

Dependência emocional em relacionamentos conjugais: possíveis fatores e consequências

Thayne de Oliveira Santos^a 
Murilo Reis Camargo^{b*} 

^aFaculdade Morgana Potrich, Mineiros, GO, Brasil

^bFaculdade Fractal, Goiânia, GO, Brasil

Resumo: O objetivo deste estudo é abordar as características da dependência emocional e apresentar como ela afeta os relacionamentos interpessoais e influencia negativamente a saúde mental dos indivíduos acometidos. Foi realizada uma revisão narrativa, ancorada em materiais científicos da área psicológica. Os resultados mostraram um indicativo de maior dependência emocional nas mulheres e o sentimento de culpa, medo do abandono, vazio emocional, despersonalização, ansiedade e depressão como principais consequências da dependência. Em muitas situações ocorre a violência doméstica, e a permanência da mulher dependente ao lado do parceiro agressor contribui para manutenção do ciclo da violência. Assim, torna-se imprescindível abordar o assunto nas discussões sociais, buscando a conscientização sobre a dependência emocional e a importância do cuidado com a saúde mental do dependente, no intuito de evitar ou tratar o problema.

Palavras-chave: dependência emocional, teoria do apego, relacionamentos interpessoais, violência doméstica.

Introdução

Atualmente, com as pessoas cada vez mais conectadas, é quase impossível viver em sociedade e não criar vínculos afetivos com as pessoas à nossa volta. Faz parte da natureza humana estar em contato direto com o meio, estabelecendo relações saudáveis a fim de contribuir para o crescimento e a construção subjetiva de cada ser humano e também se beneficiar disso. Porém, observa-se que a criação de vínculos também pode se dar de maneira patológica (Garcia, 2013).

A falta de amor e de apego nas idades iniciais da criança podem gerar efeitos nocivos nas relações do indivíduo perante os vínculos que ele criará no seu desenvolvimento até a vida adulta. Essas consequências o tornariam altamente dependente de uma figura de apego, diminuindo e até extinguindo suas capacidades autônomas e independentes diante de tomadas de decisão e posicionamentos em relações afetivas (Rodrigues & Chalhub, 2010; Teixeira, 2011).

Esta ideia de necessidade de uma figura de apego foi proposta pela *teoria do apego* de John Bowlby, desenvolvida em 1989 (Bowlby, 2002). Nela, Bowlby define o apego como algo inerente da natureza humana, e que é dado pela tomada de consciência de que o indivíduo tem uma figura essencial em sua vida, atribuindo a ela uma importância significativa e uma sensação de segurança e conforto. Essa figura costuma ser o pai, a mãe ou outra pessoa que esteja presente constantemente.

O apego patológico, por outro lado, também se direciona a figuras abusivas, que não correspondem às expectativas de segurança que a criança precisa (Sophia, 2008).

O ser humano é um ser sociável e dotado de possibilidades, que desenvolve relações interpessoais e cria laços afetivos. Essa característica é inerente ao indivíduo, que começa suas interações logo no início da vida, com os pais e outros familiares. Esse primeiro contato é a porta de entrada para a sociedade, que demanda interações com grupos maiores. Em outras palavras, o ser humano sente necessidade dessas interações, visto que ele influencia a sociedade e é influenciado por ela (Lyra, 2007).

Dessa forma, as relações definem a subjetividade do sujeito. Portanto, as relações estabelecidas demandam cuidado, visto que uma interação positiva traz principalmente benefícios a ambos os indivíduos envolvidos. Em contrapartida, um relacionamento ruim, mal estabelecido, resulta em consequências negativas e diversos prejuízos, como a dependência emocional, que pode causar falta de autonomia, danos psicológicos e isolamento ao dependente (Mota, 2018).

Em relacionamentos conjugais, a dependência emocional da mulher pelo parceiro ou parceira pode resultar em uma relação desadaptativa. Em alguns casos podem ocorrer consequências graves, como o início e a manutenção da violência doméstica, pois a mulher que se encontra dependente emocionalmente em um relacionamento, além de se sujeitar a situações degradantes, ainda costuma acreditar nas promessas de mudança do parceiro após a agressão, fazendo que o ciclo da violência seja mantido (Silva & Silva, 2019).

