
Dependência Emocional no Contexto Afetivo: uma Revisão de Literatura

Jessica Oliveira de Paula

Faculdade Anhanguera, Campus de Tangará da Serra

Eraldo Carlos Batista

Universidade Estadual de Mato Grosso – UNEMAT, Campus de Tangará da Serra

Resumo: O objetivo deste artigo descrever as características da dependência emocional sob a ótica da teoria do apego, afim de compreender suas causas e efeitos na vida do indivíduo. A partir do referencial teórico que discorre sobre a dependência emocional no contexto afetivo optou-se discutir a temática à luz da psicanálise. Para tanto foi realizado por uma revisão de literatura por meio de fontes diversas como artigos científicos indexados em bases de dados, livros e outras fontes. A dependência emocional pode estar associada a situações traumáticas vividas na infância que desencadeia grande sofrimento mental ao indivíduo dependente e também a pessoa que é seu objeto de apego. Os sinais observados através do estudo indicam comportamentos e pensamentos desajustados no dependente que dificulta sua independência emocional, pois sempre está à mercê do outro que é seu objeto de apego. Suas principais características são, medo de ficar sozinho ou ser abandonado, baixa autoestima, submissão, dificuldades de tomar decisões, insatisfação, humor instável. A pessoa que é dependente emocional pode engatilhar um relacionamento após o outro afim de não ficar sozinho pois sente que precisa do outro para ser feliz.

Palavras-Chave: Dependente Emocional. Sofrimento mental. Relacionamento.

Emotional Dependence in the Affective Context: a Literature Review

Abstract: The objective of this article is to describe the characteristics of emotional dependence from the perspective of attachment theory, in order to understand its causes and effects on the individual's life. Based on the theoretical framework that discusses emotional dependence in the affective context, it was decided to discuss the topic in the light of psychoanalysis. To this end, a literature review was carried out using various sources such as scientific articles indexed in databases, books and other sources. Emotional dependence can be associated with traumatic situations experienced in childhood that trigger great mental suffering for the dependent individual and also for the person who is the object of their attachment. The signs observed through the study indicate inappropriate behaviors and thoughts in the dependent that make their emotional independence difficult, as they are always at the mercy of the other person who is their object of attachment. Its main characteristics are fear of being alone or being abandoned, low self-esteem, submission, difficulties in making decisions, dissatisfaction, unstable mood. A person who is emotionally dependent may start one relationship after another in order not to be alone because they feel they need the other person to be happy.

Keywords: Emotional Dependent. Mental Suffering. Relationship.

Introdução

A dependência emocional é um tema importante e por isso ser explorado e discutido é imprescindível para a compreensão das causas e efeitos dela, os dependentes emocionais e também codependentes possuem sua saúde mental debilitada ocasionando sofrimento mental não só dos dependentes mas também daqueles que os mesmo dependem.

O sofrimento mental ocasionado pela dependência emocional pode ser devastador para o sujeito que sofre afetando todos os aspectos de sua vida, um dos sinais que se destacam é o desequilíbrio emocional diante da ausência do sujeito que depende emocionalmente e o apego excessivo, também chamado de apego patológico.

Portanto disseminar informações psicoeducativas sobre este assunto se faz fundamental colaborando com a sociedade de maneira geral, podendo auxiliar pessoas a detectar sinais de dependência emocional em si e até mesmo em suas relações afetivas ou sociais, incentivando a autonomia e a busca por ajuda. Atualmente o índice de violência física e verbal continuam progredindo, e observa-se que em relacionamentos abusivos possuem características ligadas a dependência emocional, pois as vítimas podem encontrar dificuldades de se desvincular do seu abusador. Diante disto quais os aspectos que influenciam a vida de um indivíduo que sofre de dependência emocional?

Tendo como objetivo da pesquisa falar sobre a dependência emocional no contexto das relações afetivas, informar e conscientizar sobre a dependência emocional, descrever sobre as causas e efeitos consequentes na vida de indivíduos dependentes, indagar sobre os pressupostos teóricos da dependência emocional na perspectiva psicanalítica.

Metodologia

O estudo foi realizado por meio de uma pesquisa de revisão de literatura de caráter qualitativo e descritivo. Foram pesquisados livros, dissertações e artigos científicos selecionados através de busca nas seguintes bases de dados scielo, pepsic, medline, google acadêmico, livros, entre outras fontes. O

período dos artigos pesquisados foram os trabalhos publicados nos últimos dez anos. Os critérios de inclusão serão obras que discutem a dependência emocional sob a ótica da psicanálise, desta forma serão utilizados 10 artigos. As palavras-chave utilizadas na busca serão: “dependência emocional”, “vínculo afetivo” e “psicanálise”.

