

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

GABRIELLE APARECIDA DE OLIVEIRA

UM NOVO OLHAR SOBRE A DEPENDÊNCIA AFETIVA

**PATOS DE MINAS
2018**

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

GABRIELLE APARECIDA DE OLIVEIRA

UM NOVO OLHAR SOBRE A DEPENDÊNCIA AFETIVA

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.

Orientadora: Prof.^a Ma. Cátia de Castro Dias

**PATOS DE MINAS
2018**

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

GABRIELLE APARECIDA DE OLIVEIRA

UM NOVO OLHAR SOBRE A DEPENDÊNCIA AFETIVA

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

Orientadora: Profa. Ma. Cátia de Castro Dias
Faculdade Patos de Minas

Examinadora 1: Profa. Dra. Danielle Ribeiro Ganda
Faculdade Patos de Minas

Examinadora 2: Profa. Esp. Neusa Esméria da Silva Fonseca
Faculdade Patos de Minas

DEDICO este trabalho aos estudantes e profissionais da área de Psicologia para que tenham um conhecimento maior sobre o tema, ajudando as mulheres que apresentam indícios de dependência afetiva a perceberem que precisam de mudanças para uma vida melhor.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus por ter me dado à graça de concluir o trabalho.

Aos meus pais por ter me apoiado tanto a fazer o trabalho, me ajudando sempre no que eu precisava se estou aqui hoje foi graças a eles, sempre esta ali p me ajudar.

Ao meu noivo que me ficou do meu lado o tempo todo, me incentivou cada dia mais, sempre me compreendeu nos momentos que precisei ausentar para realizar o meu trabalho.

Agradeço ao meu irmão e a minha sobrinha por ter me apoiado na escrita da minha resenha, sempre me ajudando e me compreendido nos momentos que estava realizando o meu trabalho.

A minha orientadora Cátia de Castro Dias o meu muito obrigada, me ajudou a construir um excelente trabalho acadêmico, sempre me auxiliou com muita disposição e deu o máximo de atenção para eu concluir a resenha com sucesso.

O amor que causa dependência é uma droga. Se liberte. Não haverá barreira e clausura para quem tem as chaves das algemas da vida.

Antônio Ramos da Silva

MULHERES QUE AMAM DEMAIS

Norwood, R. M. S. (1985). *Mulheres que amam demais*: quando você continua a desejar e esperar que ele mude. Rio de Janeiro: Rocco.

Por: Gabrielle Aparecida de Oliveira¹

Cátia Castro Dias²

1 CREDENCIAIS DE AUTORIA

A autora Robin Norwood é terapeuta conjugal, com especialização e estuda o no tratamento de padrões mórbidos de relacionamento amorosos. Especialista também no tratamento de alcoolismo de dependências em relacionamentos. Autora dos livros *Mulheres que amam demais*; *Meditações para mulheres que amam demais*; *Por que isso? Por que agora?* e também, *Cartas de mulheres que amam demais*.

O amor em excesso deixa de ser saudável e prazer quando a persistência e a obsessão no relacionamento começa a ser auto destrutivo e negativo. A autora, Norwood aborda a questão negativa de quando o amar demais se torna demasiadamente excessivo, levando a obsessão da mulher por um homem, demonstrando dificuldades de romper o relacionamento.

2 APRESENTAÇÃO DA OBRA

A obra é dividida em Prefácio, Introdução, 11 capítulos e os Apêndices. O livro define amar demais como sendo “ser obcecada por um homem e chamar essa obsessão de amor, admitindo-lhe o monitoramento de seus sentimentos e grande parte de suas condutas, concluindo que isso influi negativamente em sua vitalidade e no seu bem-estar e ainda assim se vendo na impossibilidade de desistir.”

Mulheres que Amam Demais, retrata as mulheres que tipicamente foram criadas em residências disfuncionais, ou seja, lares cujos membros têm papéis

¹Gabrielle do curso de graduação em Psicologia da Faculdade de Patos de Minas (FPM) gabrielleoliv2012@gmail.com

² Mestrado em História pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU), possui graduação em História pelo Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM). Docente de cursos de graduação da FPM, Possui graduação em História pelo UNIPAM. Docente de cursos de graduação da FPM. catia7@bol.com.br

inflexíveis e a comunicação é limitada às afirmações que se encaixam nestes papéis, negando os predominantes aspectos da realidade e não suprimindo as necessidades emocionais das crianças

Partindo da necessidade de sentir completa emocionalmente, as mulheres que amam demais se tornam protetoras e abnegadas na busca de superar seus receios, rancores, decepções, dores da infância por meio de homens emocionalmente indisponíveis.