*Endereço para correspondência: mrcamargo.bio@gmail.com



Com base nas definições previamente apresentadas, é possível observar a importância de expor as questões norteadoras da dependência emocional, assim como de enfatizar o cuidado com a autoestima e o autoconhecimento, de maneira a evitar o comportamento dependente. A dependência é uma das causadoras de danos na saúde mental e nas relações familiares e sociais (Lemos, Vásquez, & Román-Calderón, 2019). Dessa forma, este estudo se justifica a partir da relevância de discutir a dependência emocional e suas consequências, visto que ela envolve diversas outras questões além da dependência propriamente dita. Dentre tais questões, está o estereótipo da mulher como submissa ao homem, que é uma ideia imposta pela sociedade e ensinada desde o início do desenvolvimento de meninos e meninas, cristalizando esse ideal como regra. Essa conjuntura leva a um caminho destrutivo para a mulher, pois o conceito supracitado pode resultar em situações como dependência emocional e, em alguns casos, a violência doméstica (Lucena et al., 2016). Isso causa a manutenção do ciclo da violência contra a mulher, considerada um problema de saúde pública. Além disso, outro fator importante é a vivência do sujeito dependente na infância e a sua relação com os pais que, caso seja desadaptativa, pode acarretar o desenvolvimento de apego patológico e dependência emocional (Casalin, Tang, Vliegen, & Luyten, 2014). Com isso, a discussão sobre o tema e seus desdobramentos se faz necessária.

Nesse sentido, o objetivo deste trabalho é abordar a dependência emocional em relacionamentos afetivos e as suas implicações, analisando as possíveis causas do comportamento dependente e como ele afeta a vida do indivíduo dependente e também o ambiente e as pessoas que o cercam, ressaltando a importância de cuidar da saúde mental em consonância aos relacionamentos interpessoais. Pretende-se também trazer as definições acerca da dependência emocional e da teoria do apego, associando-a com o surgimento de relacionamentos dependentes, bem como discorrer sobre a violência doméstica como consequência da dependência.

Materiais e métodos

Foi realizada uma revisão de literatura do tipo narrativa, em que foram incluídos textos científicos publicados entre os anos de 2006 e 2022, em português, inglês e espanhol, e que contivessem os seguintes descritores: “apego ao objeto”, “dependência psicológica”, “vínculo afetivo”, “relacionamento conjugal”, “machismo” e “violência doméstica”. As bases de dados utilizadas nas buscas foram Scielo e Google Acadêmico. Incluímos também a obra *Apego: A natureza do vínculo*, de John Bowlby (2002), por se tratar de uma literatura referência da área em questão.

Como critérios de inclusão, foram englobados materiais que descrevem a dependência emocional como consequência do estilo de apego desenvolvido na infância e manifestado na vida adulta em relacionamentos

conjugais. Nesse sentido, foram adicionados artigos científicos, trabalhos finais (monografias, dissertações e teses) e capítulos de livro. Os critérios de exclusão, por sua vez, foram textos não científicos e materiais em que não foi possível o acesso ao texto completo ou que não tenham tema relacionado à dependência emocional.

Revisão

Dependência emocional: definições e características do(a) dependente

A dependência emocional é a necessidade exacerbada do indivíduo de demonstrar cuidado e zelo para com o outro, direcionada a uma pessoa com a qual se mantém qualquer relação afetiva próxima. Esse laço afetivo dependente não é considerado saudável e tem como principal característica a busca recorrente de uma figura de apego, na qual o dependente tende a “descarregar” toda a sua carga sentimental, pretendendo, como resultado, preencher algum espaço que lhe é faltante (Silva & Andrade, 2017).

Pessoas dependentes emocionais apresentam características e comportamentos específicos que, a longo prazo, podem acarretar consequências ruins, que afetam a sua saúde e a sua vida biopsicossocial. Em casos de relacionamentos amorosos, existem algumas características importantes a serem listadas. A primeira é o fato de que, quando o indivíduo se distancia fisicamente da figura de apego, aparecem sinais e sintomas semelhantes aos de abstinência, apresentados na forma de taquicardia, tensão muscular e problemas de sono. Existem também as pessoas que demonstram preferências quanto ao tipo de perfil de relacionamento com o qual elas desejam estabelecer vínculos. Mulheres heterossexuais que são dependentes emocionais, por exemplo, não costumam se interessar emocionalmente por homens agradáveis, seguros e bem resolvidos, e preferem homens ciumentos e opressores. É nítido que esses comportamentos reforçam sua dependência (Mota, 2018).

