

**FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

ISADORA EMANUELLE SILVA RIBEIRO

RELAÇÕES ABUSIVAS: quando o sonho se torna pesadelo

**PATOS DE MINAS
2018**

**FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

ISADORA EMANUELLE SILVA RIBEIRO

RELAÇÕES ABUSIVAS: quando o sonho se torna pesadelo

Resenha apresentada à Faculdade Patos de Minas como requisito para conclusão do Curso de Graduação em Psicologia para finalidade de obtenção do título de Bacharel, podendo gozar dos direitos de Psicólogo.

Orientador: Prof. Me. Gilmar Antoniassi Junior

FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
Curso Bacharelado em Psicologia

ISADORA EMANUELLE SILVA RIBEIRO

RELAÇÕES ABUSIVAS: quando o sonho se torna pesadelo

Banca Examinadora do Curso de Bacharelado em Psicologia, composta em 29 de
Novembro de 2018.

Orientador: Prof. Me. Gilmar Antoniassi Júnior
Faculdade Patos de Minas

Examinadora 1: Profa. Ma. Aline Fernandes Alves
Faculdade Patos de Minas

Examinadora 2: Profa. Ma. Delza Ferreira Mendes
Faculdade Patos de Minas

DEDICO este trabalho às pessoas que passaram ou ainda passam por relacionamentos abusivos, aos alunos e psicólogos que se dedicam a estudar sobre os abusadores e estendem a mão aos abusados.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por me mostrar que tudo viria ao seu tempo, da forma que Ele havia planejado pra mim, por me abençoar durante todo meu trabalho acadêmico e me dar discernimento e paciência para os dias difíceis.

Agradeço a minha mãe, Monica, por ser meu porto seguro, fonte de energia e amor, meu abrigo nos dias em que pensei que não iria conseguir, e conseguindo, dividiu comigo sorrisos em cada vitória.

Ao meu pai, Pedro, por ser a minha âncora, de onde veio meu pulso firme e a persistência pra alcançar o que eu sempre almejo.

As minhas irmãs, Maria Eduarda, por ser a minha pessoa e Rafaela, por ser meu equilíbrio. Sem vocês eu não teria enfrentado a difícil missão de estar longe da família.

Aos meus familiares por serem o meu conforto e minha força, minha felicidade em forma de pessoas, cada dia que passo com vocês sou mais grata por cada um.

Aos meus amigos por serem minha alegria, que me acompanharam por tanto tempo e me mostraram que posso ter uma família que não seja de sangue.

A Karina Leite pelo incentivo e força de vontade em me estender a mão, não conseguiria concluir meu trabalho se não fosse sua persistência em mim.

A Luciana Alves e Karla Galvão, pelo apoio e amizade, peças essenciais na minha vida acadêmica, com quem pude contar nos momentos e situações inesperadas.

Ao coordenador da Psicologia, e meu orientador, Júnior, por aceitar e entender minhas condições, confiando em todo meu trabalho e capacidade, por ser um pai e me abraçar em tantos momentos, me aconselhar e me motivar com sua alegria de viver. Ju, você é incrível!

Aos professores que tanto me ensinaram durante esses cinco anos de formação, cada um com sua forma de ensinar e seu jeito de ser, transformando todo meu conhecimento e me dando aprendizado para encarar a minha profissão com amor, ética e sabedoria.

Aos que passaram por minha caminhada, levando um pouco de mim e deixando algo de si, meu muito obrigada. Sem vocês eu não seria metade do que sou.

Você sente que precisa de amor e sai procurando por todas as esquinas, o tempo inteiro parece que vocês estão prestes a se encontrar, e isso porque ele está dentro de ti, desesperado para te conhecer.

Isadora Brandelli

RELAÇÕES ABUSIVAS: quando o sonho se torna pesadelo

Neal, A. (2017). *Relações destrutivas: se ele é tão bom assim, por que eu me sinto tão mal?* São Paulo: Gente.

Por: Isadora Emanuelle Silva Ribeiro*

Gilmar Antoniassi Junior **

1 CREDENCIAIS DE AUTORIA

Avery Neal é autora, palestrante, consultora e psicoterapeuta licenciada, especialista em transtornos de ansiedade e depressão em mulheres. No ano de 2012, abriu uma clínica para atendimento psiquiátrico e apoio para mulheres, chamada *Women's Therapy Clinic*, atendendo a pacientes nos estados do Colorado e Texas. Tem um longo trabalho com mulheres que sofrem de ansiedade pré-natal e depressão pós-parto, e também ajuda mulheres a se recuperarem do divórcio e a se curarem de abuso emocional. Avery capacita as mulheres a encarar sua própria força interior, levando a uma maior autoestima, confiança e satisfação com a vida em geral. Em 2017, a Associação Internacional de Profissionais de Saúde nomeou-a como uma das principais psicólogas de Houston. Suas entrevistas e artigos foram publicados pela *Oprah.com*, pelas revistas: *Best Self*, *Hitched Magazine*, *Bustle*, *POPSUGAR* e *PKWY Magazine*.

