

DEPENDÊNCIA EMOCIONAL FEMININA: UMA VISÃO DA PSICANÁLISE

Gabriele Fistarol¹

Resumo: Este artigo tem por finalidade a compreensão em torno da dependência emocional na vida conjugal e como as mulheres que passaram pelo transtorno do divórcio durante a infância tiveram seus relacionamentos amorosos afetados na vida adulta, tendo como objetivo a análise sobre a importância da família no desenvolvimento emocional da mulher, a relação conflituosa entre pais e filhos após o divórcio e a questão da submissão da mulher diante de seus parceiros. A dependência emocional possui a mesma singularidade que a dependência química, sendo desta forma considerada doença. Um relacionamento em que existe a dependência emocional sempre haverá dois elos, o negativo, aquele que depende e o positivo, ou seja, o outro. A mulher não sente falta do parceiro, ela sente falta da dor que a relação provoca. O papel do psicólogo juntamente com grupos de apoio, prove tentar tirar a mulher do caminho de dor escolhido. Aceitar que se encontra doente é o primeiro passo para cura de quem ama demais. A metodologia empregada foi a bibliográfica através da consulta de sites especializados, livros, artigos, revistas eletrônicas e trabalhos acadêmicos.

1- Introdução, 2- justificativa, 3- metodologia, 4- discussão de resultados, 5- conclusão

Palavras-chave: Mulher; Dependência; Pais; Divorcio; Psicólogo.

Abstract: This article aims to understand about emotional dependence in married life. And how women who went through divorce disorder during childhood had their love relationships affected in adulthood. Having as objective analysis of the family in the emotional of the woman, the conflicting relationship between parents and children after divorce, the issue of the woman's submission to her partners. emotional dependence has the same singularity as chemical dependence, thus being considered disease. A relationship in which there is emotional dependence will always be two negative links the one who depends and the positive, that is, the other. The woman does not miss her partner she misses the pain that the relationship causes. The role of the psychologist along with support groups provide try to get the woman out of the chosen pain path. Accept that if this patient is the first step towards healing those who love too much. The methodology used was the bibliographic through the consultation of specialized websites, books, articles, electronic journals and academic works.

¹Gabriele Fistarol, acadêmica em Psicologia, 10º Semestre da Faculdade de Guarantã do Norte – UNIFAMA. Mantida pela UNIFAMA – União das faculdades de Mato Grosso. Faculdade de Ciências Sociais de Guarantã do Norte-MT, Rua Jequitibá, nº 40, Jardim Aeroporto. Cep.: 78520-000. E-mail: gabfistarol@hotmail.com. Junho de 2022.

Keywords: Woman; Dependency; Parents; Divorce; Psychologist.

1. INTRODUÇÃO

O estudo da dependência emocional por meio da psicologia e da psicanálise tende compreender por que amar demais causa tanto mal. A dependência emocional pode ser comparada a uma dependência química, que na falta, provoca abstinência, levando a pessoa a fazer qualquer coisa para ter de volta a sensação da primeira “viagem”, no caso da emocional, do ser a quem ama. A detenção provocada por esse sentimento de dependência emotiva leva a transtornos psicoemocionais desencadeadores de frustrações, desespero, violência, medo e anseios. A mulher por ações da sua própria biologia acaba sendo a principal agressora e vítima desta dependência, o fato é que ela procura relacionamentos já vivenciados em algum momento de sua vida.

O estudo da psicanálise promove que esta vítima/agressora possui em seu subconsciente a familiaridade com os acontecidos em seu relacionamento na fase adulta, elas apresentam adjetivos como inadmissão da falta de controle, cegueira moral, ansiedade, falta de amor-próprio, egoísmo emocional e obsessão por outro alguém. Um relacionamento tem como embasamento a conciliação entre duas partes, no caso do relacionamento abusivo ocorre a submissão de uma parte e a exaltação mediante domínio possessivo da outra. O termo vítima/agressor se detém ao fato de que a pessoa em questão é vítima de sua própria ação assim como se torna autora da agressão, estando em uma constante corda bamba de dependência daquilo que a machuca. Diante dessas relações abusivas se faz viável um acompanhamento psicológico para reparação dos danos causados na qualidade de vida e na saúde de todos os envolvidos, o prejuízo acarretado pela ação imprudente causada pela dependência leva ao desequilíbrio das relações interpessoais de todos.