Outra característica muito comum na pessoa dependente emocionalmente é a falta de autoconhecimento. De acordo com Mota (2018), quando as relações interpessoais e ambientais são conscientes e realistas, as possibilidades de o indivíduo aperfeiçoar seus comportamentos diante de determinadas situações são muito maiores. A baixa autoestima também é um fator determinante para a manutenção de comportamentos dependentes. Ainda segundo a visão da autora, o indivíduo com autoestima satisfatória pode proporcionar o bem para si próprio e para o outro, pois ele tem a autonomia de criar um ambiente agradável e de lidar melhor com conflitos a partir do autoconhecimento, ao contrário daquele com autoestima deficitária.

A dependência emocional configura-se como um modelo de carência, em que pessoas que foram desprezadas ou rejeitadas em um determinado momento da vida direcionam essa falta de apeço no passado aos

relacionamentos afetivos futuros, na tentativa de evitar que algo semelhante ocorra novamente (Nogueira, 2010). É específica a relações amorosas e pode ser contextualizada como uma extrema necessidade particular. Os principais aspectos inerentes à dependência emocional são: necessidade de idealização do outro, submissão, falta de autoestima, relações interpessoais desequilibradas e medo de ser abandonado (Bution & Wechsler, 2016).

A dependência emocional envolve ainda quatro elementos principais: motivacional, afetivo, comportamental e cognitivo. O primeiro se refere à carência de aprovação por parte do parceiro ou parceira. O elemento afetivo envolve a ansiedade que o sujeito sente quando se depara com situações em que precisa tomar decisões e agir independentemente. O comportamental se relaciona com a atitude de procurar suporte de outras pessoas e se colocar em posição submissa nas relações. O último elemento, cognitivo, se associa à visão do indivíduo sobre si mesmo como alguém incapaz e impotente (Bution & Wechsler, 2016).

Segundo Rodrigues & Chalhub (2010), os prováveis fatores que podem levar à dependência emocional são a falta de amor, de afeto e de apego. Essas necessidades, quando não supridas na primeira infância, podem gerar complicações relacionadas à afetividade na vida adulta. É possível observar que uma relação malformada com a mãe ou outro símbolo de apego durante o desenvolvimento na infância conduz, em muitos casos, a transtornos nas ligações afetivas estabelecidas na vida adulta. O sujeito, então, busca em seus parceiros o amor e o afeto que lhe faltaram na infância.

Teoria do apego e dependência emocional

Para compreender melhor as questões envolvidas na dependência afetiva, recorre-se, muitas das vezes, à teoria do apego em crianças proposta por John Bowlby (2002). Sua introdução é baseada no pressuposto de que na infância a criança precisa estabelecer uma forma de ligação mínima com o seu cuidador ou qualquer outra figura de apego. Sob essa perspectiva, o apego infantil é classificado em três tipos, de acordo com o vínculo estabelecido com o cuidador: 1. apego seguro, no qual as crianças, quando separadas do cuidador por um curto período, voltam a ter interação com ele rapidamente e são facilmente amparadas, logo retornando às suas atividades normais; 2. apego inseguro-esquivo, em que as crianças, após uma curta separação com o cuidador, se distanciam quando ele retorna; 3. apego inseguro-resistente, no qual as crianças migram do primeiro tipo de apego para o segundo e vice-versa, apresentando oscilação no contato com o cuidador primário, além de se mostrarem mais irritáveis do que os tipos citados anteriormente.

Algumas décadas mais tarde, a teoria do apego de Bowlby foi estendida para adultos, no intuito de compreender as relações afetivas estabelecidas nessa população (Barboza & Silva, 2011; Sbarra & Hazan, 2008). Em contraposição à teoria do apego em crianças, na teoria

do apego em adultos o indivíduo não indica ou escolhe uma figura de apego em especial, as distinções analisadas são de caráter singular da condição mental e da trajetória geral do apego. Essa teoria divide os apegos formados na idade adulta em quatro tipos: 1. seguro-autônomo, que faz associação com o tipo de apego seguro nas crianças, pois nesse grupo os indivíduos descrevem suas lembranças como felizes e se mostram estáveis mesmo com acontecimentos complicados na infância; 2. apego evitativo ou desapegado – nessa categoria os indivíduos fantasiam discursos de sua infância, defeitos nas lembranças do passado; e, ao descreverem tais defeitos, são reprimidos, minimizados ou até negados; 3. apego preocupado-ansioso, no qual eles relatam vivências abstratas, vagas e discrepantes, apresentando dificuldades para lembrar ou expor o passado, mostrando, assim, impedimento na interpretação do início de suas emoções; e 4. apego desorganizado-desorientado, referente a discursos com sintomas críticos de desorientação e desorganização, especialmente quando indagados sobre traumas e perdas.

