

# *Revista da Graduação*

---

**Vol. 5**

**No. 2**

**2012**

**19**

---

**Seção:** Faculdade de Psicologia

**Título:** DEPENDÊNCIA EMOCIONAL FAMILIAR:  
possíveis manifestações nos filhos

Autor: Juliana Schwanke Martini

# **DEPENDÊNCIA EMOCIONAL FAMILIAR: POSSÍVEIS MANIFESTAÇÕES NOS FILHOS**

## **Family's emotional dependence: possible demonstrations in children**

Juliana Schwanke Martini<sup>1</sup>

### **RESUMO**

A dependência emocional familiar é vivenciada por todo o ser humano em maior ou menor grau e possui relevância na abordagem clínica da Psicologia, pelo fato de manifestações associadas a este fenômeno levarem à busca de grande parte dos atendimentos psicológicos. Frente a isso, o presente estudo investiga as possíveis manifestações da dependência emocional familiar na vida dos filhos, procurando compreender aspectos da dinâmica familiar que contribuem para a instauração deste fenômeno e identificando fatores que facilitem a busca de maior independência. A compreensão deste conceito pode auxiliar no entendimento de manifestações individuais e familiares que trazem consequências negativas para a vida das pessoas envolvidas. Com isso, pode-se buscar alternativas para a conquista de maior autonomia e reciprocidade nas relações sociais.

**PALAVRAS-CHAVES:** Dependência emocional familiar. Manifestações nos filhos. Processo de separação-individação.

### **ABSTRACT**

Family's emotional dependence is experienced by every human being to a greater or lesser degree and is relevant for the clinical psychology, because manifestations associated with this phenomenon lead to the pursuit of most psychological treatment. That said, the present study investigates the possible manifestations of family's emotional dependence on children life, trying to understand aspects of family dynamics that contribute to the establishment of this phenomenon and to identify factors that facilitate the search for greater independence. Understanding this concept can help in the understanding of individual and family events that bring negative consequences for the lives of the people involved. Through this, one can find alternatives to achieving greater autonomy and reciprocity in social relations.

---

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS). E-mail: ju\_martini@yahoo.com.br

**KEYWORDS:** Family's emotional dependence. Manifestations in children. Separation-individuation process.

## 1 INTRODUÇÃO

Os indivíduos influenciam e são influenciados pelas relações sociais. Nelas se vivenciam diversos sentimentos e construções que são caracterizados por um misto de equilíbrio e tensões. Estas interações transformam a pessoa em um ser social e auxiliam no fundamento dos processos individuais (GOÉS, 2000).

O modo como as relações sociais são vivenciadas pelos indivíduos são aprendidas no sistema familiar. Desde a infância, essa forma de se estabelecer vínculos é internalizada, através do que é transmitido pelos pais (relações primárias) por meio da linguagem verbal e não verbal. Normalmente, a criança internaliza, além de um modelo de relacionamento, diversas crenças, representações e percepções que podem ser mantidas ou modificadas através das experiências interpessoais (GUEDES; MONTEIRO-LEITNER; MACHADO, 2008).

Se as relações primárias foram desenvolvidas em um ambiente seguro, é mais provável que o indivíduo consiga se comunicar, expressar seus sentimentos, ter confiança e ser autêntico nos vínculos que estabelece. Já, se o ambiente não for seguro na infância, a pessoa poderá ter maior dificuldade nos relacionamentos, apresentando falhas na comunicação e interpretação de emoções, podendo inclusive repetir situações negativas que foram vivenciadas com os pais (GUEDES; MONTEIRO-LEITNER; MACHADO, 2008).

Levando em conta a dependência emocional familiar, se o ambiente for seguro na infância, com equilíbrio entre a proteção excessiva e a falta de cuidado na família, é mais provável que o indivíduo consiga se diferenciar e ter relações sociais mais adaptativas. Por outro lado se o ambiente não transmitir segurança na infância, o indivíduo poderá se tornar dependente emocional de suas relações sociais, o que pode prejudicar sua capacidade de autonomia, julgamento e tomada de decisão.

O presente artigo aborda o tema dependência emocional familiar, trazendo seus aspectos mais e menos adaptativos. De acordo com Riso (2010), a dependência emocional pode ser considerada o pior dos vícios e as manifestações e problemas associados a ela levam à busca de grande parte dos atendimentos psicológicos. Por isso, acredita-se que o estudo da dependência emocional familiar pode auxiliar no entendimento de manifestações individuais e

familiares (como, por exemplo, o desenvolvimento de sintomas) que podem trazer consequências negativas (conflitos e sofrimento) para a vida das pessoas envolvidas.