Uma das diversas causas responsáveis pelo desenvolvimento da dependência emocional feminina consiste no divórcio dos pais durante a infância da mulher. O fato dos conflitos entre os casais antes, durante e depois do processo de separação, causam uma série de danos à saúde mental da criança que acompanha esse processo turbulento,

causando uma sensação de medo e abandono, conseqüentemente tornando-se uma pessoa emocionalmente dependente de seu parceiro.

O objetivo principal do presente artigo consiste na análise de quais aspectos diante da separação conjugal dos pais afetam o desenvolvimento emocional das filhas a ponto de se tornarem dependentes emocionais de seus parceiros, tendo como base três objetivos específicos: verificar o papel da família de origem no desenvolvimento emocional da mulher; analisar a importância de manter uma boa relação entre pais e filhos mesmo no contexto de divórcio do casal e; comparar os principais traumas causados em um contexto de separação conflituosa dos pais, com o comportamento de dependência da filha aos seus parceiros.

2. JUSTIFICATIVA

Justifica-se devido à crescente demanda observada pela acadêmica durante o Estágio Clínico I realizado no CAPS – Centro de Atenção Psicossocial de Guarantã do Norte/MT.

A dependência emocional é um problema relacionado ao desenvolvimento das emoções que tem se tornado muito frequente nos últimos tempos, porém, muitas vezes pouca importância se dá aos sinais de que as pessoas que sofrem com esse transtorno vêm apresentando. Ciúmes excessivos, possessividade, necessidade de controlar cada passo do parceiro, desconfiança desmedida e baixo autoestima são apenas algumas características de pessoas dependentes emocionalmente.

Para Bution e Wechsler (2016, p. 86, apud Moral e Sirvent, 2008):

“De modo geral, as pessoas que têm dependência emocional são descritas como submissas, com dificuldades de tomar decisões em seus relacionamentos, sentindo-se responsáveis por todos os acontecimentos e centrando-se completamente em sua relação. Assim, tendem a prestar cuidados excessivos ao outro e resolver os seus problemas, mesmo que isso implique em se auto negligenciar.”

É comum vermos casais, hoje em dia, onde a intensidade na relação por parte de uma pessoa é muito maior do que a outra, porém, essa intensidade não necessariamente signifique algo saudável, amor pleno ou genuíno, muito pelo contrário, pode estar

escondendo alguma falta ou extrema necessidade de se dedicar inteiramente a relação, trazendo uma preocupação excessiva em satisfazer o outro em diversos aspectos para poder se sentir mais segura e possuir uma ideia de menores chances de um possível abandono.

Os bons relacionamentos acontecem quando as pessoas estão dispostas a ficarem juntas e manterem um relacionamento onde exista um senso de liberdade, onde as necessidades individuais sejam entendidas e respeitadas por ambos, fazendo com que a união seja prazerosa, caso contrário, se caracteriza uma dependência, condição emocional ou comportamental que afeta a habilidade de ter e manter um relacionamento saudável e mutualmente satisfatório, trazendo impactos negativos para esse convívio (CUNHA, 2019).

Bornstein (2012), indica que uma relação de dependência pode ser definida através de quatro noções básicas: motivacional, comportamental, afetivo e cognitivo. O primeiro elemento, refere-se à necessidade de apoio, orientação e aprovação, já o segundo, está relacionado à uma tendência em buscar ajuda de terceiros e de submissão em seus relacionamentos interpessoais. O componente afetivo, se refere a ansiedade sentida pelo sujeito diante de situações nas quais ele necessita tomar decisões e agir independentemente. E o último componente remete à percepção do indivíduo como impotente e ineficaz.