A partir dessa visão, é possível inferir que o apego patológico (“deficiente” ou “incompleto”) originado na infância a partir das interações com os pais e com o ambiente se desenvolve durante o crescimento do indivíduo até sua vida adulta. Porém, conforme esse indivíduo cresce e seu ambiente e suas relações interpessoais mudam, ele busca mudar também sua figura de apego, antes representada pela mãe, pai ou outra pessoa próxima a ele, que simbolizava a figura de apego primário. Agora adulto, devido às atualizações em seu meio, o apego será direcionado a outra figura, entretanto, mantendo o padrão de apego e dependência vivido anteriormente (Bowlby, 2002; Teixeira, 2011).

Consequências vinculadas à dependência emocional

Após entender o que é e como se dá a dependência emocional, é importante destacar suas diversas consequências ao indivíduo dependente. Dentre elas estão os conflitos conjugais, que envolvem também violência física e psicológica, assim como traições, abandono e, em casos de casais com filhos, prejuízos na educação deles, que a passa a ser negligenciada. Nesses casos, pode ocorrer também o oposto, ou seja, superproteger os filhos para eles não passarem pelas mesmas situações que o dependente está passando (Nogueira, 2010)

Um estudo desenvolvido por Souza (2007), com uma amostragem de cinco casais heterossexuais, apresentou resultados importantes no que se refere à dependência emocional presente nos casais. Essa pesquisa mostrou que ao menos metade das mulheres entrevistadas querem estar com o parceiro o tempo todo, enquanto a maioria dos homens busca seu tempo sozinho e sua privacidade. Além de trazerem questões como fazer sacrifícios em nome da família, duas das cinco mulheres entrevistadas confirmaram que abriram mão dos planos profissionais em nome do relacionamento e dos filhos,

enquanto os homens apresentaram narrativas contrárias a essa, relatando não renunciarem a questões que consideram importantes. Diante dessa análise, é possível notar que as mulheres se mostraram mais dedicadas nos relacionamentos em relação aos homens.

Em outro estudo, realizado por Jiménez & Ruiz (2009), foi considerada uma amostragem de 78 participantes com diagnóstico de dependentes emocionais e um grupo controle que envolveu 311 pessoas selecionadas de maneira aleatória, com a finalidade de delimitar um perfil diferencial entre dependentes emocionais e a população em geral. Foi utilizado como método de coleta de dados o teste de dependências sentimentais (TDS-100). Os autores obtiveram os seguintes resultados: os dependentes emocionais se sujeitam ao outro, são possessivos e apresentam comportamentos de abstinências e sentimentos negativos como culpa, medo de ser abandonado, vazio emocional e controle excessivo. A diferença entre os dependentes e a população em geral foi significativa e abrange todos os fatores investigados pelo TDS-100. Diante desses resultados, observa-se a necessidade de informações sobre a dependência emocional envolvendo suas causas e consequências.

Mota (2018) realizou uma pesquisa com as mulheres do grupo Mulheres que Amam Demais Anônimas (Mada), com amostra de seis mulheres com idades de 32 a 57 anos. Foram aplicados dois testes psicológicos: Escala de Desesperança de Beck (BHS) e Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR). Os resultados apresentaram a situação de comportamento dependente e distorções cognitivas, expondo que as mulheres “faziam de tudo” para agradar os parceiros e aceitavam viver em relacionamentos destrutivos.

Existem casos em que a dependência emocional gera consequências ainda mais graves, incluindo a violência doméstica (Narvaz & Koller, 2006; Siegel, Shaked & Lahav, 2022). Este tema será abordado em maiores detalhes no subtópico a seguir.

Violência doméstica

A violência doméstica conceitua-se pela agressão ocorrida em domicílio (dentro de casa) e que parte de alguém que mantém relação íntima com a vítima. Ela pode se caracterizar como violência física, psicológica, sexual, moral e/ou patrimonial, trazendo danos visíveis à mulher em várias escalas. Inclui também ameaças, intimidação, humilhação e privação de liberdade (Fonseca & Lucas, 2006).