Primeiramente, serão apresentados aspectos sobre o processo de separação-individuação, que envolve um funcionamento mais adaptativo dos indivíduos nas relações sociais. Depois disso, serão apresentados aspectos sobre a dependência emocional na família e nas relações sociais. Posteriormente, as possíveis manifestações da dependência emocional familiar nos filhos serão discutidas, tais como a triangulação, a fusão familiar, a troca de papéis familiares, os padrões familiares, a compulsão à repetição e o adoecimento.

## **2 PROCESSO DE SEPARAÇÃO-INDIVIDUAÇÃO**

A diferenciação, também chamada de separação-individuação, diz respeito a um processo que torna o indivíduo autônomo, através da separação emocional de sua família de origem. O grau de dependência do outro está intimamente ligado aos processos familiares e, conforme estes processos forem vivenciados, a individuação torna-se mais fácil ou mais complicada, podendo até trazer prejuízos para a vida pessoal e profissional do indivíduo (ANDRADA; IRIGONHE, 2008).

A separação, conforme Winnicott (1990, p. 32), é a “capacidade de ficar só quando mais alguém está presente”. Com a separação o indivíduo atinge a autonomia e a independência, características da maturidade. Para atingir estas capacidades é necessário confiança nas relações sociais e na auto-suficiência - sentir-se relaxado mesmo na ausência de circunstâncias externas (PAULO, 2005).

Adquirir a capacidade de separação não pressupõe que o indivíduo deve deixar de investir em suas relações sociais, pelo contrário, ele investirá de uma forma diferente e mais adaptativa. Levará em conta si próprio e o outro em seus relacionamentos e terá liberdade de ir e vir, sem que a dependência afetiva esteja presente em grande escala (PAULO, 2005).

De acordo com Mahler (1982), o processo saudável de separação-individuação ocorre na infância entre o primeiro até o terceiro ano de vida e está intimamente ligado com a relação mãe-bebê. Essa autora reconhece que mesmo reduzida, a dependência emocional da mãe se mantém por toda a vida do indivíduo. Apesar disso, a fase simbiótica mãe-bebê (quando o bebê depende física e emocionalmente da mãe) deve se manter apenas por um período de tempo e depois deve acontecer a separação emocional.

A separação-individuação proporciona à criança o desenvolvimento do senso de identidade, a demarcação de sua imagem corporal e a busca de autonomia. A individuação ocorre quando a criança consegue reconhecer uma constância objetal da mãe, ou seja, que mesmo ela estando longe ela irá voltar, não vai abandoná-la (FIGUEIREDO, 2003).

A mãe tem um papel fundamental para auxiliar na aquisição da constância objetal da criança, podendo retardar ou facilitar o processo. O esperado é que haja um equilíbrio entre o sufocar a individualidade do filho e frustrá-lo excessivamente pela falta de cuidado. A mãe deve auxiliar o filho a conquistar sua autonomia, mas mantendo um distanciamento seguro, o que constitui uma tarefa difícil para as mães (FIGUEIREDO, 2003).

Há complexidade no processo de separação-individuação para as mães, pois nos filhos são depositadas expectativas e idealizações relativas ao que, muitas vezes, as mães gostariam de ter realizado durante sua vida e não tiveram oportunidade. Podem ocorrer verdadeiras reações de luto materno pelo fato da separação-individuação dos filhos mobilizar o mesmo processo na mãe. Apesar disso, é importante que a mãe reconheça a necessidade de auxiliar e permitir que os filhos se diferenciem (MAHLER, 1982).

Pessoas diferenciadas são capazes de manter relacionamentos saudáveis, nos quais conservam sua autonomia, opinião e crenças próprias. Também, estes indivíduos têm maior capacidade de lidar com estressores externos, incertezas e ter um relacionamento íntimo sem, no entanto, se “misturar” (perder sua individualidade). Já pessoas indiferenciadas têm maior dependência emocional do outro e não conseguem tomar atitudes, sentir e pensar por si mesmas (ANDRADA; IRIGONHE, 2008).

O grau de diferenciação da família de origem, que foi aprendido na infância através dos pais, irmãos; vai permitir que quando adulto, o indivíduo forme sua família nuclear com grau de diferenciação semelhante ao que foi aprendido. Altos níveis de diferenciação caracterizam pessoas com maior maturidade psicológica e satisfação conjugal. Por outro lado, pessoas mais indiferenciadas têm maior tendência a desenvolver sintomas psicológicos como ansiedade e estresse (ANDRADA; IRIGONHE, 2008).