Resultados e Discussão

A dependência emocional ainda é objeto de estudo que divide muitas opiniões entre autores, onde ainda não existe apenas uma definição específica para esta causa, podendo ser encontrado em pesquisas como dependência emocional, apego patológico, codependência que é quando o sujeito de vínculo é dependente de substâncias ilícitas, TPD (transtorno de personalidade dependente), apego afetivo, entre outros. A dependência emocional pode ser comparada até mesmo com um “vício” onde o indivíduo tende a repetir determinados padrões de comportamento mesmo causando sofrimento a ele. Como todos os vícios o resultado é devastador para a vida do indivíduo pois é algo que não é facilmente controlável, mas envolve algo muito mais complexo como a subjetividade de cada um e também os fatores psicológicos, ambientais e sociais que cercam o indivíduo.

Dependência Emocional e suas Características

Primeiramente é importante saber o que é uma dependência emocional e para isso os autores Sirvent (2000) apud Bution e Wechsler (2016, p. 77) dizem que a “dependência emocional é um transtorno caracterizado por comportamentos aditivos em relacionamentos amorosos”. “Entretanto, ainda há rumores se esta dependência seria considerada como uma patologia, e como denominá-la e quais sintomas a definiriam” (Bution & Wechsler, 2016, p. 77). Porém possuem outras circunstâncias que podem contribuir com a dependência emocional.

Logo, a dependência emocional é quando um indivíduo sente que depende do outro para viver e que sua felicidade também depende disso, são indivíduos que não conseguem ficar sozinhos e tendem a engatar um relacionamento após o outro, e no caso de serem casados vivem em um lar totalmente disfuncional e as

vezes até em relacionamentos abusivos. “Fatores que contribuem são a dependência financeira, a naturalização da violência, o silenciamento e apagamento das subjetividades, as desigualdades sociais, entre outros fatores”. (Carvalho & Freitas, 2022).

Fabeni et al. (2015) citado por Brum (2020. p. 17) nos diz que a “dependência emocional está associada a uma relação de codependência sendo uma disfunção na qual o indivíduo perde a sua identidade para agradar os outros. Tendo dificuldade de entrar em contato com o seu eu interior, passando a viver exclusivamente para cuidar e controlar o outro”.

O sujeito sente que depende do amor do parceiro(a) fazendo o possível para não perdê-lo, prestando cuidados e atenção de maneira impulsiva e obsessiva com o intuito de não ser abandonado (Boscardin et al., 2011 apud Brum, 2020). Como o próprio autor relata o dependente possui o medo da rejeição e do abandono, sendo compulsivo em seus comportamentos demandando atenção e reciprocidade do outro, de modo exagerado desconfigurando a forma saldável em um relacionamento.

A dependência emocional é apresentada como um padrão que envolve aspectos cognitivos, emocionais, motivacionais e comportamentais orientados para o outro como fonte de satisfação e segurança pessoal, o que implica crenças errôneas sobre o amor, a vida como casal e a si mesmo (Hoyos et al., 2012 apud Brum, 2020. p.18).

Psicologicamente os dependentes ficam vulneráveis e até mesmo negam sua realidade, pelo fato de idealizar e fixar os seus desejos reprimidos nos parceiros (Sirvent et al., 2018 apud Brum, 2020). A insegurança, baixa autoestima, e a necessidade de ter o outro fazem muitas vezes que o indivíduo entre em negação para que ele continue naquela situação pois de certa forma quando não a confronto o mesmo se sente seguro de que não irá ser abandonado pelo seu amor, pois possui um imenso medo da solidão. A um vasto índice de pessoas dependentes emocionais e grande parte são mulheres, mas não descartando a incidências em homens também. Para explicar isso Brum (2020. p.17) relata que:

Desde crianças as meninas são ensinadas e educadas a cuidar da casa e dos filhos, conseqüentemente do cônjuge. Historicamente as mulheres sempre foram estimuladas a ocuparem lugares de cuidadoras, desde a vida pessoal, até a vida profissional. Dentro dos relacionamentos conjugais o cuidar parece ter um peso ainda maior, o estar disponível para o outro passa a ideia de amor verdadeiro.