2 APRESENTAÇÃO DA OBRA

Avery Neal, inicialmente comenta sobre a identificação do abuso, expondo alguns casos relatados em seu consultório, e explica formas de se caracterizar um abusador, cita inicialmente o que é o abuso, e as diferentes formas de se manifestar, demonstra que os abusos podem ser identificados em qualquer modelo de relacionamento.

* Concluinte do Curso de Graduação em Psicologia da pela Faculdade Patos de Minas (FPM). isamanu710@hotmail.com

** Mestre em Promoção a Saúde pela Universidade de Franca. Especialista em Saúde Pública e do Trabalhador pela Faculdade Cidade Patos de Minas (2010). Especialista em Docência do Ensino Superior pela Faculdade Cidade Patos de Minas (2009). Graduado em Psicologia pela Fundação Educacional de Fernandópolis (2006). Atualmente é Coordenador e Professor Titular do Departamento de Psicologia da Faculdade Patos de Minas. jrantiassi@hotmail.com

Desta forma a obra destaca problemas atuais em relações amorosas, tendo como objetivo, durante todo o livro, apontar as diferentes formas de abuso e diferentes perfis do abusador, estabelecendo como uma forma sutil de começar, e com o tempo, ir se intensificando.

A autora ressalta que o abusador tem parceira altamente responsável, que está sempre disposta a assumir suas responsabilidades. O abusador a conquista, fazendo com que ela confie totalmente nele, e conforme os abusos vão deixando de ser sutis e passando a ser mais violentos e agressivos, sua parceira se sente culpada, e fica se questionando se ela errou em algum ponto.

A mulher do abusador, quando sofre agressões, tanto físicas quanto psicológicas ou verbais, passa a ter baixa autoestima, não confia em suas intuições e vive somente em função do parceiro, pois percebe que quando ela o agrada e é dominada por ele, ele se torna mais doce.

Todavia, os interesses, desejos e vontades que deixa a mulher mais realizada são ignoradas pelo abusador, pois somente ele pode se sentir bem no relacionamento, somente ele pode ter suas conquistas e autoestima elevados.

Além disso, Avery comenta que quando chega o término do relacionamento e a mulher resolve mudar sua vida, fica o receio, talvez por medo, ou achar que vai se arrepender, por acreditar que o parceiro pode mudar, por depender financeiramente do parceiro, medo de prejudicar os filhos, ou até mesmo o medo de se sentir sozinha. Alguns parceiros manipulam suas parceiras, querendo comprovar que estão arrependidos, e até sugerindo terapia de casal, mas devido a falta de vontade do abusador de assumir a responsabilidade por seus atos, a maioria das terapias de casais são inúteis a esses homens.

Assim, a obra cita que o homem abusador habitualmente pune sua parceira severamente caso ela decida deixá-lo, tratando-a friamente, perdendo o controle, agredindo verbalmente, psicologicamente ou fisicamente. A mulher precisa estar preparada, disposta e decidida a tomar sua decisão e seguir em frente mesmo quando o parceiro afrontar sua decisão, pois ele tentará provar que o erro do relacionamento é dela, e que ela o está desprezando.

O reestabelecimento de um relacionamento abusivo, segundo Avery, se dá com a conscientização do que estava inconsciente, dos medos, ansiedades e angustias. Sugere-se que, inicialmente, a mulher se presenteie com um diário, para que ela se reconecte consigo mesma afinal, a cura de um abuso é uma jornada.

Logo, durante a leitura da obra, percebe-se que a mulher precisa se transformar, de vítima a sobrevivente, que é quando ela deixa de receber o abuso, tomando consciência de que nada do que aconteceu é sua culpa, que ela já pode deixar de se sentir impotente. Os abusadores possuem um padrão, e quanto mais informações a mulher tem e mais detalhes possui do padrão criado pelo abusador, menor as chances de que ela seja novamente uma vítima. A depressão e a ansiedade podem ser comuns após o fim do relacionamento, pois podem coincidir com eventos vividos, podendo ser uma resposta a um estressor da vida de alguém.

Além disso, a mulher pode passar por um processo de luto, vivenciando a ausência de alguém que gostava muito, com quem estava acostumada, e entregou sua confiança, o luto é um processo natural que acontece quando estamos apegados a alguém e os planos não dão certo. Abandonar as expectativas é um procedimento lento e doloroso. Segundo Avery, a mulher precisa entender o que aconteceu e se perdoar pelos traumas que sofreu. Por não ter conseguido acabar com tudo antes, por agir de formas que onde não se reconhecia, afinal, a mulher não saberia que poderia passar por todo esse processo.

Fica claro, que o livro sugere com que as mulheres honrem seus sentimentos, pois eles podem dizer muito sobre algo que está internalizado nelas, e indicar que algo precisa ser modificado, mesmo sendo uma coisa que ela julgue que não dá para modificar ou algo assustador. Ouvir os próprios sentimentos pode se tornar um alívio para as pessoas. Elas passam a levar paz e aceitação no lugar de luta, resistência e repressão.