### **3 DEPENDÊNCIA EMOCIONAL FAMILIAR**

A teoria de Bowen (1991) é baseada na diferenciação do indivíduo em sua família de origem. Este autor não enfatiza um conceito de normalidade, mas aborda algumas questões relativas à dependência emocional familiar e suas consequências nas relações sociais

posteriores. Quando um indivíduo se movimenta na busca de maior independência, o equilíbrio de todos os membros da família é afetado, levando a uma reorganização no sistema familiar.

Ao analisar a teoria de Bowen, Nichols e Schwartz (1998) concluem que os indivíduos são movidos por duas forças: a individualidade e a proximidade. A individualidade diz respeito à necessidade que as pessoas têm em manter sua intimidade e independência em alguns momentos e situações da vida. Já a proximidade é a capacidade de manter relações sociais e criar vínculos com outras pessoas. Essas forças equilibradas correspondem a um funcionamento mais saudável, pois é necessário ter certo nível de convivência social e, também, de independência. A forma como a pessoa consegue conciliar estas duas necessidades é aprendida no contexto familiar.

Existem pelo menos quatro características que envolvem o nível de diferenciação/indiferenciação, que são: reatividade emocional, posicionamento do eu, fusão com outros e desligamento emocional. A reatividade emocional diz respeito a como o sujeito reage diante de comportamentos intensos expressados por outros (quanto mais indiferenciado, mais sentimentos irá mobilizar). O posicionamento do eu refere-se a qual a postura que o indivíduo toma quando pressionado por outros a tomar alguma atitude, se defende suas crenças ou acaba cedendo. A fusão, como o próprio nome diz, é o quando o sujeito ainda está muito ligado emocionalmente à sua família de origem. O desligamento emocional é quando um sujeito tende a se isolar do social, porque experimenta a intimidade como algo ameaçador (BOWEN, 1991).

Se o processo de separação-individuação não foi vivenciado adequadamente, o indivíduo, possivelmente, estará emocionalmente fusionado com sua família de origem. A característica mais marcante da indiferenciação de *self* é a falta de autonomia pessoal. Esta falta de autonomia pode ser observada na forma como o sujeito lida com as situações do cotidiano, por exemplo, quando leva em consideração, principalmente, a opinião de outras pessoas para tomar suas decisões (NICHOLS; SCHWARTZ, 1998).

A dependência emocional leva à despersonalização do indivíduo, ou seja, ele pode perder sua individualidade e se transformar, simplesmente, em uma extensão do outro. Quando a dependência emocional é mútua (acontece nas relações com pares, por exemplo: filhos e casal conjugal) a dificuldade é ainda maior, é como se um complementasse o outro, o que é ilustrado muito claramente no exemplo: quando um sente frio, o outro coloca o casaco (RISO, 2010).

Indivíduos indiferenciados podem ser influenciados pela reatividade emocional, ou seja, são muito influenciados pela emotividade das outras pessoas. Isso leva a uma dificuldade

em diferenciar sentimentos de pensamentos, já que o indivíduo não tem tanta clareza daquilo que realmente sente e pensa. Além disso, as emoções tomam conta das situações vividas, fazendo o indivíduo reagir (emoção se sobrepõe à razão) ao invés de agir (razão influencia mais na ação) diante das situações (NICHOLS; SCHWARTZ, 1998). Um exemplo disso é quando um casal tem um conflito conjugal e, ao invés de conversar para encontrar uma solução comum, provocam desentendimentos e deixam as emoções tomarem conta da situação sem encontrar uma resolução do problema.

Um indivíduo fusionado compartilhará, se doará e pensará no outro, refletindo o que aprendeu em sua família de origem. No extremo oposto, existe também o indivíduo que está emocionalmente desligado, que acaba por negar a necessidade da família, se isola dos vínculos, tem dificuldades de se envolver afetivamente e demonstra uma fachada de exagerada independência (PELEG-POPKO, 2002 apud ANDRADA; IRIGONHE, 2008).

#### **4 POSSÍVEIS MANIFESTAÇÕES DA DEPENDÊNCIA EMOCIONAL FAMILIAR NA VIDA DOS FILHOS**

A inserção do indivíduo no meio familiar leva ao aprendizado de crenças, comportamentos, formas de lidar e de criar vínculos. Estes aprendizados são chamados de padrões familiares e, normalmente, são repetidos pelos membros da família e transmitidos de geração para geração (NICHOLS; SCHWARTZ, 1998). Um dos padrões familiares é a dependência emocional que é associada à grande número de busca por atendimentos psicológicos (RISO, 2010). Existem algumas manifestações associadas à dependência emocional familiar, neste trabalho serão abordadas algumas delas, tais como: a triangulação, a troca de papéis familiares, a fusão familiar, a dependência emocional na relação conjugal, os padrões familiares, a compulsão à repetição e o adoecimento.

