

A TEORIA DOS SISTEMAS FAMILIARES EM “DIVERTIDA MENTE”: UMA ANÁLISE DAS DINÂMICAS RELACIONAIS

Ana Luiza Nascimento, Amanda Marini de Jesus, Rodney Querino Ferreira da Costa.

Universidade do Vale do Paraíba/Faculdade de Educação e Artes, Avenida Shishima Hifumi, 2911, Urbanova - 12244-000 - São José dos Campos-SP, Brasil, alnascimento20@gmail.com, amandamarinidejesus@gmail.com, rodney.costa@univap.br.

Resumo

Este artigo propõe uma análise da animação “*Inside Out*” (“Divertida Mente”, na tradução brasileira) sob a perspectiva da psicologia sistêmica. O estudo explora como a narrativa do filme serve como uma metáfora visual para a complexidade da mente humana e, especificamente, para as dinâmicas relacionais que moldam o desenvolvimento emocional de um indivíduo. Utilizando conceitos da Psicologia Sistêmica, o artigo examina a interdependência entre a protagonista Riley, suas emoções e seu núcleo familiar. Foi realizada a coleta de dados para este estudo, a partir de consultas às bases de dados acadêmicos Scielo, Pepsic e Google Acadêmico, para a seleção de artigos científicos, teses e dissertações relevantes. Argumenta-se que a crise emocional de Riley, desencadeada por uma mudança de vida, não é apenas um evento psicológico interno, mas um reflexo da desestabilização de seus sistemas relacionais. A análise se concentra em conceitos como subsistemas, fronteiras e a influência do contexto familiar na regulação emocional e na formação da identidade.

Palavras-chave: Psicologia sistêmica. Relações familiares. Psicologia familiar. Escola estruturalista.

Área do Conhecimento: Ciências Humanas

Introdução

A animação “Divertida Mente” (*Inside Out*) apresenta uma alegoria visualmente elaborada da psicologia da mente humana, explorando as dinâmicas entre as emoções e a formação da personalidade. A narrativa centra-se na protagonista, Riley, e em suas emoções primárias — Alegria, Tristeza, Medo, Raiva e Nojinho — que são personificadas como personagens centrais. A família de Riley também desempenha um papel fundamental, atuando como um sistema psicossocial que influencia diretamente a regulação emocional e o desenvolvimento da protagonista. O filme propõe uma reflexão sobre a complexidade da infância e adolescência, desmistificando a ideia de que essa fase inicial da vida é imune a traumas e desafios psicológicos.

A representação inicial do filme estabelece a gênese das emoções de Riley, simbolizando o processo de desenvolvimento emocional desde o nascimento. A Alegria e a Tristeza são introduzidas como as primeiras emoções, ilustrando a dualidade inerente à experiência humana. A “torre de comando”, ou sede das emoções, metaforicamente representa o córtex pré-frontal, área cerebral associada ao controle das emoções e comportamentos. O filme traça um panorama da infância de Riley, destacando a predominância da Alegria e a harmonia familiar, representada como uma relação de fronteira nítida, que segundo Salvador Minuchin (1974) indica clareza de papéis e respeito mútuo, além de apresentar uma comunicação apropriada entre os subsistemas. Essa fase é caracterizada por memórias predominantemente positivas, codificadas pela cor amarela, associada à Alegria. A cooperação entre as emoções dentro da “torre” reflete o esforço do psiquismo para manter a estabilidade emocional e a adaptação social.

A transição da infância para a pré-adolescência de Riley é marcada pelo desenvolvimento das “ilhas de personalidade”, que podem ser interpretadas como constructos psicológicos que organizam o senso de identidade e os valores da protagonista. Essas ilhas — como Família, Amizade, Hóquei, Honestidade e Bobeira — representam subsistemas sociais e psicológicos que compõem a identidade de Riley. Subsistemas são agrupamentos que ocorrem a partir de características geracionais, gostos em comum ou então identidade de gênero (Bertalanffy, 1968). O foco deste estudo reside na Ilha da Família, um subsistema central que será analisado em profundidade. A mudança geográfica e as subsequentes perturbações na vida de Riley desencadeiam uma crise que impacta diretamente suas estruturas emocionais e relações interpessoais. Essa crise ameaça a integridade de seus subsistemas

de personalidade, exigindo uma reconfiguração da dinâmica emocional para a adaptação. A narrativa, portanto, ilustra de forma didática o impacto de eventos externos no equilíbrio psicológico e na resiliência de um indivíduo.