Como ela se sente responsável pelos problemas do seu lar de origem e pela solução deles, usam o poder e a persuasão de seu amor para tentar modificar relacionamentos desagradáveis e, conseqüentemente, em sua visão, sentir-se mais adequado.

Dessa forma com diversos estudos de caso que comprovam a personalidade marcante da mulher que amam demais e suas características, o livro demonstra a necessidade de tratar este fato como doença.

Assim, como tal, esta doença deve ser tratada por meio de alguns passos tais como: procurar por ajuda, tornar sua reabilitação a principal prioridade na vida, encontrar um grupo de apoio de semelhantes que a compreendam, desenvolver sua espiritualidade por meio da prática diária, parar de dirigir e controlar os outros, compreender que não deve entrar em jogos, enfrentar seus problemas e imperfeições, cultivar o que precisa ser desenvolvido em si, pensar em si e compartilhar com os outros o que você experimentou e aprendeu.

No capítulo inicial ressalta-se uma paciente que faz o curso de Direito que busca ajuda terapêutica devido os atritos que apresenta com os homens, sendo que os relacionamentos começam muito perfeito, até que se afasta o companheiro da vida dela, e não sabe o porque isso sempre acontece .Ela sentia medo de se envolver com os homens, porque pensava que todos eram iguais, desejava a mudança para que vivesse um relacionamento amoroso satisfatório.

Era muito ocupada, fazia faculdade e trabalhava para manter os gastos mensais, mas relata que não está bom porque ela sente a necessidade de ter a companhia de um par amoroso em sua vida.

Para tanto, amar demais quer dizer que a pessoa idolatra de uma forma doentia, doando demais ao parceiro, não tendo o reconhecimento que merece, mas ela acredita que esse é o verdadeiro amor, quando na realidade ela é obcecada pelo seu parceiro.

Tudo começa na infância, quando a criança vive em um lar que a família é disfuncional, a mãe não adequa as maneiras de educar os filhos de acordo com a idade, pais que são alcoolátras, crianças que começam cedo demais a ter responsabilidades, fatos que poderá desencadear a insegurança. Nesse contexto de que tudo para elas está bom, então as mulheres que amam demais acreditam que seus parceiros estão adequados e ideais para elas.

A autora apresenta diversos fatores que geram um amor doentio, sendo que mulheres que apresentam medo de viverem sozinhas fazem o possível e impossível para manter o relacionamento, devido à carência na infância, amor que não foi suprido pelos pais. Nesse caso, a pessoa faz de tudo para agradar o seu companheiro, se interessa por conjugues que apresentam alguma dificuldade, para que sendo assim se sinta útil no relacionamento.

Além disso, a cliente se envolveu com um homem que bebe muito, insistia em ficar com esse par amoroso, porque além dele ser indisponível que atrai ela bastante, sentirá a necessidade de ajudar ele com a bebida, idealiza que é o namorado perfeito.

Com isso a paciente sempre sentiu a necessidade de ouvir do seu pai que ele o amava, mas isso nunca acontecia, até que um dia resolveu obrigá-lo ele a dizer a frase que ela tanto almejava ouvir, no decorrer da sessão ficou explícito de que era muito rejeitada devido ao pai não aceitá-la porque desejava que fosse um menino.

A autora aborda o caso de uma jovem que apresenta marcas do acidente de carro, quando atirou o seu veículo de um penhasco. Durante a sessão, ela relembra que não poderá ser como a mãe que tentava o suicídio para conseguir tudo que desejava e fala não ter tentado o suicídio para ter seu ex companheiro novamente e sim porque sentia péssima de está longe dele.

Ela prometeu que nunca seria como a mãe, seria compreensiva nos relacionamentos, doando por inteiro para que um relacionamento desse certo. Com todos os homens que ela saía sentia a necessidade de ir para a cama, pois ela procurava amor, acreditava que encontraria apenas no sexo, fazia de tudo para ser notada por um homem, usava muitas armas de sedução, sentia muito atraída por pessoas que no momento não teria nada para lhe oferecer.

No capítulo “se eu sofrer por você, você me amará”? Uma mulher busca ajuda terapêutica, pois seu amigo incentivou ela ao saber de todo o histórico da sua vida. A autora Robin Norwood relata a percepção que o fato da paciente ter ajudado muito

a mãe na infância devido ao alcoolismo, pode ter afetado no modo em que relaciona com os homens.