##### **4.1 TRIANGULAÇÃO**

A triangulação ocorre quando há conflito em uma relação dual (entre pais, irmãos, avós, entre outras) e como a dupla não consegue resolver entre si, um dos indivíduos ou ambos, buscam uma terceira pessoa para dividir sua ansiedade. Isto leva à diminuição da ansiedade da dupla espalhando-a entre os três relacionamentos. Por exemplo, quando um casal não consegue conversar sobre algum problema, ambos podem recorrer ao filho para

dividir sua visão e buscar simpatia, podendo até envolvê-lo para que ele auxilie na busca da resolução do conflito entre o casal (NICHOLS; SCHWARTZ, 1998).

O processo de triangulação se difere do conceito de triângulo exposto por Nichols e Schwartz (1998). O triângulo é uma estrutura de relacionamento formada por três pessoas, na qual ocorrem interações e modificações. Quando um indivíduo muda, os outros são influenciados por essa mudança e devem se adequar a ela. O triângulo é uma estrutura funcional e não pressupõe a presença de ansiedade como na triangulação que é disfuncional e pode trazer prejuízos, principalmente, a essa terceira pessoa envolvida na estrutura. O processo de triangulação tende a congelar o conflito ou distribuir a ansiedade ao invés de auxiliar na resolução, diferente do triângulo que pressupõe a comunicação clara entre os membros na resolução dos conflitos (NICHOLS; SCHWARTZ, 1998).

Nas famílias em que ocorre a triangulação as emoções, conflitos e busca de soluções são distribuídos entre os membros, de forma consciente ou inconsciente, o que não auxilia na resolução das dificuldades. O envolvimento dos diversos indivíduos da família se dá pela dificuldade dos pares em resolver os conflitos que surgem entre si, levando-os a buscar opiniões, dividir as situações e permitir ou buscar a inclusão de outras pessoas nas dificuldades encontradas nos relacionamentos. Também, o envolvimento de outros indivíduos nas relações duais pode levar ao desgaste das relações, às desavenças familiares e, por vezes, à troca de papéis familiares. Um exemplo disso é quando na relação de um casal ocorre uma traição por parte do marido e a esposa acaba envolvendo sua mãe no conflito, o que provoca desavenças familiares e incompatibilidade entre sogra e genro.

#### 4.2 TROCA DE PAPÉIS FAMILIARES

Todas as famílias possuem membros que a compõe e cada membro ocupa dentro da sua família determinadas funções. Os pais possuem papéis de poder (limites), cuidado e sustento e são responsáveis pela formação da identidade de seus filhos. Já os filhos possuem maior dependência dos pais no que diz respeito às questões fisiológicas, financeiras e afetivas (WAGNER et al., 2005).

O crescimento dos filhos provoca uma reorganização familiar que exige a flexibilização das fronteiras (limites familiares) e dos papéis de cada membro, provocando mudanças estruturais coletivas e individuais. Ocorrem movimentos de pertencimento e separação dos filhos que são vivenciados de uma forma diferente em cada família (PENSO;



SUDBRACK, 2004). Isto ocorre, normalmente, quando os filhos são adolescentes e começam a necessitar de demandas externas à família como, por exemplo, sair com amigos, frequentar festas, utilizar o carro. Desta forma, os pais acabam ajustando os limites sobre o que será permitido aos filhos e o que não será. Alguns pais conseguem lidar bem com as mudanças no ciclo de vida familiar, mas em alguns casos pode ocorrer a troca de papéis.

A troca de papéis familiares acontece quando os membros da família desenvolvem funções diferentes das esperadas para seu papel e pode ocorrer em diversos momentos de crise. As crises são vivenciadas por todas as famílias durante seu ciclo de vida e podem ser evolutivas ou acidentais. As crises evolutivas são mudanças esperadas no ciclo de vida individual e/ou familiar como, por exemplo, o nascimento dos filhos e as fases do desenvolvimento. As crises acidentais constituem as mudanças que não são esperadas pela família como, por exemplo, uma separação conjugal, o falecimento de um ente querido, entre outras (PINTO; MONTINHO; GONÇALVES, 2008). Algumas famílias vivenciam de forma saudável as mudanças no ciclo de vida familiar, flexibilizando os papéis em alguns momentos, mas retomando a sua constituição original. Por outro lado, outras famílias se desorganizam com as crises vivenciadas, sejam elas evolutivas ou acidentais, distribuindo ansiedade entre os membros e levando a perpetuação da troca de papéis.