A partir de um olhar baseado na psicologia sistêmica, é possível estabelecer uma relação entre as dinâmicas familiares presentes na família da protagonista e entre as emoções personificadas representadas pelos personagens localizados na torre de controle, ou córtex pré-frontal, logo que esses personagens também se relacionam e interagem de forma semelhante a uma dinâmica familiar.

Metodologia

A metodologia deste estudo baseia-se na análise fílmica qualitativa, utilizando o longa-metragem de animação "Divertida Mente" (2015), dirigido por Pete Docter, como objeto de pesquisa. A análise é conduzida sob uma abordagem interpretativa e teórico-analítica, aplicando os conceitos fundamentais da Psicologia Sistêmica para decodificar as dinâmicas relacionais e os fenômenos psicológicos apresentados na narrativa, com foco principal nas relações intrapessoais e interpessoais representadas na obra. Também foi realizada a coleta de dados para este estudo, a partir de consultas às bases de dados acadêmicos Scielo, Pepsic e Google Acadêmico, para a seleção de artigos científicos, teses e dissertações relevantes. Além disso, foram utilizadas obras de literatura clássica, como as de Salvador Minuchin e Murray Bowen que são especializados no tema para a fundamentação teórica.

Resultados

A transição da infância para a pré-adolescência de Riley é marcada por uma mudança geográfica que atua como um evento desestabilizador para o sistema familiar. A mudança de cidade, em vez de ser um processo de adaptação conjunta, gera tensões e conflitos no sistema parental. A distância, que a princípio era somente física, em relação aos costumes até então conhecidos por Riley na cidade em que cresceu, passa a estar presente também em sua relação com os pais. Na psicologia sistêmica, a distância é um espaço que aproxima, ou não, os integrantes do sistema, gerando pertencimento e autonomia (Sathes *et al.*, 2020). Enquanto há um equilíbrio na distância, melhor é o funcionamento do sistema. Na animação Divertida Mente (2015), a protagonista se distancia do sistema do qual faz parte de forma a aumentar sua autonomia e diminuir seu senso de pertencimento, o que gera uma crise sistêmica, além dos conflitos apresentados ao decorrer da trama.

O estresse dos pais, Bill e Jill, manifesta-se em discussões, indicando uma fronteira permeável entre o subsistema conjugal e o subsistema parental, onde os problemas do casal afetam diretamente a dinâmica familiar. A ausência de consulta a Riley sobre a mudança revela uma assimetria de poder que destaca a hierarquia do sistema e contribui para distanciamento e sentimento de desconsideração da filha. Estruturas hierárquicas em que pais ocupam a posição de liderança são características em sistemas de fronteira nítida (Minuchin, 1974). A reação de Riley ao receber uma ordem de seu pai em umas das cenas do filme, na qual ela hesita em obedecer, indica um movimento na dinâmica deste subsistema, onde há uma mudança na fronteira antes estabelecida.

Os desafios de Riley na nova escola e as interações disfuncionais com o pai (a discussão durante o jantar) refletem a crescente dissociação familiar. Tais eventos, cumulativos, culminam em uma crise sistêmica aguda, levando Riley a uma atitude extrema de fuga. Esse comportamento de risco não é apenas um ato de rebeldia individual, mas um sintoma do desequilíbrio do sistema familiar, com a quebra da homeostase, que segundo "A Teoria Geral dos Sistemas" de Ludwig Von Bertalanffy (1968), ocorre a partir de uma série de processos contínuos que alteram os comportamentos dos integrantes do sistema e, conseqüentemente, a organização dos mesmos.

Simultaneamente, a crise no sistema familiar externo de Riley é espelhada por um caos no sistema emocional interno. Antes da mudança, o sistema emocional era dominado pela Alegria, que impunha uma liderança rígida e unilateral. A recusa em reconhecer a importância da Tristeza e a tentativa de isolá-la é uma representação da rigidez do sistema em aceitar e processar emoções negativas. Segundo Salvador Minuchin (1974), fronteiras rígidas podem ocasionar desligamentos com subsistemas externos e, apesar de aumentar a autonomia, permite também o afastamento e isolamento de ajuda e afeição, além da fragilização dos vínculos. Portanto, a crise sistêmica vivida pelas emoções no literal córtex frontal da protagonista se reflete em seu sistema familiar, permitindo uma analogia referente ao desenvolvimento emocional e relações interpessoais.

A subsequente desintegração do sistema emocional interno, com a "queda" de Alegria e Tristeza no subconsciente e a perda de controle das demais emoções, leva à destruição das "ilhas de personalidade". Isso ilustra a interdependência dos subsistemas, mostrando que a desintegração de um deles (as emoções) causa o colapso do sistema maior (a personalidade de Riley).

