movimento de individualização, onde predominam as satisfações particulares”. Krom (2000, p. 23, grifos da autora) sustenta essa ideia de individualidade dentro da família:

A família deve permitir que os membros se diferenciem como indivíduos, pois, apesar do aspecto de pertencimento a um grupo, ‘os Souza’ ou ‘os Silva’, eles são a ‘Maria’ e o ‘José’, ou seja, as pessoas devem ganhar um espaço dentro da família suficiente para que se desenvolvam de forma independente, se descubram como seres criativos e potenciais capazes de escolher palmilhar seu próprio caminho, contando com apoio e o refúgio da família.

Os autores apontam para a necessidade de entender que existem diferenças que precisam ser respeitadas. Nesta perspectiva, Salinas e Bucay (2010, p. 83) reforçam: “Acho que as pessoas precisam da aprovação do outro para confiar no que pensam ou sentem. Seria genial poder dizer ‘isso é bom para mim, ainda que todo mundo goste de outra coisa’, e poder respeitá-lo: não precisar da autorização do outro, apenas aceitar a diferença”. Esse entendimento confirma-se ainda com Salinas e Bucay (2010, p. 160), ao afirmarem que “a solução é aprender a conviver com essas diferenças e tirar partido dos pontos em comum; aproveitar o que pode ser compartilhado e aceitar que não há perdas que não são compensadas”. É assim que se precisa enxergar os relacionamentos, entender que existem diferenças e que as pessoas podem amadurecer e aprender com as coisas em comum numa convivência pacífica.

Quando as pessoas envolvidas em um relacionamento não enxergam a individualidade do outro, passam a acreditar que o outro é de sua propriedade. As palavras de Salinas e Bucay (2010, p. 137) corroboram isso: “As pessoas acham que amam, mas na verdade estão presas à necessidade de possuir o outro”. É como se dissessem: “Amo você enquanto está ao meu lado, mas, se você for embora, sem dúvida o odiarei” (p. 137). As pessoas acreditam que amam, mas na verdade parece estarem presas às suas próprias necessidades de posse. Possuir o outro pode ser entendido como uma forma disfuncional de relacionamento, que pode tornar-se uma dificuldade de se viver um relacionamento de forma saudável e prazerosa, resultando em conflitos.

Conflitos podem advir nas relações por diversos motivos, dentre eles, quando a comunicação falha. Quando a comunicação não flui adequadamente é como se as pessoas falassem duas línguas distintas. Salinas e Bucay (2010, p. 168) defendem que “quando duas pessoas tentam se comunicar uma falando da perspectiva lógica e a outra, da perspectiva dos fatos, o encontro é impossível. É como tentar uma comunicação em duas línguas diferentes; é um choque de paradigmas”. É assim nos relacionamentos amorosos, muitos casais não se entendem, existe uma comunicação ineficaz, cada um se comunicando ao seu modo.

1.2 A COMUNICAÇÃO NOS RELACIONAMENTOS AMOROSOS

Quando se pensa em comunicação, vêm à memória duas pessoas conversando, vem a imagem delas falando e ouvindo simultaneamente. Ao procurar o significado da palavra comunicação no Dicionário Aurélio *online* (2017), encontram-se os seguintes resultados: “Comunicação = 1 - Pôr em comunicação. 2 - Participar, fazer saber. 3 - Pegar,

transmitir. 4 - Estar em comunicação. 5 - Corresponder-se. 6 - Propagar-se. 7 - Transmitir-se”. Entende-se a comunicação como algo comum, como uma participação entre duas pessoas, uma interação em que há a emissão de uma mensagem através do interlocutor e o receptor que recebe essa mensagem respectivamente. Confirmando essa linha de pensamento, Figueredo (2005, p. 127) enfatiza:

[...] a comunicação pode ser representada da seguinte maneira: comum + ação, ou seja, uma ação em comum. Nesse caso, é a ação sobre outra pessoa, o alvo de interesse, o receptor da informação, portanto a comunicação implica uma relação intencional, direcionada para alguém ou para outras pessoas, é o produto de um encontro social.

De acordo com o autor acima citado, a comunicação vai muito além da transmissão de informações, tem que haver um nível de socialização entre as mesmas para que se tenha uma boa comunicação, para que se tenha um reconhecimento. Quando os indivíduos se comunicam, reconhecem-se a si próprios e as outras pessoas. Nos escritos de Figueredo (2005, p. 127), tem-se:

Não é simplesmente o outro que passa a ser conhecido quando as pessoas se comunicam, mas há também o autoconhecimento. É preciso que o outro reconheça o que está sendo dito e que reaja a essa comunicação, essa troca é fundamental para que o indivíduo se reconheça como tal. Ao se comunicar, o homem se reconhece enquanto humano, toma conhecimento de si mesmo e consegue interagir com outros ao longo da vida.

É por meio deste reconhecimento através da comunicação que as pessoas se colocam no mundo. É a partir das relações, sejam elas de origem familiar, escolar, amorosa, do trabalho, etc., que as pessoas interagem, segundo Bereza et al. (2005). É na comunicação que a conexão acontece nas relações. Em muitos momentos esta pode se dar de forma inoperante, podendo gerar conflitos. A comunicação ineficiente pode ocorrer da maneira em que se está compreendendo-a. Isso está explicitado nas ideias de Bereza et al. (2005). Muitas pessoas, quando se comunicam, apenas filtram aquilo que convém, o que lhes traz conforto, que não as confronta.

Nas relações amorosas não é diferente das outras relações, muitos cônjuges não sabem ouvir seus parceiros, ocasionando conflitos na relação, deste modo há uma comunicação ineficaz. Silva e Vandenberghe (2008, p. 168) explicam que “a comunicação ineficaz é outro problema comumente encontrado nesses casais que, na tentativa de resolverem seus conflitos, acabam por agravar ainda mais a situação, ou desencadeiam um novo problema”. Bereza et al. (2005) citam alguns autores como Minicucci (1985) e Pentead

(1997), que comentam sobre este tema, no sentido do término dos relacionamentos estar associado ao fato dos cônjuges apenas falarem e não saberem ouvir. Não se propõem a parar e escutar o outro, as pessoas em seus relacionamentos não estão dispostas realmente a ter uma escuta do que o outro quer lhes falar. Para os referidos autores, muitas brigas conjugais estão relacionadas com o fato de não saber ouvir, o que resulta em impactos negativos na relação. Figueredo (2005, p. 130) expressa isso:

Os motivadores do fracasso no casamento foram as discussões e as brigas. As respostas deixam claro que as pessoas estão interessadas em ser aceitas, ouvidas e compreendidas. Comunicar-se plenamente numa relação, implica na demonstração empática de quem ouve, implica em uma aceitação incondicional que permite a total exposição de quem fala.

Ainda sobre o fato de não saber ouvir, Bereza et al. (2005) referem que em muitos relacionamentos cada um procura defender sua posição e acaba não ouvindo o outro, e, com isso, terminam por não resolver os impasses da relação. O resultado é um não ajustamento criativo no relacionamento. Nesse contexto, Salinas e Bucay (2010) lembram que “abrir caminho para comunicação é uma decisão muito mais eficaz e sensata do que mostrar quão egoísta ou generoso cada um é” (p. 37), e complementam afirmando que, “se quero ser ouvido de verdade, então devo aprender a falar de mim, do que preciso e do que sinto em relação a suas atitudes. Esta única mudança provavelmente tornará muito mais fácil para você me ouvir” (p. 35). Os autores reforçam ainda o “egoísmo” de não saber ouvir:

A terceira questão é a dificuldade de escutar. Esperar com alguma paciência que o outro termine de falar para então dizer o que você já estava pensando não é necessariamente dialogar. Muitas vezes isso torna a mistura e sobreposição de dois monólogos [...] Nesses casos, as pessoas não ligam para nada que o outro diz, não escutam, porque cada um já decidiu o que está certo e, portanto, a única coisa que estão dispostos a fazer é esperar sua vez de argumentar e provar que tem razão (SALINAS; BUCAY, 2010, p. 169).