A troca de papéis mais comum ocorre entre pais e filhos e é chamada de parentalização dos filhos. A parentalidade, de acordo com Vidigal e Tafuri (2010), vai além do fator biológico ligado ao tornar-se pai e mãe, diz respeito às funções e ao processo psíquico relacionado ao surgimento destes papéis. Portanto, a parentalização dos filhos é quando um dos filhos ocupa, na maioria das vezes inconscientemente, as funções designadas aos seus genitores.

A parentalização dos filhos pode ocorrer quando na família vivenciam-se situações de perda ambígua de um dos pais. A perda ambígua é quando há uma percepção conflitiva sobre a presença ou a ausência de um membro da família e pode ocorrer de duas formas, através da ausência física ou da ausência emocional. Na ausência física, a pessoa está fisicamente ausente, não há certeza da sua morte, mas ela continua emocionalmente presente. Este tipo de perda pode ocorrer em casos de desaparecimento e abandono. Por outro lado, na ausência emocional, o membro da família pode apresentar-se fisicamente presente, mas está emocionalmente ausente, ou seja, a pessoa ainda está presente na família, porém não apresenta características relacionadas a sua função e seu papel que no passado apresentava. Alguns exemplos da perda ambígua emocional são as demências e o uso abusivo de drogas

que levam à mudanças psicológicas e comportamentais dos indivíduos afetados (NASCIMENTO et al., 2006).

A troca de papéis ocorre, principalmente, em famílias com alto nível de dependência emocional por já possuírem características que dificultam a autonomia e diferenciação de seus membros. Esse fenômeno pode ocasionar dificuldades de relacionamento aos membros que assumem papéis que não condizem com sua função na família.

#### 4.3 FUSÃO FAMILIAR

A falta de diferenciação dos membros leva à fusão no contexto familiar que ocorre quando os indivíduos, de acordo com os termos de Bowen, formam uma massa de ego familiar indiferenciada. Quando ocorre a fusão familiar, os indivíduos tendem a viver com excesso de reatividade emocional, ou seja, são muito influenciados pelos pensamentos e sentimentos dos outros membros da família, chegando a confundir o que é proveniente de si mesmo e o que é do outro. Com isso, a família cria padrões disfuncionais recorrentes que operam ao longo dos anos (NICHOLS; SCHWARTZ, 1998). Um exemplo disso é quando um filho segue a profissão que os pais determinam sem questionar-se se é realmente isso que deseja.

O termo fusão familiar pressupõe grande renúncia de autonomia dos membros e ocorre em diferentes níveis em todas as famílias. Conforme o nível de estresse familiar aumenta, a força de aglutinação dos membros também se torna maior. Nas relações conjugais a fusão também pode ocorrer e, de acordo com Foley (citado por MARTINS; RABINOVICH; SILVA, 2008), há três maneiras pelas quais os casais tentam diminuir a intensidade desta fusão, que são: o conflito conjugal, a dependência emocional de um dos parceiros na relação e a triangulação com um filho que pode levar a instauração de um sintoma físico ou emocional no filho como, por exemplo, doenças ligadas ao estômago e dificuldades na escola.

#### 4.4 DEPENDÊNCIA EMOCIONAL CONJUGAL

A dependência emocional costuma aparecer desde a infância na família de origem do indivíduo e acaba sendo transmitida quando o adulto constrói sua própria família nuclear. Pode ser considerada um dos piores vícios e pode instaurar-se muito fortemente em uma relação conjugal. Esta dependência acomete, principalmente, as mulheres e está muito relacionada com dificuldades de vínculo com as principais relações de apego estabelecidas na

infância, que são as figuras parentais (ANDRADA; IRIGONHE, 2008; BOSCARDIN; KRISTENSEN, 2011).

Na infância é muito importante que algumas necessidades sejam supridas, como a autonomia, vínculos seguros, liberdade de expressão, autocontrole, entre outras. Porém, nem sempre estas necessidades são atendidas de forma satisfatória pelos pais, havendo crianças que assumem responsabilidades que não condizem com seu papel familiar, como forma de receber reconhecimento, carinho e atenção. Estes padrões acabam se tornando conhecidos e familiares, influenciando nos relacionamentos afetivos vivenciados na vida adulta e podendo desencadear a dependência conjugal (BOSCARDIN; KRISTENSEN, 2011).

A dependência emocional conjugal, também chamada de amor patológico, leva o indivíduo a buscar por parceiros que tenham familiaridade com a relação de casal estabelecida por seus pais. Pelos padrões, normalmente, se mostram inseguros, distantes e com necessidade de cuidados, enquanto a figura dependente tenta suprir as necessidades do parceiro de forma incessante, deixando suas próprias necessidades de lado, negando seus sentimentos e desejos (BOSCARDIN; KRISTENSEN, 2011).