A dependência emocional é um estado onde o indivíduo se encontra em constante sofrimento psíquico, e com instabilidades no humor e requer um tratamento psicológico, pois pode se tornar porta de entrada para outros transtorno mentais como depressão, transtorno de ansiedade entre outros, e também podendo prejudicar todos os aspectos de sua vida, como casa, trabalho, família, círculos de amizades, social, etc.

Possivelmente para muitas pessoas a dependência não é vista como um transtorno sério, mas observando apenas alguns desses comportamentos que compõe os critérios diagnósticos do manual já se pode perceber como são prejudiciais para a independência do sujeito, pois até mesmo nas situações mais simples, o indivíduo depende e necessita do amparo do outro. Isso se torna preocupante, pois em muitos relacionamentos a pessoa que tem esse poder de controle pode prejudicar o outro emocionalmente e psicologicamente (Santos, 2020).

A pessoa dependente emocional pode sentir angustia constante quando seu parceiro(a) não está por perto, desconfiança, tristeza, necessidade exagerada de agradar o outro mesmo que seja algo que ela não goste, mudanças no humor repentino como por exemplo, se sentir feliz por determinado momento quando está com a pessoa que se sente segura, mas quando a pessoa precisa deixa-la sente medo, raiva, solidão. Pode ter sentimentos autodestrutivos ou violentos, necessita da aprovação do outro, e auto teor de submissão.

A dependência emocional também pode ser caracterizada por outros comportamentos, como a possessividade e ciúmes excessivos, em relacionamentos amorosos, fazendo com que o indivíduo dependente se torne uma pessoa tóxica em seus relacionamentos, por sempre querer atenção, deforma disfuncional (Sophia, 2008 Apud Santos, 2020).

O dependente emocional pode se tornar vítima de um relacionamento abusivo por estar vulnerável emocionalmente, mas também pode se tornar o abusador da relação, por acreditar que necessita do outro para ser feliz não aceita ser abandonado, podendo predispor a comportamentos como agressividade. Ambos podem ser dependentes emocionais e se manterem aprisionados um ao outro. A experiência adquirida na infância pode levar o indivíduo a estabelecer em sua vida adulta um sistema de apego com seu par romântico com intuito de preencher algo em seu interior (Rodrigues et al., 2009 apud Santos, 2020).

Os autores relatam também que um indivíduo com o apego ambivalente pode desenvolver um amor dependente, marcado pelo medo de ficar sozinho, mesmo que esse relacionamento seja prejudicial. Essa ambivalência de sentimentos originado na primeira infância é caracterizada pela criança que cresceu com esse apego inseguro e não consegue se distanciar de uma relação mesmo ela sendo Insatisfatória (Santos, 2020).

No Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos mentais (DSM-5-tr) se encontra o Transtorno de Personalidade Dependente (TPD) que se enquadra no grupo C dos um transtorno de personalidades, porém não utiliza o termo de Dependência Emocional no DSM-5, pois nesse caso é um estado em que o indivíduo se encontra não necessariamente permanecendo por toda a vida, Já a TPD possui um critério diagnóstico estabelecido que deve ser seguido para se enquadrar como uma doença mental. Ambos os termos são encontrados e utilizados em pesquisas, porém o que diferencia é que apenas o termo TPD possui no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos mentais. No DSM-5-tr descreve o sujeito como tendo “necessidade generalizada e excessiva de ser cuidado que leva ao comportamento submisso e apegado e ao medo da separação, começando no início da idade adulta” (American Psychiatric Association, 2022, p.769). “Sendo uma auto percepção da pessoa de não ser capaz de funcionar adequadamente sem a ajuda e o apoio de outros” (American Psychiatric Association 2022, p.751).

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos mentais os critérios para diagnóstico são:

1. Tem dificuldade em tomar decisões cotidianas sem uma quantidade excessiva de conselhos e garantia de outros.
2. Precisa que outros assumam a responsabilidade pela maioria das áreas importantes de sua vida.
3. Tem dificuldade em expressar desacordo com os outros por medo de perder apoio ou aprovação. (Nota: não inclua medos realistas de retribuição.)
4. Tem dificuldade em iniciar projetos ou fazer coisas por conta própria (devido à falta de autoconfiança no julgamento ou habilidades, em vez de falta de motivação ou energia).
5. Faz esforços excessivos para obter apoio e apoio dos outros, a ponto de se voluntariar para fazer coisas desagradáveis.
6. Sente-se desconfortável ou desamparado quando está sozinho por causa de medos exagerados de incapaz de cuidar de si mesmo.
7. Procura urgentemente outro relacionamento como fonte de cuidado e apoio quando um relacionamento próximo termina.
8. Está irrealisticamente preocupado com o medo de ser deixado para cuidar de si mesmo ou ela própria (American Psychiatric Association, 2022, p.769).