Saber ouvir torna-se uma parte importante da comunicação nos relacionamentos, pois implica receber a informação de forma adequada como o parceiro ou a parceira transmitiu. Sendo assim, Figueredo (2005) salienta que existe uma curta relação entre a comunicação e os relacionamentos conjugais, mas que pode haver desencontro nas informações. Isso por ocuparem o mesmo espaço e por estarem numa interação contínua de rotinas, incompreensões feitas pelo casal. Questões deste nível podem, de alguma forma, influenciar na saúde do casal. Por conviverem diariamente, a comunicação passa a ser uma ferramenta de promoção da qualidade do relacionamento ou na ampliação dos problemas.

Assim, o autor reforça que a comunicação precisa ser feita de forma clara com vistas a ser compreendida.

Precisa-se entender que, para haver uma boa comunicação, faz-se necessário que esta seja feita de forma clara e objetiva, de modo que a pessoa possa realmente compreender o que foi dito. Figueredo (2005, p. 127) considera que “uma boa comunicação, ou uma comunicação clara, objetiva, na qual o outro entenda plenamente o que está sendo dito, provavelmente terá como consequência uma resposta adequada a essa comunicação, ou seja, uma compreensão real da questão”. Quando se entende, de fato, o que o outro comunica, as respostas comportamentais são adequadas. As pessoas precisam comunicar-se sem palavras de duplo sentido que façam o parceiro entender a informação de forma distorcida.

Silva e Vandenberghe (2008, p. 166) apontam: “O parceiro deve aprender a dizer sem ambiguidade o que quer do outro, abrindo mão de estratégias de controle aversivo. A contribuição de cada um precisa ser reconhecida pelo companheiro”. Neste sentido, é o entendimento de Figueredo (2005, p. 128):

[...] quando as pessoas não se expressam com objetividade, a tendência é haver distorções, incompreensões que impedem a perfeita comunicação. Portanto, quanto mais objetivo o discurso for, menor será a probabilidade de equívocos e melhor será a comunicação. Entretanto, o ideal de uma comunicação objetiva nem sempre é compatibilizado com a realidade da comunicação interpessoal, marcada pela linguagem coloquial e tonalizada por imprevisíveis variações semânticas.

Um das formas de se evitar esse tipo de comunicação, em que o dito passa a não ser dito pelo fato de não ser compreendido, é o treino de habilidades de comunicação, que se pode entender como um ajustamento do relacionamento. O treino de habilidades de comunicação torna-se efetivo na promoção de uma qualidade e na satisfação conjugal. Figueredo (2005, p. 129) cita pesquisas que afirmam essa relação: “As pesquisas realizadas que se propuseram a estudar a relação existente entre a comunicação e o casamento, mostram o quanto a comunicação pode fazer diferença no que tange ao ajustamento conjugal”. Isso é confirmado por Silva e Vandenberghe (2008, p. 163), porém os autores apontam outro tópico também significativo e que não pode ser desconsiderado: “Não obstante, não é correto afirmar que somente os casais que dispõem de habilidades de comunicação muito sofisticadas gozam de maior satisfação conjugal”. Esse ajustamento contribui para uma melhora do relacionamento amoroso. Segundo Fowers (2001):

A princípio, a promoção da satisfação conjugal pela melhora da comunicação parece ser tão simples e direta que pesquisadores conjugais concentraram os esforços em

seu estudo. Assim, ensinar habilidades de comunicação passou a ser uma das abordagens mais comuns utilizadas para melhorar o relacionamento de casais (FOWERS, 2001 apud SILVA; VANDENBERGHE, 2008, p. 162).

Percebe-se que a comunicação, quando acontece de forma adequada, em que os parceiros compreendem-se na relação, que esta habilidade melhora em muito os relacionamentos. Nos relacionamentos amorosos, assim como nos outros tipos de relacionamento, a comunicação pode acontecer de diversas formas. Ao se estudar a comunicação nos relacionamentos amorosos, faz-se necessário destacar os tipos de comunicação. Neste trabalho, optou-se por abordar algumas das formas de comunicação, como a comunicação verbal, não verbal e as tecnologias digitais.

Na comunicação verbal, a fala e a escrita podem se fazer presentes. Lyra (2014, p. 6) esclarece que “a comunicação pode ser verbal, quando a mensagem é constituída pela palavra oral (ordens, bate-papo, pedidos) e escrita (cartas, bilhetes, livros, jornais, revistas)”.

Argyle (1974), citado por Figueredo (2005, p. 128), afirma que “a comunicação verbal é o mais complexo e apurado meio de comunicação disponível, levando em conta que esta é aprendida, tem o poder de transmitir informações e estrutura gramatical [...]”. Assim, a comunicação verbal aproxima os indivíduos nas relações pessoais, criando-se intimidade. É a partir dessa comunicação que as relações se mantêm. Para Figueredo (2005, p. 128), “numa interação em que as pessoas são mais íntimas, são mais próximas, a comunicação verbal é um importante instrumento no estabelecimento e manutenção dessa intimidade”.

Quanto à comunicação não verbal, esta é entendida como a comunicação na qual a fala pode ou não estar presente, contendo comumente gestos e expressões corporais. Para Lyra (2014, p. 6), é a “comunicação não verbal, que incorpora coisas como o modo com que o indivíduo usa o corpo, os gestos e a voz para transmitir certas mensagens, é uma das mais interessantes formas de comunicação”.

Sobre o exposto anteriormente, Ramos e Bortagarai (2012, p. 164) destacam: “Os tipos de sinais não verbais que podem ser ‘lidos’ durante uma interação de pessoas envolvidas no processo de comunicação [...]”, e este tipo de comunicação pode ser interpretada da maneira que convém. Esta comunicação pode estar carregada de inúmeros significados e pode confirmar ou não o que foi dito na comunicação verbal. Os autores acrescentam que “esses sinais não verbais podem ser utilizados para complementar, substituir ou contradizer a comunicação verbal e também para demonstrar sentimento. Em caso de conflito entre a mensagem verbal e a comunicação não verbal, a mensagem não verbal prevalecerá” (RAMOS; BORTAGARAI, 2012, p. 164).

Referente à comunicação não verbal, pode-se dizer que esta pode estar carregada de sentimentos que, em algum momento, podem não ser percebidos pelo parceiro ou parceira na relação, e isso pode ocasionar influências no relacionamento. De acordo com Ramos e Bortagarai (2012, p.165), “o uso do espaço é um meio de comunicação não verbal e influencia o relacionamento interpessoal”. Estes autores ainda arrematam sobre este tipo de comunicação:

De modo especial, a comunicação não verbal qualifica a interação humana, imprimindo sentimentos, emoções, qualidades e um contexto que permite ao indivíduo não somente perceber e compreender o que significam as palavras, mas também compreender os sentimentos do interlocutor. Mesmo o silêncio é significativo e pode transmitir inúmeras mensagens em determinado contexto (RAMOS; BORTARAGAI, 2012, p. 164).

Além das formas de comunicação já citadas acima, a comunicação, na atualidade, conta com uma ferramenta bastante interessante – as tecnologias digitais –, que trouxeram contribuições significativas para a comunicação, mas, em contrapartida, parecem colaborar para um afastamento das relações físicas. No entender de Figueredo (2005, p. 124), “outro fato a ser considerado, diz respeito à tecnologia, mais especificamente, sua contribuição para o isolamento das pessoas. É queixa comum dos casais, a dificuldade de comunicação relacionada à tecnologia”.