O amor patológico pode ser considerado disfuncional, causando ansiedade e sofrimento, e sua essência parece ser o medo ao invés do amor – o medo de ficar só, de perder o parceiro e de não ser valorizado. Além disso, possui muitos aspectos semelhantes a outros tipos de dependência como, por exemplo, a dependência química e de jogos. Algumas destas semelhanças são: sintomas de abstinência físicos e psíquicos na ausência do parceiro, prestação de cuidado excessivo ao outro, maior parte do tempo despendido ao parceiro, desinteresse com as atividades pessoais e a atitude é mantida mesmo com evidências de que está prejudicando o próprio indivíduo e a família (RODRIGUES; CHALHUB, 2009; SOPHIA; TAVARES; ZILBERMAN, 2007).

O dependente emocional costuma apresentar características como baixa auto-estima, pouca autonomia, insegurança, baixa tolerância à frustração, ancoragem no passado, ciúmes excessivo, vulnerabilidade ao sofrimento e falta de controle. Na relação conjugal, o casal tende a se sugar, absorver-se, sendo um a extensão do outro, o que leva ao desgaste da relação e à falta de individualidade – causada pela renúncia de liberdade e autonomia.

Sem a existência de autonomia não há amor, a autonomia é natural de indivíduos saudáveis e impulsiona o ser humano para novos desafios e conquistas. Viver com dependência faz com que se reduzam as opções de felicidade à própria relação, diminuindo o engajamento a outras áreas importantes que trazem crescimento pessoal (RISO, 2010).

Relacionamentos amorosos saudáveis envolvem equilíbrio e reciprocidade (BOWLBY, 2006 apud RODRIGUES; CHALHUB, 2009).

#### 4.5 PADRÕES FAMILIARES E COMPULSÃO À REPETIÇÃO

Existe uma forte relação entre as experiências que o indivíduo vivenciou com sua família de origem e a forma como estabelecerá seus vínculos afetivos e relações sociais posteriores (BOWLBY, 2002). Através do que foi aprendido com as primeiras relações de apego (figuras parentais), o indivíduo criará padrões de comportamento e relacionamento que se manterão ao longo de sua vida.

Os padrões familiares recorrentes podem ser manifestados pela transmissão multigeracional que corresponde a uma aprendizagem emocional familiar transmitida durante várias gerações e que ocorre de duas formas: vertical e horizontal. A transmissão vertical refere-se, principalmente, aos padrões de relacionamentos aprendidos na família de origem, com pais, irmãos, avós. O fluxo horizontal envolve a ansiedade produzida nas mudanças e no ciclo familiar que é transmitida conforme eventos já ocorridos na família como, por exemplo, uma morte prematura (MARTINS; RABINOVICH; SILVA, 2008).

Padrões multigeracionais são aprendidos, modelos são repetidos e este processo também pode ser chamado de compulsão à repetição que, de acordo com Freud (1914), é um processo repetitivo de representações (fatos vividos) da infância, mesmo que tenham sido desprazerosos. A compulsão à repetição é uma atuação de fatos que foram esquecidos pelo indivíduo e são, posteriormente, vivenciados de forma ativa como uma tentativa para a elaboração (entendimento).

Em famílias com dependência emocional, muitas vezes, ocorrem dificuldades relacionadas a papéis, sendo que alguma das figuras parentais pode ter uma postura distante física e emocionalmente como, por exemplo, em casos de alcoolismo, abuso e agressão. Nestas famílias, as crianças acabam ocupando uma posição de cuidado e maior responsabilidade. Na vida adulta, mesmo almejando companheiros afetivos, estes indivíduos acabam repetindo o padrão familiar, buscando pessoas muitas vezes com o mesmo tipo de dependência, distanciamento e necessidades de cuidado (BOSCARDIN; KRISTENSEN, 2011).

Uma pessoa indiferenciada de sua família de origem, quando estabelecer uma relação conjugal, provavelmente procurará um parceiro com nível semelhante de diferenciação. Com

isso, a família nuclear possivelmente estabelecerá o mesmo padrão, criando dependência emocional entre seus membros (NICHOLS; SCHWARTZ, 1998).

#### 4.6 ADOECIMENTO

A dependência afetiva também pode levar ao adoecimento através da deteriorização energética que mobiliza. O desperdício de energia pode ser promovido pelo excesso de apego para manter sua fonte de dependência ou pela carência afetiva recorrente da concentração de prazer nesta fonte. Expresso de outra forma, o indivíduo gasta tanto tempo e energia preocupando-se com outra pessoa que, às vezes, adocece, se deprime, se estressa, se cansa e desgasta (RISO, 2010).