No momento de realizar o diagnóstico da dependência emocional ou TPD e necessário ter muita cautela para não se confundir com outros transtornos mentais, já que a lista de critérios pode ser parecida com a de outros transtornos. Como por exemplo, “deve ser diferenciado da dependência que surge como consequência de outros transtornos mentais como transtornos depressivos, transtorno do pânico, agorafobia, entre outros” (American Psychiatric Association, 2013, p.771).

No entanto não possui uma explicação única e exata do que pode causar a dependência emocional, mas os estudiosos apontam evidências que englobam um conjunto de situações que entornam o sujeito desde sua infância, como fatores psicológicos, ambientais e culturais. Portanto a teoria do apego do psicanalista inglês John Bowlby nos explica que “é um comportamento básico dos seres humanos e biologicamente programado, como o mecanismo de alimentação e da sexualidade” (Dalbem & Dell'aglio, 2005). “Sendo considerado como um sistema de controle homeostático, que funciona dentro de um contexto de outros sistemas de controle comportamentais” (Dalbem & Dell'aglio, 2005). Ou seja situações ocorridas na infância podem se

tornarem determinantes fundamentais para o estabelecimento do apego na vida adulta.

Teoria do Apego e a Psicanálise

De acordo com Ramires e Schneider (2010) “Apego é um tipo de vínculo no qual o senso de segurança de alguém está estreitamente ligado à figura de apego”. Para Bowlby (1989) apud Santos (2020, p. 23) “apesar do comportamento de apego ser mais comum de se observar na primeira infância, ele acompanha o ser humano ao longo de sua vida”. A função principal atribuída a esse comportamento é biológica e corresponde a uma necessidade de proteção e segurança (Bowlby, 1973/1984 apud Santos, 2020). Por isso a forma com que as experiências do indivíduo ocorridas na infância provavelmente influenciara no tipo de apego em sua vida adulta. “No relacionamento com a figura de apego, a segurança e o conforto experimentados na sua presença permitem que seja usado como uma “base segura” (Bowlby, 1979/1997 apud Ramires & Schneider, 2010).

Para isso Bowlby (1989) citado por Dalbem e Dell'aglio (2005) nos explica que:

O relacionamento da criança com os pais é instaurado por um conjunto de sinais inatos do bebê, que demandam proximidade. Com o passar do tempo, um verdadeiro vínculo afetivo se desenvolve, garantido pelas capacidades cognitivas e emocionais da criança, assim como pela consistência dos procedimentos de cuidado, pela sensibilidade e responsividade dos cuidadores. Por isso, um dos pressupostos básicos da TA é de que as primeiras relações de apego, estabelecidas na infância, afetam o estilo de apego do indivíduo ao longo de sua vida.

Os autores Mozzaquatro, Arpini e Polli (2015) citados por Santos (2020) diz que “O desenvolvimento saudável de uma criança é marcado pela presença materna ou por outro indivíduo que faça esse mesmo papel, sendo responsável pela construção desta pessoa desde os primeiros anos de vida”. E “outro aspecto marcante neste primeiro momento é que desde os primeiros meses de vida, o bebê já busca um apoio emocional com sua figura de apego (Mozzaquatro, Arpini & Polli, 2015 apud Santos, 2020).

Logo isso pode nos elucidar o apego fixado durante o período de maturamento e desenvolvimento da criança, na vida adulta pode desencadear dificuldades de estabelecer um apego saldável principalmente se ocorrer na primeira infância caso sejam negligenciadas por seus cuidadores ou passar por eventos traumáticos. Bowlby, (1988/1989) citado por Ramires e Schneider, (2010) diz que “o apego tem sua própria motivação interna, distinta da alimentação e do sexo, como postulado pela teoria freudiana, e de igual importância para a sobrevivência”.

Um indivíduo ainda bebê estabelecer o apego a fins de sobrevivência para serem supridas todas suas necessidades, como alimentação, segurança, etc., é esperado que aos poucos o próprio indivíduo deixe de precisar inteiramente do outro no caso o cuidador, para conseguir sozinho suprir suas necessidades básicas e desenvolver a própria independência para obter aquilo que deseja, por exemplo, uma criança ir em busca de água para tomar para matar sua sede sem necessitar que o adulto lhe faça isso para satisfazê-lo.