Para tanto a cliente relata que foi morar no México com as amigas, encontrou um homem que disse amá-la de verdade e que não suportaria ficar longe dela, foi perfeito ouvir isso, não pensou antes de dar a resposta, pois sentiu que era necessária naquele relacionamento.

Ela registrou que se envolveu com um homem alcoólatra, nesse relacionamento conseguia sentir normal, foram morar juntos, os consumos da casa era dela, o dinheiro do cônjuge ia para a maconha, começou a usar droga, mas recebeu que estava interferindo em sua vida e como tinha a responsabilidade familiar grande resolveu parar fazer o uso.

Depreende-se na obra a história de uma paciente que na infância os pais não protegeram, precisava ser considerada mais forte do que realmente era, teve compromissos mais cedo, aprendeu a cuidar de todos, ficava de lado, sem receber os cuidados necessários, cresceu com a oportunidade de cuidar cada vez mais das pessoas, pois sentia boa nesse aspecto, uma compulsão por cuidar pode ser pela ausência dos pais na infância.

A paciente sentia uma grande culpa pelo suicídio de sua mãe, pelo fato de ter uma grande responsabilidade pelo bem estar da família. Conheceu homens que não exigiam ser cuidados como ela desejava então ela não sentia atração nenhuma por esses homens nessa situação.

A autora aponta que o clichê freqüentemente usado pelas pessoas que casam com alguém igualzinho o pai não é exatamente correto, mas fará todo sentido porque dará melhor com o comportamento que já foi acostumada a lidar na infância, apesar dos comportamentos serem desconfortáveis, mas são eles que o indivíduo conhece melhor.

Paciente foi criada pela avó, era uma mulher cruel, amachucava bastante com palavras, dizia que ela era ruim, não prestava para nada. Ela casou e viveu infeliz por 15 anos, acreditava que não tinha nada a oferecer para o marido.

O primeiro namorado conheceu na escola, sentiu atraída por ele porque apresentava ser selvagem, então ela percebeu possibilidades de mudá-lo, ela não sabia nada sobre ser amada, tinha necessidade de reproduzir o ambiente hostil da infância, quando conheceu um homem que abordou ela com muita diferença, imediatamente sentiu atraída por ele, percebeu que poderia transformá-lo e assim

ser amada.

A segunda parte é composta por diversos casos clínicos que relata a vida de mulheres que não ficam aborrecidas ao verem seus companheiros bebendo muito, pelo contrário sentem bem e úteis porque poderão ajudá-los.

Apresenta ainda um caso que uma mulher faz de tudo para ficar ao lado do homem amado, separando-o de sua esposa, quando conseguiu o que desejava perdeu o interesse por ele, esse mesmo sentiu se enganado pela atitude dela.

Mônica faz parte do contexto de mulheres que amam demais, apaixonou perdidamente por um homem que apresentava ser mal, quando ele era preso, esperava pacientemente pela volta do companheiro, porque acreditava ser o homem ideal para ela, tinha a oportunidade de ajudá-lo, quando ele saiu da cadeia afastou-se do conjugue, não tinha mais nada para oferecer.

Retrata casos de mulheres que fazem tudo para viver ao lado do amado para ajudá-los, mas quando eles recuperam e não precisam de mais ajuda delas, sentem-se inúteis, perdendo o interesse pelo conjugue.

No tema a Bela e a Fera relata a história de uma paciente que apresenta queixas sobre a infância, a mãe forçava ela tirar notas boas na escola, acreditava que se destacasse em suas notas, resolveria o problema da mãe com o álcool. Quando separou do marido teve muita dificuldade de contar para as pessoas, o que causou um maior sofrimento na vida do filho.

Pode-se ter acesso à felicidade muito mais que pensamos, mas as mulheres que amam demais acreditam que não conseguem ser felizes porque seus parceiros dificultam essa possibilidade. Para ter uma vida satisfatória deverá deixar de lado o desejo de mudar o companheiro, perceber que não tem poder sobre o amado, as mudanças deverão partir dela.

Assim, quando um vício alimenta o outro é discutido sobre muitas mulheres que para bloquear os mais profundos sentimentos da infância tornam viciantes das substâncias, isto é, a droga, o álcool, amor exorbitante, quando se trata desse amor, elas sentem muito isoladas e péssimas, então procuram por parceiros que farão elas sentirem melhor e preencher esse vazio.

Além disso, quando um relacionamento desaponta, volta freneticamente para a substância, em busca de ter o alívio imediato, torna um ciclo vicioso, é como se fosse uma droga e quando o efeito acaba tem a necessidade de consumir cada vez mais.