No processo de cura e aceitação, a obra indica para as mulheres que elas abandonem o medo por ele poder induzi-las a se questionarem sobre a capacidade de trabalhar, cuidar dos filhos, da casa, e até de si mesmas. O medo não é ruim, ele tem um propósito importante e é essencial para nossa sobrevivência.

Portanto, ao final do livro, a autora deixa informações de como ajudar as filhas a se libertarem de relacionamentos abusivos. A obra cita que o modelo de relacionamento dos pais é algo extremamente importante, que as filhas crescem observando a vida do casal e pode se espelhar neles ao procurar um relacionamento. É importante que sejam ensinados os primeiros fatores de um relacionamento abusivo, as características do abusador, os padrões de abuso, assim as filhas ficam muito mais receptivas a informação, pois saíram da defensiva. A mãe é o espelho da filha, por isso é de grande valia refletir coisas positivas, elogiar,

dar feedbacks positivos sobre as atitudes da filha, desenvolvendo uma boa autoestima e autoconfiança.

Ao final a autora deixa claro que é possível que as mulheres possam se curar de relações destrutivas com amor, confiança, auto aceitação, e que após todos os obstáculos e monstros enfrentados ela aprende a ser uma mulher mais forte, que conhece as profundezas de si mesma e pode desfrutar de toda sua resiliência.

3 APRECIÇÃO DA OBRA

A obra em questão é de fácil leitura e compreensão, usando exemplos reais sobre a vida das mulheres que foram abusadas por seus parceiros, e logo após um texto explicativo sobre o que aconteceu com as mulheres, do ponto de vista da autora. Segue uma linha de raciocínio com uma sequência e lógica adequadas aonde são exemplificados como identificar um abuso, os padrões do abuso, o perfil da parceira do abusador, as formas de lidar com o fim do relacionamento, a iniciação da cura do término do relacionamento, como desenvolver um sentido de “eu” e formas de ajudar as filhas em um relacionamento abusivo. Esse padrão permite que a obra seja organizada e compreendida tanto por profissionais quanto por pessoas que compreendem o livro para leitura informal.

Acredita-se que a obra para atingir ainda mais objetivos poderia ser mais voltada para o trabalho de psicólogos, considerando-se que por ser um tema novo, ainda não existem muitas publicações para o público leitor interessado na temática em foco. Apesar disso, é uma obra rica e autoexplicativa em relação ao tema, com exemplos claros e cotidianos em cada capítulo. As dicas e conselhos da autora são de grande serventia para as mulheres que passam por relacionamentos abusivos, e dão um norte para o ponto de partida dos psicólogos no tratamento a mulheres abusadas.

4 INDICAÇÃO DA OBRA

Este livro pode ser indicado aos estudantes e profissionais da área de psicologia, entre outras áreas da saúde, por mulheres que sofreram abusos ou se interessam pelo tema sobre relações abusivas, por proporcionar um convite à reflexão sobre uma realidade próxima e cotidiana, mas que ainda é um tema não tão

exposto e acessível de conhecimento. Pode ser um livro para se trabalhar em hospitais e clínicas, com mulheres que sofreram abusos domésticos, para instruí-las e incentivá-las a se alforriar de uma relação destrutiva.

ENDEREÇO DE CORRESPONDÊNCIA**Autor Orientando:**

Isadora Emanuelle Silva Ribeiro

Rua Marechal Floriano, Nº 46, Apt 303, Bairro Centro

(34) 99940-4446

isamanu710@hotmail.com

Autor Orientador:

Gilmar Antoniassi Junior

Av. Juscelino Kubitschek de Oliveira, Nº 1220, Bloco 3ª, Cidade Nova

(34) 99801-4128

jrantiassi@hotmail.com

DECLARAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

Patos de Minas, 29 de novembro de 2018

Isadora Emanuelle Silva Ribeiro

Gilmar Antoniassi Junior



FACULDADE PATOS DE MINAS



FACULDADE PATOS DE MINAS

Mantenedora – Associação Educacional de Patos de Minas

Portaria de Recredenciamento MEC – DOU N°. 1469 de 10 de outubro de 2011.

Departamento de Graduação em Psicologia

Curso de Bacharelado em Psicologia

(Formação de Psicólogo)

Curso Reconhecido pela Portaria DIREG/MEC N°. 371 de 30/08/2011, renovado Reconhecimento de Curso pela Portaria DIREG/ME N°. 267 de 03/04/2017, publicado DOU em 04/04/2017, n°. 65, sessão 1, pág. 70-81

“Como Psicólogo, eu me comprometo a colocar minha profissão a serviço da sociedade brasileira, pautando meu trabalho nos princípios da qualidade técnica e do rigor ético. Por meio do meu exercício profissional, contribuirei para o desenvolvimento da Psicologia como ciência e profissão na direção das demandas da sociedade, promovendo saúde e qualidade de vida de cada sujeito e de todos os cidadãos e instituições.”

(Juramento do Psicólogo – Conselho Federal de Psicologia)