3. METODOLOGIA

A pesquisa foi realizada dentro do levantamento bibliográfico que agregam conhecimentos ao trabalho referente a Dependência Emocional, de forma a esclarecer o porquê da pesquisa e sua relevância. A pesquisa bibliográfica qualitativa elucida o trabalho mostrando os vários pontos de vista e investigação feitas, por autores que buscam através do meio científico comprovarem a existência de suas investigações e a importância de as mesmas para a sociedade conhecer um problema e a solução dos mesmos, de forma a conceituar e evidenciar a existência do fato da ação, dentro da sociedade.

Oliveira (2007) fala que a pesquisa bibliográfica é uma modalidade de estudo e análise de documentos de domínio científico tais como livros, periódicos, enciclopédias,

ensaios críticos, dicionários de domínio científicos e artigos científicos. Tendo como características diferenciadoras ela pontua que é um “estudo direto em fontes científicas, sem precisar recorrer diretamente aos fatos/fenômenos da realidade empírica” (p.69).

No caso da pesquisa aqui realizada, é visar conhecer quais as causas do desenvolvimento da dependência emocional feminina nas relações conjugais, baseado em referências bibliográficas, bem como também o papel do profissional da psicologia frente a sua função de trabalho.

No decorrer do desenvolvimento desse trabalho foi feito em primeira mão um levantamento bibliográfico sobre o assunto relacionado aos danos causados no desenvolvimento emocional de crianças que acompanham o processo de divórcio dos pais. Dentro das considerações e material pesquisado sobre Dependência Emocional Feminina, é de grande potencial possuindo vários assuntos tratados em livros, artigos científicos, trabalhos acadêmicos, programas e reportagens, que realmente evidenciam o problema de ordem social e econômica, junto as alterações dos quadros de saúde, que estende as demais ordens da vida dos envolvidos ligados a esta situação.

4. DISCUSSÃO DE RESULTADOS

Em um relacionamento conjugal onde a dependência emocional encontra-se presente, ambas as partes não conseguem perceber o que de fato está acontecendo. Assimila-se o que vem acontecendo a um estado de nostalgia e acomodação. Em vieses exteriores os indicadores são claros a todos, menos aqueles a que estão relacionados.

“A dependência emocional costuma ter sinais claros, mas quem está na situação nem sempre consegue enxergá-los. Ciúme, controle e possessividade são indicadores dessa dependência que, em geral, acomete relacionamentos conjugais[...]” (CUNHA,2019. online). A cegueira emocional tende a dar sinais claros do que está acontecendo no ambiente conjugal, no entanto, quem está vivendo a situação, vítima e agressor, acabam por permanecerem anestesiados. Os indicadores básicos de uma dependência emocional como: ciúmes, possessividade e controle são tidos por eles como

meros sinais de amor. O preenchimento de um vazio interno se torna responsável pela aceitação dessa dominação, a falsa ilusão de complemento. No campo da psicologia, trabalhar o amor se torna extremamente importante, pois o psicólogo compreende que amar pode ser tanto benéfico como maléfico ao ser humano. (BUSTION,2016).

Dentro da psicologia o amor pode ser fundamentado em uma teoria, a conhecida teoria triangular fundamentada em três tópicos Intimidade, Paixão e Compromisso. A intimidade refere-se à ligação com o outro, já a paixão conecta-se a ânsia, necessidade, amparo, submissão e desejo sexual. O compromisso pode ser dividido em dois contextos, a decisão de amar (curto prazo) e manter esse amor (longo prazo). As combinações entre esses tópicos podem levar a várias formas de amar. (STERNBERG, 1988). A atual discussão nos leva a compreensão que a junção de paixão e compromisso a longo prazo leva a construção de um amor que age sobre a influência de dependência emocional.