As prevalências deste tipo de abuso demonstram algo bastante grave e que necessita de intervenção. Segundo levantamento da Organização Mundial da Saúde, 35% da população feminina mundial sofreu violência física e/ou sexual cometida por parceiros em algum momento da vida (World Health Organization [WHO], 2013). Na América Latina, 25% a 50% das mulheres sofreram algum tipo de violência, a depender do país. Tais dados apresentam também que um em cada cinco dias de falta no trabalho é decorrente de alguma violência sofrida, o que sugere

que a violência doméstica direcionada às mulheres é um problema de saúde pública, causando desordem também na esfera social (Fonseca, Ribeiro, & Leal, 2012). Apesar de possivelmente ser a que mais progrediu em termos de políticas públicas contra a violência sofrida por mulheres, a América Latina ainda é a região mais violenta do mundo para este público, como aponta relatório oficial de 2016 (Essayag, 2016). No Brasil, a situação também não é animadora. Aqui, 27,5% da população feminina relata ter sofrido violência nos últimos 12 meses, incluindo diferentes tipos de agressão a uma mesma vítima, como violência física acompanhada de ameaças, de violência psicológica e moral (Bueno et al., 2019).

É necessário identificar as subjetividades das vítimas de violência doméstica para compreender melhor as suas possíveis causas (Magalhães, Salva, Evangelista, Bueno, & Silva, 2022). Em sua maioria apresentam um padrão, por exemplo, as mulheres que sofrem violência já presenciaram situações de vitimização sofridas pelas mães na infância, além da existência dos estereótipos de papéis de gênero impostos pela sociedade ditando as posições características masculinas e femininas e nutrido o discurso de que a mulher deve ser submissa ao homem. Tais questões, entre tantas outras, são a base da violência contra mulher (Narvaz & Koller, 2006).

Dentre as causas para o comportamento de não denunciar a violência, encontra-se a condição financeira da mulher, já que elas se veem em situações de dependência. Existe também a dependência emocional em relação ao cônjuge, levando a mulher a acreditar na palavra de perdão do agressor, renovando o ciclo da violência repetidas vezes (Lucena et al., 2016). Outro fator importante nesse sentido é o medo de retaliações por parte do parceiro, tornando a decisão de denunciar ainda mais difícil (Garbin, Garbin, Dossi, & Dossi, 2006).

Um estudo transversal com 504 mulheres com idades entre 15 e 49 anos apresentou os seguintes resultados em relação à violência sofrida por parceiros íntimos: quanto menor a escolaridade de ambos, maior a prevalência de violência; a violência física foi maior contra mulheres evangélicas; 33,4% das mulheres agredidas vivenciaram na infância situações de violência sofridas pelas mães; a probabilidade de violência aumenta se o parceiro tiver características controladoras e agressivas; nos casos em que o parceiro era usuário de álcool e outras drogas, o risco de violência aumentou 59%; a chance de violência aumenta em 96% se o agressor tiver presenciado situação de violência, em que o pai agride a mãe, por exemplo (Vieira, Perdona, & Santos, 2011). Este último dado em específico é bastante alarmante e traz mais um alerta para a necessidade urgente de políticas públicas voltadas para o agressor, na tentativa de impedir que a violência permaneça (e.g. intervenções secundária e terciária), bem como para os meninos em geral, no intuito de quebrar este ciclo de agressão (e.g. intervenção primária) (e.g. Millana, 2011; Pessôa & Wanderley, 2020; Silva et al., 2020).

Outros dados apresentaram números sobre os tipos de violência que mais ocorrem em Florianópolis (SC), obtidos através do Centro de Atendimento a Vítimas de Crimes (Cevic) da cidade. Os resultados mostraram 57 denúncias de violência física; 583 de violência física e psicológica; 45 queixas de violência sexual, psicológica e física concomitantes. No total, foram registradas 846 denúncias entre os anos de 2000 e 2001. Apesar do número elevado de ocorrências, sabe-se que nem todas as violências são denunciadas, logo, os números contemplam apenas os casos em que foram apresentadas queixas no Cevic (Silva, Coelho. & Caponi, 2007).

Considerações finais

Com os dados obtidos na nossa revisão, foi possível encontrar informações importantes. Tais dados mostraram que a dependência emocional pode ter alguma relação com a forma como o apego foi estabelecido em momentos anteriores ao relacionamento. Além disso, o(a) dependente emocional muitas vezes apresenta algumas características típicas, como a falta de autoconhecimento, problemas de autoestima, obsessão e uma necessidade de estar próximo da outra pessoa. Isso gera consequências negativas para o(a) dependente e para o relacionamento como um todo, como autoanulação, sentimento de posse e medo de abandono, além de questões emocionais, como ansiedade e depressão.