Ao final do primeiro ano de vida, e durante os segundo e terceiro anos, quando adquire a linguagem, a criança se habilita a construir modelos funcionais de como esperar que o mundo físico se comporte, como a mãe e outras pessoas significativas poderão se comportar, acerca dela mesma e das interações entre todos (Ramires & Schneider, 2010).

Na vida adulta o indivíduo que não estabelece o apego seguro poderá tendenciar a repetir padrões de comportamento fixados na infância consigo mesmo, pois a busca por receber o cuidado e proteção que faltou ou que ocorreu de forma exagerada ira leva-la a uma busca incansável de suprir o desejo reprimido, muita das vezes isso ocorre de forma inconsciente. Podemos citar o apego inseguro como estando mais ligado a desenvolverem a dependência emocional, a insegurança, medo, e ansiedade são características que prevalecem. Na teoria possuem quatro tipos de apego, o seguro, evitativo, inseguro e o desorganizado.

Ainsworth (1989) define vínculo afetivo como “um laço relativamente durável em que o parceiro é importante como um indivíduo único e não pode ser trocado por nenhum outro. Num vínculo afetivo, existe o desejo de manter uma proximidade com o parceiro” (p. 711). Já o conceito de apego diz respeito a uma

subvariedade do vínculo afetivo, no qual o senso de segurança de alguém está estreitamente ligado ao relacionamento. Os vínculos afetivos e os apegos são estados ou representações internas e sua existência pode ser observada através dos comportamentos de apego (Ramires & Schneider, 2010).

As relações que ocorrem quando ainda somos pequenos podem servir de modelo na vida adulta, por isso é importante enquanto criança estabelecer um bom apego seguro, mas isso dependerá da boa relação em específico com a mãe, mas em geral os pais ou cuidadores. Tais comportamentos como insegurança, medo, ou pensamentos de que não consegue sozinho cuidar de si mesmo, propicia para que o indivíduo procure por uma figura de apego, por exemplo um relacionamento, pois acredita que assim o outro irá cuidá-lo melhor do que estando sozinho, típico de um apego inseguro estabelecido na infância, propiciando a uma dependência emocional e afetiva na vida adulta. No entanto não descartando a hipótese de acontecer em adolescentes também. Em consideração a todos os fatores que podem ser determinantes ou não a levar um indivíduo estabelecer algum dos apego Ramires e Schneider (2010) dizem que:

Pode-se levar em conta, conseqüentemente, que conflitos e traumas, em maior ou menor grau, assim como experiências favoráveis ou desfavoráveis em graus diversos no que diz respeito às necessidades de proximidade física e afetiva desde a infância mais precoce, fazem parte da vida mental de todo ser humano.

Ramires e Schneider (2010) diz que “Pessoas com apego seguro possuem capacidades internalizadas de autoregulação, ao contrário daquelas que suprimem o afeto (evitativas), ou das que o aumentam (resistentes/ambivalentes)”. Por isso tudo depende de como esse sujeito irá enxergar e entender o mundo. Ramires e Schneider (2010) cita que “a qualidade da segurança desses adultos em relação ao apego não é o comportamento dos pais ou as vivências com eles na infância, mas sim a organização dos seus modelos re-presentacionais internos”. Outra contribuição importante é de que “A capacidade dos cuidadores de observar e compreender os estados mentais das crianças, de nomear suas experiências emocionais, permite à criança a aquisição dessas mesmas capacidades” (Ramires & Schneider, 2010). Os pais

possuem um importante papel na vida e no futuro de seus filhos então Ramires e Schneider (2010) nos diz o seguinte:

A aquisição da capacidade de mentalizar, portanto, é parte de um processo intersubjetivo entre a criança e o cuidador, que se desenvolve no contexto de relacionamentos de apego seguro, facultando à criança a possibilidade de alcançar a regulação e o controle das próprias emoções, desenvolvendo a segurança interna, a autoestima e a autonomia (Fonagy, 1999). Tal aquisição equipa a criança para enfrentar realidades familiares e sociais algumas vezes muito duras. O estabelecimento sólido da função reflexiva tem um efeito protetor, enquanto, ao contrário, seu status relativamente frágil implica numa vulnerabilidade para traumas ulteriores.

Por tanto o ideal para que uma pessoa possa ter oportunidades de experienciar boas relações em sua vida é importante que o apego apreendido desde sua infância seja o apego seguro, pois manter relações saudáveis durante a vida adulta é fundamental para manter uma boa saúde mental.