A dependência emocional, pode ser considerada aqui como a ‘doença’ da relação, que se não for tratada, pode assim permitir que “morra” o relacionamento, a individualidade do dependente ou até mesmo do outro que se relaciona com o dependente. Algumas pessoas tornam a relação ou o outro um vício. É como na dependência química, mas a droga nesse contexto é qualquer outra coisa que mantenha o dependente no vício. (DIAS, 2013, p 87)

Podendo ser classificada como uma doença, que provoca as mesmas estimulações e vícios que a droga química, a dependência emocional ativa hormônios como a dopamina, serotonina, noradrenalina, endorfina. Cada um desses hormônios tem substância similares às encontradas da droga sintética anfetamina.

4.1 Conflitos na infância

A mulher é vítima de constantes conflitos internos desenvolvidos na fase infantil, esses por suas vezes são baseados na imagem parental que a mesma faz do pai e da mãe. Durante a infância, a ausência dos pais ou de um deles pode postergar sérios conflitos psicoemocionais na mente da criança. O convívio entre pai e filha e entre mãe e filha na infância é tido como um complexo edipiano. O primeiro vínculo amoroso é voltado para os pais desenvolvendo na criança uma relação de possessão em que eu pai ou mãe são suas propriedades.

Segundo Klein (1928) o afeto da menina para com a mãe é de comparação e com o pai, é de afeto amoroso, assim o ego da criança dedicará a mãe as frustrações e desejos negativos, enquanto para o pai haverá um vínculo positivo e amoroso. No entanto esse ego com o crescimento e desenvolvimento físico e psíquico acaba sendo destruído pela sensação de culpa. Para aliviar essa sensação de culpa, surge o superego onde Klein (1928) explica que o superego feminino passa a se desenvolver na infância, a mulher tenta no período infantil a se projetar diante da imagem da mãe. O fato de que a mulher consegue se auto sacrificar por outro alguém faz com que o seu superego seja alavancado juntamente com a possessão de intenso ciúme seguindo junto com ela por toda vida. Nesse caso o divórcio na vida da pequena quebra essas analogias parentais, causando distorções negativas na face adulta. A visão materna antes tida como uma projeção para si, se imaterializa e a mãe passa assumir papéis antes vinculadas ao pai. Mesmo morando no mesmo ambiente o convívio se torna escasso e distante. No lado paterno a ausência permanente provoca uma sensação de desamparo e desamor.

Sussman (2010) Izquierdo Martínez (2013) concordam sobre a influência do desenvolvimento afetivo na infância para a formação de relacionamentos amorosos na fase adulta. Quando a linha afetiva se fragmenta com o divórcio dos progenitores, acontecem um buscar constante de afeição e apego a outras pessoas. Os relacionamentos conjugais que essas meninas, agora mulheres adultas, estarão baseadas no contexto familiar que vivenciaram. Acontece a chamada psicologia reversa, ela diz a si mesma que sua relação conjugal não será igual ao dos seus pais mentaliza algo perfeito sem abalos por isso a questão da possessão seguido de um amor desenfreado.

Abalos psicológicos em crianças tem uma abrangência maior quando existe uma relação de conflito entre os pais durante ou após o divórcio prejudicando na qualidade de vida escolar, social e afetiva. Levando problemas sérios como ansiedade, depressão e falta de confiança ao sexo oposto que se promoverá em seus relacionamentos quando adulta. (SCHERZER; FERRER; SOSIC, 2018). Dentro do relacionamento conjugal a mulher tenta suprir a afetividade pedida na infância por meio de seu companheiro, contudo, por medo daquele também lhe abandonar ela passa a deter-lhe. Antes, o amor que era puro se tornar doentio e descontrolado.

4.2. O PAPEL DO PSICÓLOGO

Dentro do contexto de Dependência Emocional, a psicologia tenta tratar esta condição controlando o amor patológico.

“[...]os estudos revisados mostraram que a dependência emocional deve ser entendida como um transtorno multifatorial, sendo influenciada também por fatores neurológicos e psicológicos.” (BUTION, 2016, p.87). A liberação dos hormônios como dopamina e a serotonina sendo ligadas aos fatores psicológicos como ansiedade, baixa autoestima e apego demorado, determina a dependência emocional a base neurológica dessas pessoas desenvolve substâncias semelhantes a psicoativa. Assim, como um dependente químico é necessário que o paciente aceite a sua atual condição.