Discussão

Com base nos estudos de Salvador Minuchin (1974), os conceitos da terapia familiar foram organizados a partir da estrutura familiar, surgindo assim, a abordagem estrutural (Prado; Zanonato, 2019). A família de Riley se configura com uma estrutura bem definida, com funções recíprocas e padrões estabelecidos, até que a mudança de cidade ocorre como uma circunstância de estresse que obriga a família a se adaptar ao novo. As famílias são agrupadas em subsistemas, que podem ser baseados em gerações, gêneros ou interesses, onde cada integrante recebe uma função (Nichols; Schwartz, 2007). No filme é possível identificar subsistemas conjugais composto por pai e mãe, e parentais, sendo eles pai e filha, mãe e filha. Visto que apresentaram comportamentos de harmonia durante o início do filme, pode-se considerar uma família constituída por uma fronteira nítida com estrutura hierárquica bem estabelecida. Isso significa que os subsistemas são bem definidos, onde é possível perceber, por exemplo, a exclusão dos filhos no subsistema do casal e a posição de liderança dos pais (Nichols; Schwartz, 2007).

Com a mudança de cidade, a família se desestabiliza criando um distanciamento emocional e vínculos frágeis que surgem em meio a discussões entre os membros e estresse acumulado. Por consequência, se tornam uma família com fronteira rígida, de acordo com Minuchin (1999 apud Sathes et. al., p. 201) "as fronteiras rígidas são compostas por relações distantes e vínculos frágeis entre os integrantes, não existindo comunicação entre os subsistemas, ficando comprometida a função protetora da família". Ao se deparar com uma situação de estresse extremo, onde Riley foge de casa, a família sente a necessidade de se auxiliar mutuamente, ouvindo e acolhendo a garota que desiste de fugir e retornar a casa. O movimento leva a família a retornar a seu funcionamento anterior, demonstrando possuir uma estrutura funcional no final do filme.

Durante a narrativa, foram identificados alguns conceitos fundamentais da Psicologia Familiar Sistêmica, como por exemplo a morfogênese, que ocorre quando um sistema utiliza de ocorrências externas para realizar mudanças em sua organização (Gomes et al., 2014). Isso é mostrado no filme com a tentativa de fuga de Riley, que procurava uma mudança principalmente na questão geográfica, a protagonista desejava voltar a morar em Minnesota, apresentando forte resistência às mudanças vividas pela família.

Outro conceito analisado na obra foi a homeostase, um movimento que ocorre quando o sistema familiar é ameaçado na tentativa de se manter estável (Nichols; Schwartz, 2007). Este se faz presente quando as personagens Tristeza e Alegria são "retiradas" na sala de comando e as demais emoções se veem obrigadas a mudar temporariamente sua estrutura e buscar ferramentas para manter o "funcionamento" das emoções de Riley, afinal, as emoções também compõem um sistema próprio, com suas estruturas, fronteiras e subsistema. Isso é evidenciado principalmente enquanto acompanhamos a aventura da Alegria e Tristeza, que têm seu subsistema testado e sua fronteira alterada, logo que ambas passam a se entender e se aproximar com o decorrer da narrativa, tornando sua fronteira, que antes era rígida e com desligamento, mais nítida.

Conceitualizada por Wiener (1940 apud Prado; Zanonato, 2019), a cibernética é uma ciência que estuda os mecanismos de um sistema baseado na comunicação dele com o meio, a partir dela surgiram conceitos como o feedback. Os feedbacks são circuitos que produzem informações ao sistema para que ele siga com funcionamento estável, eles podem ser positivos, reforçando novos direcionamentos e padrões ao sistema, ou negativos, indicando a necessidade de correção e restauração (Nichols; Schwartz, 2007). O movimento de feedback positivo pode ser visto no filme quando a personagem Alegria deixa Tristeza comandar o comportamento de Riley pela primeira vez diante das outras emoções, tornando clara a importância do sentimento de tristeza no funcionamento humano. Assim como o feedback negativo é demonstrado na cena onde a família de Riley está jantando pela primeira vez na casa nova e a menina começa a ficar irritada, para que a ordem seja restabelecida, seu pai aumenta a voz e pede de forma mais autoritária que Riley vá para o seu quarto.