O sintoma em um dos membros da família pode ser originado por uma multiplicidade de fatores. Pode ser proveniente dos meios social, cultural, educacional e familiar. Apesar disso, independente do meio onde surge, influencia em todos os sistemas complementares. No sistema familiar, um sintoma pode se desenvolver como meio de estabelecer um novo padrão, como uma forma de expressão de algum membro que está sobrecarregado e intimamente envolvido nas dificuldades de sua família (PAPP, 1992).

De acordo com a visão de Bergman (1996), todos os sintomas expressados por um dos filhos refletem alguma dificuldade conjugal dos pais. Quanto mais sério for o sintoma apresentado pelo membro da família, mais resistente será o conflito familiar. Além disso, quanto maior a dificuldade de alívio do sintoma e mais encoberto está o conflito conjugal, mais resistência à mudança será expressa pela família.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A dependência emocional é vivenciada em todas as famílias em diferentes graus. Em pequena escala, possibilita a formação de vínculos familiares mais adaptativos e permite a reciprocidade nas relações entre os membros. Porém, se ela existir em um nível elevado pode trazer consequências negativas para os membros de uma família como, por exemplo, as diversas manifestações desadaptativas que são aprendidas através de padrões transmitidos transgeracionalmente. Estes padrões podem influenciar na forma com que os indivíduos estabelecem relações sociais, prejudicando na formação de vínculos saudáveis que envolvem crescimento pessoal e relacional.

Quando o indivíduo se torna adulto, muitas vezes busca vivenciar situações semelhantes às que vivenciou com sua família na infância, porém de forma ativa. Desta forma, se colocando em um papel de agente de mudança, poderá “quebrar o ciclo” e fazer escolhas diferentes. Porém, quando há altos níveis de dependência emocional familiar, o indivíduo ao se deparar com as situações do cotidiano, acaba utilizando formas familiares de lidar e acaba repetindo padrões.

Conseguir separar-se e pertencer ao vínculo familiar de uma forma equilibrada e saudável está entre as aprendizagens mais difíceis do ser humano. Manifestações que demonstram dificuldades de separação-individualização da família de origem são muito comuns em psicoterapias individuais e familiares. Os sintomas são uma das manifestações mais comuns da dependência emocional familiar e podem ser manifestados como forma de externalizar conflitos familiares e buscar ajuda. É comum que as crianças sejam portadoras desses sintomas, que evidenciam conflitos entre pares dentro da família, que podem ser tanto físicos (doenças ligadas ao estômago, enurese, dores de cabeça) quanto psicológicos (dificuldades escolares, ansiedade, irritabilidade, entre outros). Os familiares ao perceberem a presença dos sintomas descritos, muitas vezes, encaminham os filhos para atendimentos de saúde e psicoterapias individuais, contudo sem relacionar esta situação como consequência do relacionamento interfamiliar. Quando analisado profundamente, constata-se que a criança está externalizando através de seu corpo a existência de um conflito interior, que foi motivado por um desajuste na ordem familiar. Neste caso, a família toda deveria estar envolvida no tratamento.

Uma forma de lidar com a dependência emocional familiar e/ou conjugal é através da psicoterapia, individual ou familiar, que atua como forma de auxiliar os indivíduos a lidar com o sofrimento que as manifestações da dependência emocional causam e buscar

alternativas para mudança. Este processo proporciona o questionamento e a reflexão sobre formas mais adaptativas de criar vínculos que não envolvam altos níveis de dependência emocional. Assim, o indivíduo tem a possibilidade de vivenciar relações que envolvam reciprocidade e transmitam segurança, sem perder sua autonomia.

## REFERÊNCIAS

ANDRADA, E. G. C. de; IRIGONHE, C. A. D. Elaboração de escala de diferenciação do eu. **Revista Caminhos**, v. 1, n. 9, p. 113-122, jan.-dez 2008.

BERGMAN, J. S. Formulando hipóteses clínicas. In:\_\_\_\_\_. **Pescando barracudas: a pragmática da terapia sistêmica breve**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996. p. 53-72.

BOSCARDIN, M. K.; KRISTENSEN, C. H. Esquemas iniciais desadaptativos em mulheres com amor patológico. **Revista de Psicologia da IMED**, v.3, n.1, p. 517-526, 2011.

BOWEN, M. **De la familia al individuo: la diferenciación del si mismo en el sistema familiar**. Barcelona : Paidós, 1991. 207 p.