A maioria das situações de dependência emocional acomete mulheres. No caso delas especificamente, as principais consequências encontradas foram sentimentos negativos como culpa, medo de ser abandonada, vazio emocional e controle excessivo no relacionamento, além da despersonalização, visto que a dependente normalmente abre mão de suas próprias necessidades em prol do parceiro ou da parceira. Uma consequência ainda mais grave da dependência emocional é a violência doméstica. Sua relação com a dependência emocional

pode se apresentar da seguinte maneira: ao se ver em um relacionamento em que existe a dependência, a mulher muitas das vezes se submete a situações desadaptativas, incluindo a violência, pois ela acredita nas palavras de perdão do(a) parceiro(a) e no apreço que ele(a) sente por ela. Ao acreditar nele(a), ela minimiza a gravidade das suas atitudes e com isso ocorre a manutenção do ciclo vicioso da violência doméstica.

A psicologia é essencial nas situações de violência e de dependência emocional. Inicialmente ela atua na prevenção, levando informações psicoeducativas sobre relacionamentos conjugais e sobre os direitos das mulheres, além da possibilidade de trabalhar estratégias de empoderamento feminino. Quando atua no tratamento, é possível acolher a pessoa dependente em atendimento clínico de psicoterapia, aperfeiçoando as potencialidades do indivíduo e buscando assim o seu bem-estar biopsicossocial.

Finalmente, percebe-se que a dependência emocional se configura como uma situação maléfica para os casais, especialmente para os indivíduos dependentes emocionalmente. Nesse sentido, torna-se importante a conscientização da sociedade em relação à existência de relacionamentos dependentes no intuito de desmistificar essa questão e, em muitos casos, admitir que ocorre um problema e buscar maneiras de amenizá-lo, como fazer acompanhamento com um profissional. Quanto às situações que envolvem violência doméstica, a necessidade de conscientização e de ação torna-se ainda mais urgente, por se tratar de um problema social grave, de saúde pública, e que pode resultar em consequências piores para a vítima, incluindo até mesmo a morte. Esperamos que o nosso trabalho possa informar a sociedade sobre a dependência emocional, assim como aumentar a literatura científica voltada ao tema, no intuito de contribuir para amenizar os efeitos da dependência emocional, especialmente quando relacionada a uniões conjugais.

Emotional dependency in marital relationships: possible factors and consequences

Abstract: This study characterizes emotional dependency and demonstrates how it affects interpersonal relationships, negatively influencing the affected individual's mental health. A narrative review was conducted on scientific publications in Psychology, which indicated greater emotional dependency among women. Guilt, fear of abandonment, emotional emptiness, depersonalization, anxiety and depression were the main consequences of dependency. Domestic violence occurs in many instances, and its cycle is maintained by the dependent woman staying with the aggressor. Addressing the issue in social discussions is essential to raise awareness about emotional dependency and the importance of taking care of the dependent's mental health in order to avoid or treat dependency.

Keywords: emotional dependency, attachment theory, interpersonal relationships, domestic violence.

Dependencia emocional en las relaciones matrimoniales: posibles factores y consecuencias

Resumen: El objetivo de este estudio es abordar las características de la dependencia emocional y mostrar cómo esto afecta a las relaciones interpersonales e influye negativamente en la salud mental de las personas afectadas. Se realizó una revisión narrativa, basada en materiales científicos en el campo psicológico. Los resultados mostraron un indicio de una mayor

dependência emocional em las mujeres, y las principales consecuencias de la dependencia fueron sentimiento de culpa, miedo al abandono, vacío emocional, despersonalización, ansiedad y depresión. En muchas situaciones ocurre la violencia doméstica, y la permanencia de la mujer dependiente al lado de la pareja agresora contribuye al mantenimiento del ciclo de violencia. Por ello, es fundamental abordar el tema en las discusiones sociales, buscando concientizar sobre la dependencia emocional y la importancia del cuidado de la salud mental del dependiente, con el fin de evitar o tratar la dependencia.

Palabras clave: dependencia emocional, teoría del apego, relaciones interpersonales, violencia doméstica.