Em meio à tecnologia, é comum pessoas ficarem conectadas às redes sociais, afastando-se do tempo que poderiam usufruir junto aos que lhes são significativos. Cotidianamente as pessoas encontram-se no mesmo espaço físico, porém conectadas em seus telefones, computadores e demais aparelhos eletrônicos, perdidos no mundo virtual. Creem que a presença física seja suficiente. Muitos não se dão conta de que a presença somente física denota uma ausência psicológica. O excerto a seguir exemplifica isso:

O exemplo da esposa que continua se queixando da ausência do marido, que diz passar bastante tempo ao lado dela, ilustra esta afirmativa, já que a simples presença do companheiro pode ter pouco significado para alguém que quer fazer coisas junto com o outro. Então, se sentimentos não forem expressos na linguagem particular do ouvinte, o impacto será bem menor que o planejado, pois o marido não entenderá a queixa da esposa, uma vez que está sempre ao lado da mulher (SILVA; VANDENBERGHE, 2008, p. 165).

Ao mesmo que tempo que as redes sociais aproximam as pessoas que estão distantes, acabam por distanciá-las fisicamente. Percebe-se, assim, uma relação de ambiguidade. De acordo com Nilson (2016, p. 11),

consta-se hoje um enorme crescimento no uso de redes sociais, sendo este um método comum entre pessoas por ser um meio prático e de rápida comunicação, porém podem surgir determinados problemas no âmbito de aproximação e até mesmo, identidade psicossocial do internauta

A referida autora salienta o afastamento dos vínculos humanos: “Na sociedade verifica-se o afastamento dos vínculos humanos, dentre esses está o sentimento de fraternidade, amizade e amor, basicamente, a união entre pessoas basta-se em exigências volúveis” (NILSON, 2016, p. 2). Entende-se que existem contribuições positivas e negativas em relação às mídias digitais, especificamente, as redes sociais. Nilson (2016, p. 11) atenta para esses detalhes:

Apesar de possuir inúmeras características positivas em suas diversas interfaces, as redes sociais estão cercadas de estratégias para o consumo de informações, trocas comunicacionais exageradas que envolvem usuários diariamente, as pessoas estão se afastando cada dia mais e os meios virtuais estão presentes em muitos momentos, é necessário o consumo consciente dos serviços oferecidos pelos meios virtuais.

Independentemente da forma de comunicação que o casal utiliza, esta precisa ser efetiva. É necessário que os encontros aconteçam e as pessoas fiquem satisfeitas. Os relacionamentos amorosos, na atualidade, encontram-se sufocados por turbilhões de informações que extrapolam o ambiente afetivo. Estão pautados em problemas cotidianos que vão além da compreensão dos profissionais e autores que trabalham com a temática, sendo a comunicação um destes problemas significativos na época atual. Entender que problemas são esses que impedem a existência saudável de relacionamentos amorosos é condição primária para sua manutenção.

2 MÉTODO

Esta pesquisa, em relação aos objetivos propostos, classifica-se como exploratória. Tal classificação dá-se, pois, de acordo com Gil (2002, p. 41), “estas pesquisas têm como objetivo proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito”. Ou ainda, em outro estudo do citado autor, aborda-se a pesquisa exploratória como uma pesquisa que é realizada principalmente “[...] quando o tema escolhido é pouco explorado e torna-se difícil sobre ele formular hipóteses precisas [...]” (GIL, 2008, p. 27).

No que diz respeito ao procedimento utilizado para a coleta de dados, esta pesquisa classifica-se enquanto pesquisa de campo, pois “pretende buscar a informação diretamente com a população pesquisada. Ela exige do pesquisador um encontro mais direto.

Nesse caso, o pesquisador precisa ir ao espaço onde o fenômeno ocorre, ou ocorreu e reunir um conjunto de informações a serem documentadas [...]” (GONÇALVES, 2001 apud PIANA, 2009, p. 169).

Enquanto relacionada ao problema de pesquisa, pode ser classificada como qualitativa. Este tipo de pesquisa está ligado ao caráter que não se pode quantificar, como exemplo, a subjetividade do sujeito. Sobre isso, Denzin e Lincoln (2006 apud AUGUSTO et al., 2013, p. 748) afirmam que “a palavra qualitativa implica uma ênfase sobre as qualidades das entidades e sobre os processos que não podem ser examinados ou medidos experimentalmente em termos de quantidade, volume, intensidade ou frequência”.

2.1 PARTICIPANTES

Foram pesquisados quatro casais heteroafetivos, a faixa etária dos participantes ficou entre 38 e 48 anos, o tempo de relacionamento entre 14 e 26 anos, sendo os regimes de casamento, civil, religioso e contrato de união estável.

2.2 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS

Para o procedimento de coleta de dados, foi inicialmente estabelecido contato presencial com os casais, no qual o pesquisador foi até a residência dos mesmos e os convidou para participarem da pesquisa, sendo que ambos os cônjuges precisariam estar presentes, quando, então, foram explicitados os objetivos da pesquisa. Após concordarem, foram coletadas as assinaturas do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), bem como o Consentimento para Fotografias, Vídeos e Gravações.

A fim de dar continuidade ao procedimento, após a devida autorização e aprovação da pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa, foi feito um novo contato com os casais para a coleta de dados. Neste momento da coleta de dados, os casais foram entrevistados separadamente, um após o outro, visando a evitar possíveis desconfortos durante a entrevista, a fim de que um não interferisse na resposta do outro, para que também não conversassem sobre suas respostas e para que houvesse uma maior fidedignidade dos dados.

3 A IMPORTÂNCIA DA COMUNICAÇÃO NO RELACIONAMENTO AMOROSO: RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os relacionamentos amorosos na atualidade estão bastante complexos. Uma demanda com frequência estudada e tema de discussão entre os estudiosos é a respeito da comunicação no relacionamento e suas nuances. Com vistas a estudar este fenômeno, esta pesquisa visa a compreender o entendimento dos casais a respeito da comunicação no relacionamento amoroso.

A pesquisa encontra-se dividida em quatro categorias, sendo a primeira o tempo de convivência diária; a segunda categoria versa sobre a percepção dos casais sobre o relacionamento amoroso; a terceira busca a compreensão de como ocorre a comunicação e quais as formas de comunicação mais utilizadas nos relacionamentos; e a quarta categoria aborda as implicações da comunicação no relacionamento amoroso.

Abaixo, apresenta-se o quadro 1 com a categorização dos participantes, que são quatro casais heteroafetivos, com idade entre 38 anos e 48 anos, com escolaridade de médio completo a superior completo, profissões variadas, casamento em regime civil, religioso e união estável, e tempo de relacionamento variando entre 14 e 26 anos.

Quadro 1 – Categorização dos participantes

Casal	Idade	Escolaridade	Profissão	Regime de casamento	Tempo de relacionamento
Esposa (1)	40 anos	Superior completo	Auxiliar administrativo	Religioso	20 anos
Esposo (1)	48 anos	Superior incompleto	Empresário	Religioso	20 anos
Esposa (2)	47 anos	Superior completo	Do lar	Civil e religioso	26 anos
Esposo (2)	46 anos	Médio completo	Vendedor	Civil e religioso	26 anos
Esposa (3)	44 anos	Superior completo	Do lar	Religioso e união estável	20 anos
Esposo (3)	46 anos	Superior completo	Professor	Religioso e união estável	20 anos
Esposa (4)	38 anos	Médio completo	Consultora de produtos	Civil e religioso	14 anos
Esposo (4)	39 anos	Médio completo	Marceneiro	Civil e religioso	14 anos

Fonte: Pesquisa realizada pelo autor, 2017.