BOWLBY, J. **Cuidados maternos e saúde mental**. Traduzido por Vera Lúcia Baptista de Souza e Irene Rizzini. São Paulo: Martins Fontes, 2002. 239 p.

FIGUEIREDO, B. Os primórdios da construção do próprio no contexto da interação mãe-bebê. **Psicologia: Teoria, investigação e prática**, v. 2, p. 311-322, 2003.

FREUD, S. Recordar, repetir e elaborar (novas recomendações à técnica da Psicanálise II). In: Strachey, Edição **Standart Brasileira das Obras Completas de Sigmund Freud**, vol.2. Rio de Janeiro: Imago (Trabalho original publicado em 1896), 1914.

GÓES, M. C. R. de. A formação do indivíduo nas relações sociais: contribuições teóricas de Lev Vigotsky e Pierre Janet. **Educação & Sociedade**, ano XXI, n.71, p. 116-131, jul. 2000.

GUEDES, D. D.; MONTEIRO-LEITNER, J.; MACHADO, K. C. R. Rompimento amoroso, depressão e auto-estima: estudo de caso. **Revista Mal Estar e Subjetividade**, Fortaleza, v.8, n. 3, p. 603-643, set. 2008.

MAHLER, M. **O processo de separação-individuação**. Traduzido por Helena Mascarenhas de Souza. Porto Alegre: Artes Médicas, 1982. 189 p.

MARTINS, E. M. de A.; RABINOVICH, E. P.; SILVA, C. N. Família e o processo de diferenciação na perspectiva de Murray Bowen: um estudo de caso. **Psicologia USP**, v.19, n.2, p. 181-197, abr.-jun. 2008.

NASCIMENTO, C. C. et al. Apego e perda ambígua: apontamentos para uma discussão. **Revista Mal Estar e Subjetividade**, v.6, n.2, p. 426-449, set. 2006.

NICHOLS, M.; SCHWARTZ, R. **Terapia Familiar: conceitos e métodos**. Porto Alegre: Artmed, 1998. 524 p.

PAPP, P. O dilema da mudança. In:\_\_\_\_\_. **Processo de Mudança: uma abordagem prática à terapia sistêmica da família**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1992. p. 21-29.

PAULO, M. S. L. L. de. **Depressão e psicodiagnóstico interventivo: proposta de atendimento**. 1. ed. São Paulo: Vetor, 2005. 286 p.



PENSO, M. A.; SUDBRACK, M. F. Envolvimento em atos infracionais e com drogas como possibilidades para lidar com o papel de filho parental. **Psicologia USP**, v.15, n.3, p. 29-54, 2004.

PINTO, J. M.; MONTINHO, L. M. S.; GONÇALVES, P. R. C. O doente queimado e a dinâmica familiar: o impacto da doença na família. **Revista Referência**, v.11, n. 6, p. 69-76, jun. 2008.

RISO, W. **Amar ou depender?** Traduzido por Marlova Aseff. Porto Alegre: L&PM Editores, 2010. 166 p.

RODRIGUES, S. **Amor com dependência**: um olhar sobre a teoria do apego. 2009. 15 p. Monografia (Graduação em Psicologia) – Faculdade de Psicologia, Centro Universitário Jorge Amado, 2009.

SOPHIA, E. C.; TAVAVRES, H.; ZILBERMAN, M. L. Amor patológico: um novo transtorno psiquiátrico? **Rev. Bras. Psiquiatria**, v.29, n.1, p. 55-62, 2007.

VIDIGAL, M. M. B. de A.; TAFURI, M. I. Parentalização: uma questão psicológica. **Lat. Am. Journal of Fund. Psychopath. Online**, v.7, n.2, p. 65-74, nov. 2010.

WAGNER, A. et al. Compartilhar tarefas? Papéis e funções de pai e mãe na família contemporânea. **Psicologia: teoria e prática**, v.21, n.2, p. 181-186, mai.-ago. 2005.

WINNICOTT, D. W. **O ambiente e os processos de maturação: estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional**. 3. ed. Tradução Irineo Constantino Schuch Ortiz. Porto Alegre, RS: Artes Médicas, 1990. 268 p.

## **Agradecimentos**

A autora gostaria de expressar seus sinceros agradecimentos à Profª Dra. Ph.D Lilian Milnitsky Stein, orientadora deste Trabalho de Conclusão de Curso, e à Psicóloga Luiza Feijó Knijnik que contribuíram na construção do artigo, demonstrando sempre disponibilidade, atenção, interesse e apoio. Também gostaria de prestar agradecimentos aos familiares que acompanharam, incentivaram e auxiliaram em todo o processo de criação deste trabalho.