Dépendance émotionnelle dans les relations conjugales : facteurs et conséquences possibles

Résumé : Cette étude caractérise la dépendance émotionnelle et montre comment elle affecte les relations interpersonnelles, en influençant négativement la santé mentale des personnes affectées. Une revue narrative des publications scientifiques dans la Psychologie a été réalisée, laquelle a indiqué une plus grande dépendance émotionnelle chez les femmes. Culpabilité, peur de l'abandon, vide affectif, dépersonnalisation, anxiété et dépression sont les principales conséquences de la dépendance. Violences conjugales sont communs dans plusieurs situations, et la permanence de la femme dépendante au côté du agresseur maintient le cycle de violence. Il est essentiel d'aborder la question dans de discussions sociales pour sensibiliser à la dépendance émotionnelle et à l'importance de prendre soin de la santé mentale de la personne dépendante afin d'éviter ou de traiter la dépendance.

Mots-clés : dépendance affective, théorie de l'attachement, relations interpersonnelles, violence domestique.

Referências

- Barboza, A., & Silva, L. R. (2011). Esse Amor me adocece: Um estudo exploratório da teoria do apego adulto com mulher em conflito nas relações afetivo-conjugais. *Com Texto*, 8(1), 159-170.
- Bowlby, J. (2002). *Apego: A natureza do vínculo* (Trilogia Apego e Perda, Vol. 1, 3a ed.). São Paulo, SP: Martins Fontes.
- Bueno, S., Lima, R. S., Sobral, C. N. I., Pinheiro, M., Marques, D., Scarance, V., Zapater, M., Santiago, D., & Villa, E. (2019). *Visível e invisível: A vitimização de mulheres no Brasil* 2a ed.). São Paulo, SP: Fórum Brasileiro de Segurança Pública.
- Bution, D. C., & Wechsler, A. M. (2016). Dependência emocional: Uma revisão sistemática da literatura. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 7(1), 77-101. doi: 10.5433/2236-6407.2016v7n1p77
- Casalin, S., Tang, E., Vliegen, N. & Luyten, P. (2014). Parental personality, stress generation, and infant temperament in emergent parent-child relationships: Evidence for a moderated mediation model. *Journal of Social & Clinical Psychology*, 33(3). doi: 10.1521/jscp.2014.33.3.270
- Essayag, S. (2016). *Del compromiso a la acción: Políticas para erradicar la violencia contra las mujeres – América Latina y el Caribe. Documento de análisis regional*. Ciudad del Saber, Panamá: ONU Mujeres. Recuperado de <https://bit.ly/3Q8mJZZ>
- Fonseca, D. H., Ribeiro, C. G., & Leal, N. S. B. (2012). Violência doméstica contra a mulher: Realidades e representações sociais. *Psicologia & Sociedade*, 24(2), 307-314. doi: 10.1590/S0102-71822012000200008
- Fonseca, P. M., & Lucas, T. N. S. (2006). *Violência doméstica contra a mulher e suas consequências psicológicas* (Trabalho de conclusão de curso, Fundação Baiana para o Desenvolvimento das Ciências, Salvador). Recuperado de <https://bit.ly/3Sb9QAJ>
- Garbin, C. A. S., Garbin, A. J. I., Dossi, A. P., & Dossi, M. O. (2006). Violência doméstica: Análise das lesões em mulheres. *Cadernos de Saúde Pública*, 22(12), 2567-2573. doi: 10.1590/S0102-311X2006001200007
- Garcia, A. (2013). Relações interpessoais e sociedade: Uma introdução. In A. Garcia, F. N. Pereira & M. S. P. Oliveira (Orgs.), *Relações interpessoais e sociedade* (pp. 7-14). Recuperado de <https://bit.ly/3s24HQS>
- Jiménez, M. V. M., & Ruiz, C. S. (2009). Dependencia afectiva y género: Perfil sintomático diferencial en dependientes afectivos españoles. *Interamerican Journal of Psychology*, 43(2), 230-240.
- Lemos, M., Vásquez, A. M., & Román-Calderón, J. P. (2019). Potential therapeutic targets in people with emotional dependency. *International Journal Psychology Research*, 12(1), 18-27. doi: 10.21500/20112084.3627
- Lucena, K. D. T., Deininger, L. S. C., Coelho, H. F. C., Monteiro, A. C. C., Vianna, R. P. T., & Nascimento, J. A. (2016). Analysis of the circle of domestic violence against women. *Journal of Human Growth and Development*, 26(2), 139-14. doi: 10.7322/jhgd.119238
- Lyra, P. V. (2007). *Relação de apego mãe-criança: Um olhar dinâmico e histórico-relacional*. Recife, PE: UFPE.
- Magalhães, B. S., Silva, M. C., Evangelista, R. A., Bueno, A. A., & Silva, L. A. (2022). Prevalência e incidência da violência física em mulheres adultas atendidas nos serviços de saúde da América Latina: Protocolo de revisão sistemática. *Research, Society and Development*, 11(9), Artigo e56211932130.
- Millana, L. (2011). Intervention programs for Spanish inmate aggressors convicted of domestic violence.