Papel do Psicoterapeuta na Dependência Emocional

Primeiramente como em qualquer outra abordagem ou demanda, respeitar a história do sujeito (paciente) e ter empatia com o mesmo irá permitir com que a pessoa que busca a ajuda se sinta acolhido e entendido pelo terapeuta, e isso será fundamental para esse novo processo de estabelecimento de vínculo para uma boa transferência e contratransferência. Durante a análise manter uma atenção flutuante sobre aquilo que o paciente diz possibilita muitas oportunidades de compreender aquilo que o sujeito quer dizer, e ajudá-lo também a compreender a si mesmo como sendo o principal protagonista de sua história, incluindo sua singularidade.

Bowlby (1979/1997) citado por Ramires e Schneider (2010) diz que:

A tarefa do psicoterapeuta consiste em ajudar o paciente a reexaminar os modelos re-presentacionais das figuras de apego e dele mesmo, analisar como tais modelos dirigem suas percepções e ações, como se desenvolveram durante sua infância e adolescência e, caso o paciente julgue conveniente, auxiliá-lo a modificar tais modelos.

Então no processo de psicoterapia ajudar o sujeito ajustar e organizar seus modelos representacionais que considera inapropriados, por modelos que possam ser apropriados e adequados e funcional para o sujeito. Por exemplo, quando uma paciente que busca a psicoterapia com sintomas e sinais de dependência emocional, a mudança de repertório dos modelos representacionais desse sujeito para o de apego seguro, fortalecendo a auto estima, autoconfiança, e instigando a independência emocional dessa paciente.

Considerações Finais

Diante deste estudo concluímos que a dependência emocional é uma condição que gera grande sofrimento mental aos indivíduos e afeta principalmente as relações amorosas, não tendo ainda uma definição única e específica para se enquadrar como patologia sendo uma condição

ainda estudada, mas que já se faz presente há algum tempo na sociedade, fazendo parte das demandas em clínicas de psicologia.

No decorrer da pesquisa foi possível compreendermos sobre a dependência emocional, no entanto houve dificuldade em encontrar referências bibliográficas específicas sobre o assunto, porém com esforço e dedicação foi possível elaborar o trabalho de maneira didática ampliando olhares para este tema tão importante.

Em relação os objetivos deste trabalho pode se dizer que foram alcançados com sucesso, sendo a questão problema da pesquisa respondida, e que o trabalho pode elucidar o conteúdo proposto que é a dependência emocional, permitindo transmitir as informações de maneira clara e objetiva.

Referências

American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, fifth edition, text revision*. Washington, DC, Associação Psiquiátrica Americana, 2022. Acesso em novembro de 2023.

Brum, Â. (2020). *Dependência emocional nas relações conjugais*. Trabalho de Conclusão de Curso. Bacharelado em Psicologia da Universidade Caxias do Sul – UCS.

Bution, D. C., & Wechsler, A. M. (2016). Dependência emocional: uma revisão sistemática da literatura. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 7(1), 77-102.

CARVALHO, V. S., & FREITAS, T. M. M. (2022). Relacionamento abusivo: o ciclo de aprisionamento e dependência emocional. *Facit Business and Technology Journal*, 2(36).

Dalbem, J. X., & Dell'Aglio, D. D. (2005). Teoria do apego: bases conceituais e desenvolvimento dos modelos internos de funcionamento. *Arquivos brasileiros de psicologia*, 57(1), 12-24.


Ramires, V. R. R., & Schneider, M. S. (2010). Revisitando alguns conceitos da teoria do apego: comportamento versus representação? *Psicologia: teoria e pesquisa*, 26, 25-33.

Santos, T. C. (2020). *Dependência emocional nos relacionamentos*. Monografia apresentada ao curso de Graduação em Psicologia da Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA.

Jessica Oliveira de Paula

Graduada em Psicologia pela Faculdade Anhanguera de Tangará da Serra – MT. Psicóloga clínica.


E-mail: psi.jessicaop@gmail.com

 <https://orcid.org/0009-0006-3819-2230>

Eraldo Carlos Batista

Doutor em Psicologia pela PUC-RS/Faculdade Católica de Rondônia - FCR. Professor da Universidade Estadual de Mato Grosso - UNEMAT, Tangará da Serra – MT.

E-mail: eraldopsico@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-7118-5888>

Recebido em: 05/02/2023

Aceito em: 23/03/2023