Tempo de convivência diária configura-se como a primeira categoria investigada, com vistas a conhecer a quantidade de tempo em comum.

Quadro 2 – Categorização do tempo de convivência diária

Esposa casal (1)	12 horas
Esposo casal (1)	3 a 4 horas
Esposa casal (2)	24 horas
Esposo casal (2)	24 horas
Esposa casal (3)	6 a 7 horas
Esposo casal (3)	4 a 5 horas
Esposa casal (4)	8 a 10 horas
Esposo casal (4)	3 a 4 horas

Fonte: Pesquisa realizada pelo autor, 2017.

Em resposta ao tempo de convivência diária no mesmo ambiente, os casais relataram uma média de horas que variou entre 3 e 24 horas. Cabe ressaltar que houve discrepâncias nas respostas: em relação ao casal um, o esposo mencionou estarem juntos uma média diária de 3 a 4 horas, sendo que a esposa relatou 12 horas; sobre o casal quatro apareceu uma diferença em relação ao tempo, a esposa citou de 8 a 10 horas enquanto o esposo relatou 3 a 4 horas; o casal três aproximou-se nas respostas, a esposa respondeu de 6 a 7 horas e seu esposo, de 4 a 5 horas; o casal dois apresentou respostas iguais.

Este tempo de convivência diária mostra o quanto os casais ficam juntos em suas vidas cotidianas, mas não representa, necessariamente, que enquanto estejam juntos fisicamente estão em relacionamento e muito menos que a comunicação ocorra de forma adequada ou que ambos se compreendam nessa comunicação. Esta discrepância nas respostas pode estar ligada a uma falta de comunicação. Percebe-se, com base nas respostas, não haver uma concordância nos fatos, sendo que somente o casal dois relatou a mesma resposta. Torna-se relevante mencionar que, apesar de os parceiros ocuparem o mesmo ambiente, de algum modo parecem não estarem se comunicando de forma objetiva ou até mesmo nem se comunicando, tanto que não conseguem descrever em sintonia a quantidade de tempo que ficam juntos. Isto vai ao encontro do que Figueredo (2005, p. 128) diz: “Entretanto, o ideal de uma comunicação objetiva nem sempre é compatibilizado com a realidade da comunicação interpessoal, marcada pela linguagem coloquial e tonalizada por imprevisíveis variações semânticas”.

Vale ressaltar que o tempo de convivência é fundamental em um relacionamento amoroso, podendo contribuir para uma aproximação ou afastamento entre as pessoas.

Dando prosseguimento à pesquisa, como segunda categoria tem-se a **percepção dos casais sobre o relacionamento amoroso**.

Quadro 3 – Relacionamento amoroso

Esposa casal (1)	Querer estar junto dessa pessoa, querer bem, se preocupar, gostar de fazer coisas pra agradar. Porque pra mim o amor seria isso, parceria, companheirismo de preocupar com a pessoa e um relacionamento amoroso acho que seria isso. [sic]
Esposo casal (1)	É tu se sentir bem ao lado da pessoa, ter vontade por aquela pessoa esteja do teu lado, ter uma relação sexual legal que realmente tenha vontade, não só por obrigação ou pra matar um desejo. Eu tenho uma relação legal mesmo, independente do tempo mesmo, mas sempre um respeitando o outro. [sic]
Esposa casal (2)	É quando a gente escolhe uma pessoa pra amar, que a gente vive junto, como eu te falei, não pra ser feliz, mas pra fazer, por amor, o outro feliz. [sic]
Esposo casal (2)	É o que o casal deve ter, creio eu, senão não vai continuar, não prossegue. Se não tiver amor.
Esposa casal (3)	É relação entre eu e outra pessoa, é convivência. É participação, diálogo. É tudo isso mais o amor. [sic]
Esposo casal (3)	Relacionamento amoroso, eu acho tem duas coisas que são fundamentais: amor e respeito. Afetividade eu acho que é respeito. Acho que essas duas palavras acabam resumindo, respeitar o outro e obviamente que você tem que sentir amor pela pessoa, senão não faz sentido.
Esposa casal (4)	Acho que o casamento não deixa de ser um relacionamento amoroso, o meu casamento já fala tudo, estamos há 14 e namoramos 9 anos, já tem um longo tempo de convivência.
Esposo casal (4)	Relacionamento amoroso é tentar passar o máximo de carinho, e passar segurança pro casal, um para outro. [sic]

Fonte: pesquisa realizada pelo autor, 2017.

No tocante ao questionamento sobre o significado do termo relacionamento amoroso, chama atenção o fato de quatro dos oito pesquisados responderem “convivência”, o que vai ao encontro do significado de relacionamento encontrado no dicionário Aurélio *online* (2017), que se refere ao ato de relacionar ou de se relacionar, adquirir relação, ligação afetiva e sexual; etc. Sobre isso, pode-se inferir que conviver nada mais é do que se relacionar.

Relacionamento amoroso remete a pessoas que, apesar de serem diferentes, estão unidas a um propósito. É comum neste tipo de relacionamento projetar características pessoais em nos parceiros. Salinas e Bucay (2010) ressaltam que quanto mais próximo se está da pessoa com quem se está tendo um relacionamento, mais nítidas serão as características pessoais refletidas na outra pessoa. Krom (2000) corrobora essa afirmação quando aponta as

crises pessoais projetadas no relacionamento. Uma fala da esposa do casal dois mostra isso: “É quando a gente escolhe uma pessoa pra amar, que a gente vive junto, como eu te falei, não pra ser feliz, mas pra fazer, por amor, o outro feliz” [sic]. Salinas e Bucay (2010) comentam que as pessoas são atraídas por uma diferença no outro, existe algo no outro que as completa, é a questão das individualidades.

Nesta categorização poucas vezes apareceram as projeções pessoais encontradas na literatura, isso porque as projeções que ocorrem, de acordo com os autores, geralmente acontecem quando se está no início do relacionamento e, como os casais pesquisados têm de 14 a 26 anos de relacionamento, as projeções já devem ter sido elaboradas ao longo do tempo de convivência.

Após conhecido o tempo de convivência diária entre os casais e o entendimento destes em relação ao significado de relacionamento e relacionamento amoroso, parte-se para a terceira categoria que é a **compreensão de como ocorre a comunicação e quais as formas de comunicação mais utilizadas nos relacionamentos**. Nesta categoria analisa-se como os casais se comunicam e as formas de comunicação mais utilizadas por estes.

Quadro 4 – Ocorrência da comunicação entre o casal e formas de comunicação mais utilizadas (continua)

Esposa casal (1)	A gente conversa sobre tudo, diálogo. A gente conversa bastante, apesar de passar muito tempo separado. O <i>WhatsApp</i> ali é tudo pra conversar, é prático, e rápido, mas a gente conversa bastante, bastante diálogo mesmo. [sic] [sobre o uso das mídias digitais] Olha, vou te dizer que ele é muito mais comunicativo comigo pelo bendito do <i>WhatsApp</i> . Sabe, parece que ele fala mais ali do que se a gente tiver conversando, isso eu já percebi, não sei por que. Mas senão aí sou curta e grossa pelas redes sociais, sou mais direta, que não tenho paciência de ficar ali digitando e ele não sei, a impressão que tenho. [sic]
Esposo casal (1)	A gente conversa bastante. Quando a gente tem um determinado tempo assim a gente conversa bastante, se comunica muito pelo aplicativo do celular, porque hoje em dia está assim. A gente conversa principalmente sobre os filhos, o que a gente precisa fazer, o planejar. [sobre o uso das mídias digitais] Eu só uso porque começo a conversar por ali. Eu sou de conversar e se eu tiver que sentar e conversar e largar essa porcaria, eu prefiro conversar. [sic]
Esposa casal (2)	A gente conversa sobre tudo. Assim, eu não decido nada sem antes conversar com ele (esposo). Da mesma forma ele, tudo que vamos adquirir a gente conversa antes. Nós conversamos mesmo, é diálogo, que a gente tem essa liberdade como a gente está em casa junto, daí. [sic] [sobre o uso das mídias digitais] Só quando ele não está em casa, senão é pessoalmente mesmo, daí a gente usa <i>WhatsApp</i> e telefone.