- The Open Criminology Journal*, 4, 91-101. doi: 10.2174/1874917801104010091
- Mota, G. A. (2018). Dependência afetiva: Quando amar é uma patologia – Levantamento, intervenção e prevenção. In *18º Congresso Nacional de Iniciação Científica*. Santos, SP: Semesp. Recuperado de <https://bit.ly/407ifXT>
- Narvaz, M. G., & Koller, S. H. (2006). Mulheres vítimas de violência doméstica: Compreendendo subjetividades assujeitadas. *Psico*, 37(1), 7-13.
- Nogueira, L. M. L. O. (2010, 21 de abril). Casais e família de origem: Uma possível relação na dependência emocional da mulher. *Psicologia.Pt*. Recuperado de <https://bit.ly/404f7fz>
- Pessoa, A. G., & Wanderley, P. I. B. R. (2020). A reeducação do homem agressor: grupo reflexivo de violência doméstica. *Revista de Constitucionalização do Direito Brasileiro*, 3(1), Artigo e034. doi: 10.33636/reconto.v3n1.e034
- Rodrigues, S., & Chalhub, A. (2010, 2 de janeiro). Amor com dependência: Um olhar sobre a teoria do apego. *Psicologia.pt*. Recuperado de <https://bit.ly/3tPsoMM>
- Sbarra, D. A., & Hazan, C. (2008). Coregulation, dysregulation, self-regulation: An integrative analysis and empirical agenda for understanding adult attachment, separation, loss, and recovery. *Personality and Social Psychology Review*, 12(2), 141-167. doi: 10.1177/1088868308315702
- Siegel, A., Shaked, E., & Lahav, Y. (2022). A complex relationship: Intimate partner violence, identification with the aggressor, and guilt. *Violence Against Women*, 0(0). doi: 10.1177/10778012221137917
- Silva, D., & Silva, R. L. F. C. (2020). Violência contra as mulheres nos relacionamentos conjugais e a dependência emocional: Fator que influencia a permanência na relação. *Revista Multidisciplinar Humanidades e Tecnologia (Finom)*, 20(1), 328-340.
- Silva, F. B., Sousa, C. N. S., Rocha, E. P., Santos, A. J. A., Silveira, E. F., & Gedrat, D. C. (2020). Homens agressores de mulheres: Uma revisão sistemática de literatura. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, (53), Artigo e3481. doi: 10.25248/reas.e3481.2020
- Silva, L. L., Coelho, E. B. S., & Caponi, S. N. C. (2007). Violência silenciosa: Violência psicológica como condição da violência física doméstica. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação*, 11(21), 93-103. doi: 10.1590/S1414-32832007000100009
- Silva, P. P., & Andrade, L. F. (2017). A mulher e a dependência afetiva: Laços de amor que causam dor. *Revista Brasileira de Ciências da Vida*, 6(8).
- Sophia, E. C. (2008). *Amor patológico: Aspectos clínicos e de personalidade* (Dissertação de mestrado, Universidade de São Paulo, São Paulo). doi: 10.11606/D.5.2008.tde-11022009-162136
- Souza, D. H. (2007). Amor solitário: Uma análise dentro da perspectiva do gênero. *Ártemis*, 7, 23-35.
- Teixeira, R. C. R. (2011). *Eventos estressores na infância e apego adulto* (Dissertação de mestrado, Universidade Federal da Bahia, Salvador). Recuperado de <https://bit.ly/3MeT4Nn>
- Vieira, E. M., Perdoná, G. S. C., & Santos, M. A. (2011). Fatores associados à violência física por parceiro íntimo em usuárias de serviços de saúde. *Revista de Saúde Pública*, 45(4), 730-737. doi: 10.1590/S0034-89102011005000034
- World Health Organization. (2013). *Global and regional estimates of violence against women: Prevalence and health effects of intimate partner violence and non-partner sexual violence*. Recuperado de <https://bit.ly/3M8pZ67>

Recebido: 24/8/2023

Aprovado: 9/9/2023