A psicanálise junto a psicologia foca os fatos da predominância da visão negativa e positiva. Aquele que depende sempre se verá pelo lado negativo, o outro as partes do lado positivo. Este lado negativo permeia a sensação de rejeição social, ao se culpar o dependente acredita que só será possível a melhora se o outro estiver ao seu lado estabelecendo uma relação patológica. “Na verdade, elas são viciadas em dor e no caos em que seus relacionamentos se transformam. A relação homem-mulher é apenas uma faceta da postura insalubre que desenvolvem.” (PALUDO,2014, p. 4). No tratamento a mulher terá ciência real de sua relação, na verdade a evidência está na questão de ela amar a dor corrente vivida em algum ponto de sua existência e não ao seu parceiro.

Outro agrave importante observado pelo psicólogo são os constantes atos de violências ocasionadas pelo companheiro não se sujeitar a ser a ancora de sustentação. Ao se ver sufocado e reprimido o conjugue busca a libertação, algo inaceitável pelo outro. Mesmo, assim, a mulher dependente emocionalmente prefere viver o caos da relação à separação. Terapias em grupo ajudam a expressar o significado do problema, ouvir histórias semelhantes desperta no íntimo da paciente aquilo que não foi aceito até o momento. Um importante grupo de apoio é o MADA- Mulheres que Amam Demais - Baseado no livro homônimo de 1985 da psicóloga e terapeuta familiar Robin Norwood². A autora fez uma análise sobre as mulheres que se envolviam com dependentes químicos estas mulheres possuíam padrões semelhantes a dependência pelo outro se tornava pior

² Psicóloga, terapeuta familiar e escritora norte-americana. Escreveu o livro Mulheres que amam demais (1985) sendo a base para o tratamento das pessoas que sofrem de dependência emocional.

que a da droga. Norwood propões reuniões em grupos para essas mulheres que amam demais pudessem ser tratadas. Norwoord (1985, p. 5, apud PALUDO, 2014, p. 5) ao escrever o livro determinou como propósito específico:

Esse livro é escrito com um propósito bastante específico: ajudar mulheres com maneiras ou sentimentos destrutivos a reconhecerem o fato, a compreenderem a origem desses sentimentos e a obterem os instrumentos para modificarem suas vidas. Que este livro não ajude apenas a se tornarem mais conscientes da realidade de sua condição, mas também as encoraje para mudar, retirando sua atenção afetuosa de sua obsessão por um homem e colocando-a na própria recuperação e na própria vida.

Baseando-se no objetivo específico de Norwood o profissional de psicologia pode cuidar e melhorar a qualidade vida dessas mulheres.

5. CONCLUSÃO

A dependência emocional tem sua raiz no abandono parental ocorrido, ainda, na infância. O divórcio dos pais pode trazer danos ao psicológico da menina, além daqueles já certificados pela ciência como depressão, mudança de comportamento, agressividade entres outros, desencadeia na menina uma sensação de culpa e abandono. As crianças se visualizam nos pais, a mãe tende a ser a figura visual do feminino, enquanto o pai se torna o vislumbre do sexo oposto.

Mesmo sendo testemunha das discussões dos pais, a criança mantém a segurança que ambos estão juntos, porém, a confirmação da separação provocar em seu interior desamparo, medo e culpa. Durante toda sua vida ela tentará preencher o vazio que permaneceu com a ausência dos pais e em suas relações amorosas já adulta, procuram recriar a sensação da infância, assim começa a dependência emocional em relação a seu parceiro. O casal mantém um relacionamento aparentemente perfeito, no entanto, dentro dessa perfeição que está o mal, o casamento se mantém por excesso de amor, propriedade, ciúme extremo, violência. Tudo isso reflete no neural e psíquico da paciente como um estimulante provocando os mesmos efeitos que uma droga química.