(conclusão)

Esposo casal (2)	<p>A gente conversa sobre tudo, questão financeira, relacional também, religioso, e mais é verbal mesmo.</p> <p>[sobre o uso das mídias digitais] É bem pouco, só quando estou fora, vou viajar pra vender alguma coisa, aí eu me comunico por <i>WhatsApp</i>, telefone, mas é bem pouco, mais é verbal mesmo. [sic]</p>
Esposa casal (3)	<p>Conversação. Tudo que puder imaginar, infinitamente. Conversamos sobre tudo, sobre a nossa vida, sobre o trabalho dele, sobre a educação do nosso filho, planejamento de viagem. Conversamos sobre tudo, sobre corrida, sobre esporte.</p> <p>[sobre o uso das mídias digitais] Ah, muito pouco, só em caso de emergência, quando tá longe ou às vezes quando tu tá num lugar e não vai dar tempo de chegar, só pra avisar. [sic]</p>
Esposo casal (3)	<p>A gente conversa muito. Basicamente diálogo pessoalmente, até porque essas quatro horas que te falei que vivemos juntos a gente realmente conversa muito. Conversamos sobre tudo, meu trabalho, o dia dela, sobre os <i>hobbies</i> que ela gosta de fazer, sobre problemas eventualmente que a gente tenha, sobre filhos, enfim, no geral não temos restrição quanto a assuntos no relacionamento. [sic]</p> <p>[sobre o uso das mídias digitais] É muito pouco, só em casos de urgência, casos onde estou no trabalho e ela em casa e preciso de alguma coisa, preciso passar um recado, mas muito pouco. É <i>WhatsApp</i>.</p>
Esposa casal (4)	<p>Eu não tenho <i>WhatsApp</i>, não tenho <i>Facebook</i>. Tem muita gente que tem essas ferramentas, eu não tenho nada disso. A nossa conversa, quando a gente quer, é cara a cara, e que às vezes a gente vê que têm famílias que vai almoçar fora e cada um no seu celular, trocando mensagem na mesa, sem se conversar. [sic]</p> <p>[sobre o uso das mídias digitais] É, não, não tenho [...] a gente conversa só no celular quando tô na rua que eu preciso de alguma coisa, de celular pra celular, mas <i>WhatsApp</i> não tenho, <i>Facebook</i>. Só tenho <i>e-mail</i>, mas não converso nada de <i>e-mail</i> com ele porque ele também não tem, não tem acesso a essas coisas e quem faz toda essa parte sou eu [...] Tô tentando o máximo não [...] sei que ajuda muito, facilita pra muita gente, mas muita coisa pra cabeça da gente e tem que estar toda hora ali, respondendo uma coisa e outra, não tenho tempo [...] [sic]</p>
Esposo casal (4)	<p>Nós é frente a frente, tipo assim de conversar a gente conversa, senta um do lado do outro. Esse negócio de <i>internet</i> eu sou bem leigo, não gosto, eu prefiro assim frente a frente, não digo alguma coisa que tem que resolver. Às vezes ela viajou, e estou em outro lugar a gente conversa por telefone, mas a partir do momento que são coisas nossas, a gente é bem aberto, se tiver almoçando conversa bastante, ali antes de deitar, se tem alguma coisa pra resolver já resolve. [sic]</p> <p>[sobre o uso das mídias digitais] Ai, não tenho (<i>WhatsApp</i>) às vezes por telefone, às vezes uma dúvida ligo pra ela, porque essas coisas não tenho, tipo esses <i>Twitter</i>, <i>WhatsApp</i> ela não tem. Claro, às vezes eu tô trabalhando fora, não venho, daí a gente conversa pelo telefone. Às vezes ela viaja, eu não sei essas coisas de mensagem, daí ela ligava, só nessas horas [...] [sic]</p>

Nesta categoria, chama atenção o fato da unanimidade dos pesquisados reforçarem que há muito diálogo entre o casal, fato primordial para um bom relacionamento. Alguns autores apontam a importância da comunicação no relacionamento como: Silva e Vandenberghe (2008), Bereza et al. (2005).

Em se tratando das formas de comunicação, diversos são os tipos. As mais comuns são a verbal, não verbal e as digitais, conforme apontado anteriormente. Percebe-se que nesta categoria nem todos os participantes entenderam o significado do questionamento, como, por exemplo, o casal quatro quando diz: “Nós é frente a frente [...]” [sic] ou “A nossa conversa, quando a gente quer, é cara a cara [...]”. Pode-se presumir que, para este casal, a forma de comunicação mais utilizada seja a presencial e verbal, sem uso de *internet* e telefones, sem mídia digital.

O esposo do casal dois responde: “[...] e mais é verbal mesmo”. Sobre este tipo de comunicação, Figueredo (2005) mostra que a comunicação verbal é um instrumento importante para a manutenção do relacionamento. A comunicação não verbal, mencionada por Ramos e Bortagarai (2012) e Lyra (2014), não foi citada explicitamente pelos pesquisados, mas não se pode desconsiderar que onde houver contato entre as pessoas, o não verbal mantém-se presente, principalmente na comunicação presencial. Expressões, olhares, sentimentos, desejos, intenções aparecem na comunicação e influenciam diretamente no relacionamento. De acordo com Ramos e Bortagarai (2012), até mesmo o silêncio tem seu espaço e necessidade de existir. “Mesmo o silêncio é significativo e pode transmitir inúmeras mensagens em determinado contexto” (RAMOS; BORTARAGAI, 2012, p. 164).

Outro tipo de comunicação bastante citado nas respostas foram as tecnologias digitais, hoje tão presentes na vida das pessoas e que em diversos momentos trazem praticidade na comunicação. A resposta do casal um mostra isso: “[...] O *WhatsApp*, ali é tudo pra conversar, é prático, e rápido [...]” [sic] e “[...] se comunica muito pelo aplicativo do celular, porque hoje em dia está assim [...]”.

Nas respostas percebe-se que as tecnologias digitais aproximam as pessoas, mas autores como Figueredo (2005) ressaltam o afastamento das pessoas em relação a este tipo de comunicação. Outro autor que corrobora este tema é Nilson (2016), que discorre sobre o afastamento de vínculos relacionados a este tipo de comunicação. Constata-se, com base nas respostas dos pesquisados, o uso adequado das tecnologias digitais, o que pode ser positivamente significativo em seus relacionamentos amorosos.

Outro fato a ser mencionado nesta categoria é que os casais afirmaram conversarem bastante sobre os mais diversos assuntos, como trabalho, família,

relacionamento, etc. Cabe destacar que, por não fazerem parte de uma geração que nasceu em meio à tecnologia, nem todos os entrevistados fazem uso das tecnologias digitais, como dito anteriormente, o que é bem comum entre os jovens da geração atual. Os pesquisados que fazem uso desta tecnologia demonstram estarem se adequando a esta nova ferramenta, conforme apontado no quadro 5.

É comum nos dias atuais a utilização do aplicativo de comunicação *WhatsApp*, mas também não é incomum as pessoas não fazerem uso deste tipo de ferramenta, pois, como não há o contato visual, algumas pessoas sentem-se mais à vontade para se comunicar por este aplicativo, fato que se pode verificar na resposta da esposa do casal um, que afirma: “Olha, vou te dizer que ele é muito mais comunicativo comigo pelo bendito do *WhatsApp*. Sabe, parece que ele fala mais ali do que se a gente tiver conversando, isso eu já percebi, não sei por que [...]” [*sic*]. Já o marido, diz preferir conversar pessoalmente. Encontra-se, neste casal, certa discrepância nas respostas.