Relata em um capítulo a trajetória de uma paciente que casou aos 20 anos, o companheiro traiu ela antes e depois do casamento, mas pensava que conseguiria mudá-lo, mas isso não aconteceu, separou-se, envolveu então, com o advogado que realizou o divórcio, achou ser o homem ideal para sua vida, mas não deu certo também, porque ele abusou da filha dela.

Quando a mulher que ama demais percebe que fez de tudo para mudar o amado e não conseguiu, ela conclui que precisará de uma ajuda, não para mudar os pensamentos dela em relação ao companheiro e sim na tentativa de transformar o companheiro no homem ideal.

Muitas mulheres continuam nesse grande vício de procurar homens que farão elas felizes e que conseguirão mudá-los de forma que ela deseja que ele seja, parece ser bem mais fácil querer transformar o outro em vez de mudar o vazio interno que se sente.

A autora menciona alguns caminhos que podem levar o indivíduo para a recuperação e a importância de realizar cada um com muito êxito, que vão ajudar a mulher que ama demais a recuperar, são eles: procurar ajuda, tornar sua própria recuperação a principal prioridade na vida, encontrar um grupo de apoio semelhante que a compreendem, desenvolver sua espiritualidade por meio da prática diária, parar de dirigir e controlar os outros, aprender a não entrar em jogos, enfrentar corajosamente seus próprios problemas e defeitos, cultivar o que precisa ser desenvolvido em si mesma, tornar-se egoísta, partilhar com os outros o que você experimentou e aprendeu.

O último capítulo relata sobre a recuperação, que no início causará desconforto e um medo do novo, o melhor a se fazer é procurar grupos de ajuda de mulheres que também sofrem ou já sofreram por esse amor que não leva a nada para enfrentar essa nova jornada da vida.

Não pode deixar-se esse medo da mudança atrapalhar a recuperação, o essencial agora é pensar nas mudanças que devem ser feitas para viver uma vida saudável e viver um amor que lhe trará benefícios.

3 APRECIÇÃO DA OBRA

A autora abrange os objetivos que foram propostos, principalmente no fato das mulheres não reconhecerem o vício de se amar demais o outro como se fosse

uma substância, por isso a dificuldade do rompimento nesses relacionamentos desfavoráveis. A obra apresenta ótimas sequências de ideias, onde a escritora faz muitos esclarecimentos em cada capítulo das mulheres que amam demais, abordando o porquê de elas apresentarem o amor patológico. São palavras simples que ela usa, na qual pessoas com nível de escolaridade menor conseguem uma boa compreensão.

A contribuição do livro foi de extrema importância para o meu trabalho acadêmico. Acredito que autora poderia relatar menos do paciente e acrescentar mais vestígios que indicam que a mulher sofre por amar demais. E dessa forma essas mulheres possam perceber ainda mais que deveriam procurar ajuda, no sentido de uma recuperação no tratamento desse vício.

4 INDICAÇÃO DA OBRA

O livro mulheres que amam demais escrito por Robin Norwood contribui para os psicólogos clínicos a desmistificar os conceitos que seus pacientes tem a respeito do amor que às vezes se torna compulsivo, fazendo a vontade do companheiro por medo de perdê-lo.

A obra ajuda a entender a diferença de um amor patológico e o amor saudável, se for amor patológico terá como função uma ajuda para se tornar esse amor saudável, amando o parceiro de outra forma, que ela não se isole para viver a vida do parceiro.

Esse livro é indicado para mulheres que sentem que amam de uma forma compulsiva e para profissionais e estudantes da área de Psicologia com a intenção de aprofundamento nessa área.

Acredito que as mulheres deveriam ler esse livro, porque apresenta diversos aspectos da vida de uma mulher que ama de uma forma compulsiva, jovens fazendo parte do feminicídio, com a leitura, ficaria mais atenta como evitar a melhor forma de um relacionamento abusivo.

ENDEREÇO DE CORRESPONDÊNCIA**Autor Orientando:**

Nome completo: Gabrielle Aparecida de Oliveira

Endereço: Rua da Bahia

Telefone de contato: (34)3825-2327

Email: gabrielleoliv2012@gmail.com

Autor Orientador:

Nome completo: Cátia de Castro Dias

Endereço: Avenida Juscelino Kubitschek

Telefone de contato 3818-2300:

E-mail: catita7@bol.com.br

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 à fonte.

Patos de Minas, 05 de dezembro de 2018.

Gabrielle Aparecida de Oliveira

Cátia de Castro Dias



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)