E como esta deve ser tratada? A dependência emocional é tida no campo da ciência como uma doença neural em conformidade com fatores externos. Entretanto, ainda são muito poucos os estudo e tratamento sobre ela. O tratamento psicológico se

torna o mais aceitável e conveniente. Sendo uma doença de caráter psicoemocional, se busca atender o paciente de forma a melhorar sua qualidade de vida através do autoconhecimento e melhora da autoestima.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BORNESTEIN, R.F. **Iluminando uma questão clínica negligenciada:** custos sociais de dependência interpessoal e transtornos de personalidade dependente. *Journal of clinical psychology*, 2012.

BUTION, D.C; WECHSLER A. M. **Dependência emocional:** Uma revisão sistemática da literatura. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, Londrina, v. 6, n. 1, p. 77-101, jun. 2016.

_____. **Dependência emocional:** Uma revisão sistemática da literatura. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, Londrina, v. 6, n. 1, p. 87, jun. 2016.

CUNHA, S. **Dependência emocional:** Entenda quando a situação passo dos limites. *Viva Bem*. São Paulo, 2019. Disponível em: <<https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2019/10/02/dependencia-emocional-entenda-quando-situacao-passa-do-limite.htm>> Acesso em: 28 abr 2022.

DIAS, Isabel. **“Independência ou Morte?”** Quando a Dependência Emocional Interfere nas Relações. *Portal Comporte-se Psicologia & AC*. Londrina-PR, 2013. Disponível em: <<https://comportese.com/2013/07/25/independencia-ou-morte-quando-a-dependencia-emocional-interfere-nas-relacoes/>>. Acesso em: 20 abr 2022.

IZQUIERDO MARTÍNEZ, S. A., & GÓMEZ-ACOSTA, A. **Dependencia afectiva:** abordagem desde una perspectiva contextual. *Psychologia: Avances De La Disciplina*, 7(1), 81-91. 2013. Disponível em: <http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1900-23862013000100008>. Acesso em: 12 jun 2022.

KLEIN, Melanie. **Amor culpa e reparação.** 1928. Lucas Quintela. Disponível em: <https://www.academia.edu/22433883/melanie_klein_amor_culpa_e_reparacao>. Acesso em: 15 jun 2022.

_____. **Amor culpa e reparação.** 1928. Lucas Quintela. Disponível em: <https://www.academia.edu/22433883/melanie_klein_amor_culpa_e_reparacao>. Acesso em: 15 jun 2022.

PALUDO, Pâmela Carbonari. **Mal de amor:** a dependência e a obsessão das mulheres que amam demais. Centro de Comunicação e Expressão, UFSC. Florianópolis, SC, 2014. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/127360/TCC%20Mal%20de%20Amor%20P%c3%a2mela.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acesso em: 15 abr 2022.

PALUDO, Pâmela Carbonari. **Mal de amor:** a dependência e a obsessão das mulheres que amam demais. Centro de Comunicação e Expressão, UFSC. Florianópolis, SC, 2014. p. 5. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/127360/TCC%20Mal%20de%20Amor%20P%c3%a2mela.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acesso em: 15 abr 2022.

OLIVEIRA, M. M. **Como fazer pesquisa qualitativa**. Petrópolis: Vozes, 2007.

SUSSMAN, S. **Love addiction: Definition, etiology, treatment**. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 17(1), 31-45. doi: 10.1080/10720161003604095. 2010
Vasconcelos, S. M., Feitosa, L. B., Felix, P. A., Aguiar, L. M. V., de Sousa, F. C. Disponível em: < <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/107201610036040950>>. Acesso em 14 jun 2022.

STERNBERG, R. J. **The triangle of love: Intimacy, passion, commitment**. New York, NY: Basic Books. 1988

SCHERZER, A. R.; FERRER, V. M. L.; SOSIC, A. M. **Separación o divorcio de los padres: consecuencias en los hijos y recomendaciones a los padres y pediatras**. *Rev. Chil. Pediatr.*, v. 89, n. 2, Santiago, 2018. Disponível em:< <https://tinyurl.com/yjh6y72m>>. Acesso em: 16 jun 2022