Nilson (2016, p. 11) traz uma reflexão: “Consta-se hoje um enorme crescimento no uso de redes sociais, sendo este um método comum entre pessoas por ser um meio prático e de rápida comunicação, porém podem surgir determinados problemas no âmbito de aproximação”. Nota-se que os participantes fazem uso apenas do telefone, alguns relutam em usar este tipo de comunicação, que se evidencia na fala da esposa do casal quatro: “[...] Tô tentando o máximo não [...] sei que ajuda muito, facilita pra muita gente, mas muita coisa pra cabeça da gente e tem que estar toda hora ali, respondendo uma coisa e outra, não tenho tempo [...]” [*sic*]. Percebe-se, em sua fala, a compreensão da facilidade e rapidez em se usar este tipo de tecnologia, no entanto opta por não fazer uso desta ferramenta.

A comunicação, quer seja verbal, não verbal ou pelo uso das tecnologias digitais, influencia nos relacionamentos amorosos, conforme visto acima, porém algumas ações são necessárias para a sua manutenção.

Como quarta e última categoria, têm-se **as implicações da comunicação no relacionamento amoroso**. Esta categoria foi dividida em alguns tópicos com vistas a facilitar a compreensão das respostas. Há quatro quadros analisados a seguir. O quadro 6 versa sobre a importância da comunicação; o quadro 7, sobre os sentimentos ao se comunicar com o parceiro; o quadro 8, sobre recepção da comunicação; e o quadro 9, sobre implicações de uma comunicação ineficiente e o que pode ocasionar no relacionamento.

Quadro 5 – Importância da comunicação

Esposa casal (1)	Nossa, é tudo. Se não tiver comunicação, não tem como sobreviver. Não tem como se manter dentro de uma casa, uma família, senão tiver comunicação.
Esposo casal (1)	Eu acho bem importante, às vezes assim, às vezes a gente discute e briga. Têm algumas coisas que a gente tem que conversar, mas nós dois somos opiniosos, tanto eu quanto minha esposa, a gente não aceita, a gente briga por isso. Tem bastante coisa que a gente poderia conversar, que eu poderia falar, mas eu fico meio com receio de falar e magoar, coisas deste tipo. Eu, da minha parte, acho importante.
Esposa casal (2)	Eu acredito que ela não é 100%, mas é uma parte bem grande, 80% faz parte da comunicação. Porque se a gente não se comunicar nunca vai entender a necessidade do outro, nunca vai entender que o outro está precisando, está pensando, então eu acredito que é 80%.
Esposo casal (2)	Acima de tudo é seriedade, transparência, o casal, um com o outro.
Esposa casal (3)	É a base de tudo, sem a comunicação o relacionamento não flui.
Esposo casal (3)	É fundamental, é imprescindível. Eu acho que se você não comunicar com outra pessoa, se não tem a liberdade de conversar sobre tudo e querer ouvir também sobre tudo, a coisa não anda.
Esposa casal (4)	Acho que é tudo, já pensou um casal mudo, como fazer uma coisa errada, o outro não fala nada? Não, a conversa é tudo.
Esposo casal (4)	A comunicação é tudo. Eu acho assim, a partir do momento que o casal está ali, se um não conversar com o outro, pode esquecer. O casal tá ali convivendo entre quatro paredes [...] [sic]

Fonte: Pesquisa realizada pelo autor, 2017.

Entende-se, com base nos autores pesquisados e na pesquisa de campo, que a comunicação em qualquer das relações é imprescindível, principalmente nas relações amorosas. É pela comunicação que as pessoas se colocam no mundo, estabelecem conexões com as outras pessoas. Fica evidente, nas respostas obtidas, que para os pesquisados a comunicação de fato é importante. Percebe-se unanimidade nas respostas quanto à importância da comunicação no relacionamento amoroso. Figueredo (2005) menciona que para se ter uma boa comunicação, ela precisa ser clara e objetiva. A comunicação é importante, mas para que ela ocorra de forma clara, precisa-se atentar a alguns detalhes, se de fato o parceiro está entendendo o que realmente se quer comunicar.

Sobre esta questão, têm-se as seguintes respostas: “Nossa, é tudo. Se não tiver comunicação, não tem como sobreviver. Não tem como se manter dentro de uma casa, uma família, senão tiver comunicação” (esposa do casal um). “É a base de tudo, sem a comunicação o relacionamento não flui” (esposa do casal três). Nas falas das pesquisadas, observa-se a importância da comunicação nos relacionamentos, o que vai ao encontro do que

defendem os autores que versam sobre a importância da comunicação em um relacionamento amoroso. Os entrevistados foram unânimes em afirmar a importância da comunicação nos relacionamentos, e, para entender seu significado, foi perguntado como se sentiam ao se comunicar com seus parceiros.

Quadro 6 – Sentimentos ao se comunicar com o parceiro

Esposa casal (1)	Depende, tem dias que ele não está muito comunicativo, não sei se isso é mal de mulher (risos), mas tem dias que realmente que eu viro bicho, quero conversar, quero falo as coisas, que eu pergunto e ele é muito monossilábico, vamos dizer, não, sim. Não correspondida, puta da vida, porque se eu tô perguntando quero conversar, daí eu fico virada num capeta. [sic]
Esposo casal (1)	Eu sempre fico por baixo, eu sempre tenho que aceitar. Nós dois somos opiniosos, mas ela é mais um pouquinho, tudo que ela diz, eu aceito. Se eu botar assim, nós vamos em tal lugar, se ela disser que tem que ir em tal lugar e eu quiser ir em outro, tem que ir no que ela quer, tem essa diferença. [sic]
Esposa casal (2)	Eu me sinto bem, eu acho que é importante, quando ele (esposo) tira o tempo pra me ouvir, quando a gente conversa. [sic]
Esposo casal (2)	Sinto bem, acho que tem que se relacionar pra poder dar certo, a pessoa tem que se abrir com o outro, vamos dizer assim. [sic]
Esposa casal (3)	Me sinto bem.
Esposo casal (3)	Me sinto bem, a gente tem o costume de tomar chimarrão e acho que esse é um ponto interessante, as pessoas às vezes não encaram da forma e é eu e ela [...] [sic]
Esposa casal (4)	Não tem nada de diferente, é uma coisa normal, a gente conversa muito, eu me sinto normal, porque se aconteceu alguma coisa lá, conversa, já esclarece, alguma medida que a gente precisa pra tirar a dúvida, já senta e resolve de uma vez, não vai deixando aquela coisa ali pra trás. Pra mim é bem normal. [sic]
Esposo casal (4)	Eu me sinto bem, querendo ou não querendo é a outra metade. Apesar da gente estar trabalhando num lugar e ela em outro, tem dias que só conversa antes de dormir, que o tempo do cara, e cada vez mais a vida da gente está corrida. Eu e ela ainda conversamos bastante, porque estamos no mesmo meio e querendo ou não querendo está na mesma empresa, mas passou pra conversar, tranquilo. [sic]

Fonte: Pesquisa realizada pelo autor, 2017.

Quando os casais discorrem sobre seus sentimentos em relação à forma como se comunicam, de um modo geral referem se sentirem bem, apenas o casal um descreve uma insatisfação, conforme demonstrado no quadro acima. As respostas destes mostram as insatisfações que podem aparecer no relacionamento, corroborando o que afirmam Silva e

Vandenberghe (2008), que mostram que uma comunicação ineficiente pode acarretar diversos conflitos na relação.