Por fim, dentro da teoria familiar intergeracional de Murray Bowen (1993 apud Otto; Ribeiro, 2020) os sistemas apresentam sua própria autonomia e particularidade, porém estão completamente

interligados, causando reações coletivas que afetam, além dos subsistemas familiares, o “sistema interno”, representado pelas emoções de da protagonista. Por conta desta fusão emocional nas emoções de Riley e em seu sistema familiar há uma tentativa de rompimento emocional caracterizada pela intenção de fuga da personagem principal, suscitada por uma necessidade de afastamento da realidade e por conta da quebra da homeostase. Esse rompimento ocorre com maior facilidade, visto que, segundo Bowen (1993 apud Otto; Ribeiro, 2020, p.88), “a pessoa que tenta fugir de sua família é tão emocionalmente dependente quanto a que nunca saiu de casa”. As últimas cenas do filme demonstram o retorno de uma harmonia, possibilitando a homeostase, logo que um sistema integrado contribui para o sentimento de pertencimento dos indivíduos que dele fazem parte (Sanchez, 2012 apud Sathes et al., 2020).

Conclusão

A análise da animação "Divertida Mente" sob a ótica da psicologia sistêmica revelou que a crise emocional da protagonista Riley é um reflexo da desestabilização de seus sistemas relacionais. O filme serve como uma metáfora representativa da complexidade da mente humana, demonstrando a interdependência entre a protagonista, suas emoções e seu núcleo familiar.

O estudo identificou conceitos da teoria sistêmica na narrativa, tais como a interdependência dos subsistemas e a importância de fronteiras claras. A família de Riley, que inicialmente possuía uma estrutura com fronteiras nítidas e papéis bem definidos, se desestabiliza com o estresse da mudança, desenvolvendo fronteiras rígidas e distanciamento emocional. A fuga de Riley, embora pareça um ato de rebeldia, é um sintoma do desequilíbrio sistêmico que força a família a confrontar a situação.

O filme também ilustra a importância da homeostase (autorregulação para manter o equilíbrio) e da morfogênese (a busca natural por mudança) nos sistemas. A desintegração do sistema emocional interno de Riley, com a “saída” de Alegria e Tristeza, leva as emoções restantes a buscarem novas ferramentas para se adaptarem, o que é um exemplo claro de homeostase. Além disso, a tentativa de fuga de Riley simboliza a morfogênese, uma tentativa de buscar uma mudança na situação.

A resolução do filme, com o retorno da harmonia familiar e a aceitação da Tristeza como uma emoção vital, sugere que a resiliência não reside em evitar a dor, mas em integrar todas as emoções e restaurar a comunicação e a coesão dentro dos sistemas. Em suma, "Divertida Mente" oferece uma representação didática e profunda de como eventos externos afetam o equilíbrio psicológico, reforçando a ideia de que o indivíduo e suas dinâmicas relacionais estão intrinsecamente conectados.

Referências

BERTALANFFY, L. V. **General system theory: foundations, development, applications**. New York: George Braziller, 1968.

BOWEN, M. **Family Therapy in clinical practice**. Lanham: Jason Aronson, 1993.

GOMES, L. B. et al. As origens do pensamento sistêmico: das partes para o todo. **Pensando Famílias**, Santa Catarina, v. 18, n. 2, p. 3-16, dez. 2014. Disponível em: <v18n2a02.pdf https://share.google/iDH7jkI5rSZtLvmn4>. Acesso em: 5 set 2025.

INSIDE OUT; Direção: Pete Docter. Produção: Pixar Animation Studios and Walt Disney Pictures. Estados Unidos: Walt Disney Studios Motion Pictures, 2015, Disney+.

MINUCHIN, S. **Técnicas de terapia familiar**. Cambridge: Harvard University Press, 1974.

NICHOLS, M. P.; SCHWARTZ, R. C. **Terapia familiar: conceitos e métodos**. 7 Ed. Porto Alegre: Artmed, 2007.

OTTO, A. F. N.; RIBEIRO, M. A. Contribuições de Murray Bowen à terapia familiar sistêmica. **Pensando Famílias**, Brasília, v. 24, n. 1, p. 79-95, jul. 2020. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2020000100007>. Acesso em: 4 set. 2025

PRADO, L. C. ZANONATO, A. Terapias de famílias e casais. In: CORDIOLLI, A. V.; GREVET, E. H. (org). **Psicoterapias: abordagens atuais**. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2019.
WIENER, N. Cibernética e sociedade: o uso humano de seres humanos. São Paulo: Cultrix, 1970.

SATHES, M. M. et al. Desenvolvimento de um protocolo de diagnóstico sistêmico familiar. **Pensando Famílias**, Passo Fundo, v. 24, n. 2, p. 193-208, dez. 2020. Disponível em:
<https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2020000200015>. Acesso em: 4 set. 2025.