Parece que esta comunicação está ligada ao fato de não acontecer de forma efetiva ou até mesmo existirem falhas na comunicação, como mencionado anteriormente. Fica evidenciado, nos relatos do casal exemplificado, que a comunicação parece não estar adequada no relacionamento, a esposa queixa-se das poucas palavras, enquanto o esposo afirma que a esposa não aceita suas colocações. Parece que os demais casais demonstram ter bons sentimentos a respeito da comunicação em seus relacionamentos.

Ainda em se tratando da categoria implicações da comunicação no relacionamento amoroso, analisa-se o quadro que versa sobre a recepção da comunicação pelo parceiro.

Quadro 7 – Recepção da minha comunicação

Esposa casal (1)	Eu acho que é bem recebida, eu acho. Às vezes dá pra perceber que ele não tem paciência parece, mas acho eu que na maioria das vezes é bem recebida. [sic]
Esposo casal (1)	Não muito bem assim, ela não aceita muito não, às vezes não posso contrariar, se eu contrariar, fica sem falar comigo, fica emburrada, acontece bastante.
Esposa casal (2)	É tranquilo assim, é uma troca mesmo, porque geralmente eu não sou muito de fazer crítica, então quando a gente conversa é algo bom, porque eu não sei como ele aceitaria em forma de crítica, coisas assim, talvez fosse mais difícil, mas tranquilo.
Esposo casal (2)	Acho que ela entende bem, é certa, ela entende o que eu quero falar pra ela, da forma que eu falo, me relaciono com ela. [sic]
Esposa casal (3)	Ai, depende, né. Quando for pra conversar assuntos bons, ele aceita bem, quando é pra criticar [...] Acho que ninguém aceita muito quando é pra brigar. [sic]
Esposo casal (3)	Boa pergunta, eu acho que é bem recebida, eu acho que não teria, posso parecer presunçoso, não teria nenhum tipo de reclamação sobre essa forma de comunicação. Talvez, acho que ela percebe bem.
Esposa casal (4)	É tranquila.
Esposo casal (4)	Eu acho que ela sente bem também, por isso a gente tá aí há treze anos, porque se a gente não fechasse, não vou dizer pra ti que não vai ter discussão, é obrigado. Qual o casal que não vai ter? Mas eu acho que ela sente bem também, porque quando um está errado o outro corrige, a gente tenta chegar num denominador comum. [sic]

Fonte: Pesquisa realizada pelo autor, 2017.

No tocante ao questionamento de como a comunicação é recebida pelo parceiro, notam-se diferenças nas respostas do casal um e do casal três. No casal um, a esposa afirma ser bem recebida enquanto o esposo relata o oposto, o que remete ao relato deste esposo em

outro momento da pesquisa onde afirmou se colocar abaixo da esposa, aceitando os argumentos dela na tentativa de harmonizar a relação.

Já no casal três, aparece o inverso. A esposa afirma que o parceiro não aceita críticas enquanto ele defende que a comunicação é bem recebida, denotando, parece, um pequeno problema de comunicação nestes casais. Sobre este tema, pode-se compreender que a falta de comunicação ou a incompreensão dentro do relacionamento pode acarretar inúmeros conflitos geradores de brigas. Figueredo (2005) diz que os fracassos nos relacionamentos estão ligados comumente às brigas, que existe uma necessidade das pessoas em serem aceitas e compreendidas e que isto depende de uma aceitação empática do outro.

Outros autores defendem este pressuposto, Salinas e Bucay (2010) afirmam: “Se quero ser ouvido de verdade, então devo aprender a falar de mim, do que preciso e do que sinto em relação a suas atitudes. Esta única mudança provavelmente tornará muito mais fácil para você me ouvir” (p. 35).

Ainda dentro desta categoria, passa-se a analisar como uma comunicação ineficiente pode influenciar no relacionamento, de acordo com os pesquisados.

Quadro 8 – Comunicação ineficiente

(continua)

Esposa casal (1)	Comunicação é tudo no relacionamento, influencia mesmo. Olha, não sei. Parece que tu desconhece, começa a surgir desconfiança, pensamentos nada bons, porque parece, acaba a confiança, não sei, eu faço uma ligação assim. Não tem essa de não ter segredos, aí faltando a comunicação, não tendo uma comunicação clara parece que surge, gera desconfiança e não ajuda. [sic]
Esposo casal (1)	Se tu interpreta de uma maneira, fala uma coisa e a pessoa interpreta de uma outra maneira, mas quando tu tá olhando nos olhos e tá falando, a gente tá discutindo alguma coisa. Se tu tá falando pessoalmente é uma coisa, se tu tá conversando por aplicativos ou outro meio de comunicação, às vezes a pessoa que está do outro lado interpreta de uma maneira diferente, e já aconteceu isso comigo, eu acho que pode causar problemas sim. Problemas de ficar com estafa, começa a brigar com muita frequência, tu já começa a ficar de saco cheio, pensa em sair pra outro lugar, ir embora, viver sozinho. [sic]
Esposa casal (2)	Muitas vezes até separação, divórcio, brigas, desentendimento. Perde a confiança, eu acredito que isso.
Esposo casal (2)	Às vezes pode ser um mal-entendido, pode acontecer até uma separação, às vezes eu falo uma coisa que ela entende outra, e depois não é resolvido, vai acumulando, por fim eu acho que pode se tornar numa separação.
Esposa casal (3)	Brigas, confusão e até separação. Já vi casos de por causa de falha acontecer isso. [sic]

(conclusão)

Esposo casal (3)	Mal-entendido, falhas, ruídos na comunicação, inclusive o rompimento da relação. Eu acho que muito o que acontece hoje, percepção minha, é falta de comunicação.
Esposa casal (4)	Porque sempre fica bem esclarecido. Pode acontecer várias coisas, separação. Pode acontecer de tudo porque é uma falha que dali as pessoas perdem a cabeça. Têm pessoas que do nada, uma coisinha faz uma tempestade ou têm outras que daquela tempestade não dão muita 'bola', tem que saber levar, senão o negócio fica seríssimo. [sic]
Esposo casal (4)	Acho que um casal que não conversa pode até acabar se separando. [...] Se tu não te comunicar, não vai ter nada disso. Tu não conversa com tua esposa, ah, hoje vamos trazer um amigo aqui e tu não vai falar nada e vai trazer qualquer um, eu acho que para os dois tem que ter bastante comunicação, eu penso assim. [sic]

Fonte: Pesquisa realizada pelo autor, 2017.

Nesta categoria é analisado o entendimento dos casais em relação ao que eles acreditam que uma comunicação ineficiente pode ocasionar no relacionamento. Os casais pesquisados afirmam que se não houver uma comunicação eficiente, diversos conflitos podem acontecer. Conflitos estes que vão desde interpretações equivocadas, passando por mal-entendidos, confusões, podendo chegar até mesmo a separações.

Isso pode ocorrer, segundo os autores pesquisados, porque nem sempre os parceiros estão preparados para ouvir realmente o que seus cônjuges querem transmitir. Como diz o popular, “entra num ouvido e sai pelo outro”. Ouvem, mas não compreendem o que seus parceiros querem comunicar. A respeito disso, Salinas e Bucay (2010) enfatizam: “Abrir caminho para a comunicação é uma decisão muito mais eficaz e sensata do que mostrar quão egoísta ou generoso cada um é” (p. 37). Os autores ainda afirmam: “Se quero ser ouvido de verdade, então devo aprender a falar de mim, do que preciso e do que sinto em relação a suas atitudes. Esta única mudança provavelmente tornará muito mais fácil para você me ouvir” (p. 35).

Este tema pode ser confirmado nas falas dos entrevistados ao apresentarem unanimidade nas respostas. Todos os participantes acreditam que uma comunicação ineficiente influencia no relacionamento. O esposo do casal dois confirma: “Às vezes pode ser um mal-entendido, pode acontecer até uma separação, às vezes eu falo uma coisa que ela entende como outra, e depois não é resolvido, vai acumulando, por fim eu acho que pode se tornar numa separação”. O esposo do casal três traz relata: “Mal-entendido, falhas, ruídos na comunicação, inclusive o rompimento da relação. Eu acho que muito o que acontece hoje, percepção minha, é falta de comunicação”. Os relatos exemplificados acima reforçam o que é

defendido pelos autores a respeito da ineficiência de uma comunicação ser fator preponderante para a existência de ruídos que podem resultar em problemas inúmeros, ressaltando a importância da comunicação no relacionamento amoroso e, principalmente, se esta comunicação for eficiente e adequada.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo apresentado teve como premissa compreender o entendimento dos casais a respeito do significado da comunicação nos relacionamentos amorosos, se percebem que há uma relação de importância da comunicação. Buscou-se investigar como ocorre a comunicação e quais as formas que aparecem nos relacionamentos amorosos e também as implicações da comunicação em seus relacionamentos. Percebeu-se, com base neste estudo, que os casais pesquisados, apesar de estarem juntos no mesmo ambiente, nem sempre estão se comunicando e até mesmo há a ocorrência de uma comunicação onde não se compreendem.

Outro ponto importante a ser mencionado no estudo é o fato de como os casais compreendem seus relacionamentos amorosos. De um modo geral, os participantes acreditam que tenham uma boa convivência. Valorizam quando estão juntos e reforçam a importância do ambiente ser harmonioso. Aqui cabe destacar sobre as formas comunicação e como elas ocorrem. Os pesquisados mencionaram que as formas mais utilizadas são o diálogo, as conversas “cara a cara” e que pouco usam os aplicativos, os contatos parecem ser mais presenciais, mas demonstraram fazer bom uso das mídias digitais, quando utilizadas.

Em se tratando dos tipos de comunicação, neste trabalho, optou-se por abordar algumas formas, como a verbal, não verbal e as tecnologias digitais. Na pesquisa de campo a comunicação não verbal pouco apareceu. Sabe-se que por meio da comunicação não verbal podem ser expressos gestos, expressões, sentimentos e emoções, que o parceiro ou parceira pode não perceber e com isso incorrer em interpretações equivocadas. Os participantes desta pesquisa foram unânimes em afirmar a importância da comunicação em seus relacionamentos amorosos.

A comunicação é a base dos relacionamentos e sem esta podem ocorrer situações mal interpretadas, pelo fato de seus parceiros não compreenderem realmente o que seus cônjuges querem lhe transmitir, podendo resultar inclusive no rompimento da relação. Estes ainda trazem seus sentimentos ao se comunicarem com seus parceiros ou parceiras; a grande maioria deles afirma se sentir bem, parecem estar confortáveis em suas relações.

Pode-se perceber algumas variáveis que influenciaram na pesquisa. Obteve-se pouca aderência do público masculino, poucos foram os casais que participaram devido aos esposos não quererem participar da pesquisa. Pelo fato de alguns casais serem próximos do pesquisador, pode ter ocorrido constrangimento por parte dos pesquisados, talvez resultando numa influência nas respostas. Poucos são os profissionais em Psicologia que trabalham com a demanda de casais e poucos materiais referentes a esta temática foram encontrados.

Dada a importância do tema para a Psicologia, sugerem-se mais trabalhos com esta temática e que estes tenham um aprofundamento maior, sendo que existe uma demanda crescente entre os casais. A grande maioria das pessoas vive em relacionamentos amorosos, por este motivo acredita-se ser de fundamental importância aprofundar os estudos, sobretudo na questão da comunicação.

REFERÊNCIAS

ANDOLFI, Maurizio; ANGELO, Claudio; SACCU, Carmine. **O casal em crise**. São Paulo: Summus Editorial, 1995.

AUGUSTO, Cleicle Albuquerqu et al. Pesquisa Qualitativa: rigor metodológico no tratamento da teoria dos custos de transação em artigos apresentados nos congressos da Sober (2007-2011). **Rev. Econ. Sociol. Rural**, Brasília, v. 51, n. 4, p. 745-764, dez. 2013. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0103-20032013000400007>>. Acesso em: 06 jun. 2017.

BAUMAN, Zygmunt. **Amor líquido**: sobre a fragilidade dos laços humanos. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2004.

BEREZA, Elizaneti A. et al. A influência da comunicação no relacionamento conjugal. **Arq. Ciênc. Saúde Unipar**, Umuarama, v. 9, n. 1, p. 31-40, jan./abr. 2005. Disponível em: <<http://revistas.unipar.br/index.php/saude/article/viewFile/216/190>>. Acesso em: 12 maio 2017.

BVS-Psi. **Base de dados**. Disponível em: <<http://www.bvs-psi.org.br/php/index.php>>. Acesso em: 12 maio 2017.

DICIONÁRIO AURÉLIO ONLINE. Disponível em: <<https://dicionariodoaurelio.com>>. Acesso em: 06 maio 2017.

FIGUEREDO, Patrícia da Motta Vieira. A Influência do locus de controle conjugal, das habilidades sociais conjugais e da comunicação conjugal na satisfação com o casamento. **Ciênc. cogn.**, Rio de Janeiro, v. 6, n. 1, p. 123-132, nov. 2005. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-58212005000300014&lng=es&nrm=iso>. Acesso em: 16 jun. 2017.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

_____. **Métodos e técnicas em pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

KROM, Marilene. **Família e Mitos: prevenção e terapia: resgatando histórias**. São Paulo: Summus Editorial, 2000.

LYRA, Márcia Cristina de Miranda. **Comunicação intra e interpessoal**. Secretaria de Educação do Estado de Pernambuco. Educação a Distância. 2014. Disponível em: <https://sisacad.educacao.pe.gov.br/bibliotecavirtual/bibliotecavirtual/texto/CadernoBIBComunica_C_eoIntraeInterpessoal2014.2.pdf>. Acesso em: 15 maio 2017.

NILSON, Ana Marcia Caldeira. Os laços afetivos na era digital. **e-Com**, v. 8, n. 2, 2016. Disponível em: <<http://revistas.unibh.br/index.php/ecom/article/view/1644/941>>. Acesso em: 10 jul. 2017.

PIANA, Maria Cristina. A pesquisa de campo. In: _____. **A construção do perfil do assistente social no cenário educacional**. São Paulo: Cultura acadêmica. 2009. Cap. 5. p. 167-175. Disponível em: <<http://books.scielo.org/id/vwc8g/pdf/piana-9788579830389-06.pdf>>. Acesso em: 11 jun. 2017.

PRETTO, Zuleica; MAHEIRIE, Kátia; TONELI, Maria Juracy Filgueiras. Um olhar sobre o amor no ocidente. **Psicol. estud.**, Maringá, v. 14, n. 2, p. 395-403, jun. 2009. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722009000200021>>. Acesso em: 24 maio 2017.

RAMOS, Ana Paula; BORTAGARAI, Francine Manara. A comunicação não verbal na área da saúde. **Rev. CEFAC**, São Paulo, v. 14, n. 1, p. 164-170, fev. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-18462012000100019&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 10 jul. 2017.

SALINAS, Sílvia; BUCAY, Jorge. **Amar de olhos abertos**. Rio de Janeiro: Sextante Ed., 2010.

SILVA, Lucilene Prado e; VANDENBERGHE, Luc. A importância do treino de comunicação na terapia comportamental de casal. **Psicol. Estud.**, Maringá, v. 13, n. 1, p. 161-168, mar. 2008. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722008000100019>>. Acesso em: 13 maio 2017.