

RELAÇÃO ENTRE VÍNCULOS AFETIVOS, DEPENDÊNCIA EMOCIONAL E VIOLÊNCIA DOMÉSTICA: Uma análise entrelaçando saberes da Psicologia e da Educação.

RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL BONDS, EMOTIONAL DEPENDENCE AND DOMESTIC VIOLENCE: an interweaving analysis of knowledge from the fields of Psychology and Education.

Paula dos Reis Moita¹
Karoline Moita Soares²

RESUMO: O presente artigo traz uma reflexão sobre a relação entre vínculos afetivos, dependência emocional e violência doméstica e um entrelace de saberes do campo da Psicologia e da Educação e algumas de suas possibilidades de intervenção, combate e prevenção da violência contra a mulher. Busca também compreender de que forma essas relações de violência se perpetuam por meio dos vínculos afetivos, muitas vezes desequilibrados, e que podem gerar dependência emocional. O estudo é etnográfico e traz como metodologia a escrivência, destacando mais uma vez o processo de autoria e autonomia feminina. Como referencial teórico principal os estudos de Patrícia Collins, Marie-France Hirigoyen e Conceição Evaristo.

Palavras-chave: Violência doméstica. Psicologia e Dependência emocional. Educação e Saúde da mulher. Direito das mulheres.

ABSTRACT: This article reflects on the relationship between emotional bonds, emotional dependence and domestic violence and an interweaving of knowledge from the fields of Psychology and Education and some of its possibilities for intervening, combating and preventing violence against women. It also seeks to understand how these violent relations are perpetuated through emotional bonds, which are often unbalanced, and which can generate emotional dependence. The study is ethnographic and uses *escrivência* as a methodology, highlighting once again the process of authorship and female autonomy. The main theoretical reference is the studies by Patrícia Collins, Marie-France Hirigoyen and Conceição Evaristo.

Key Words: Domestic violence. Psychology and emotional dependence. Education and women's health. Women's rights

MUITO PRAZER SOMOS MULHERES!...

Se a dominação pode ser inevitável como fato social, é improvável que ela permaneça hegemônica como uma ideologia no interior dos espaços sociais

¹ Doutoranda e Mestra pelo Programa de Pós-Graduação em Educação, Contextos Contemporâneos e Demandas Populares (PPGEDUC) da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro. Pedagoga. Professora da Educação Básica na Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro. Professora Substituta na UFRRJ. E-mail: paulamoita@ufrj.br. Link do lattes: <http://lattes.cnpq.br/4454775243985678>

² Pós-graduada em Psicologia e Saúde da Mulher, Graduada em Psicologia pela Universidade Estácio de Sá. E-mail: karolmoita@gmail.com. Link do lattes: <http://lattes.cnpq.br/8385433047168220>

em que as mulheres Negras falam livremente. Esse domínio de um discurso relativamente seguro, mesmo que restrito, é uma condição necessária para a resistência das mulheres Negras. Famílias estendidas, igrejas e organizações da comunidade afro-americana são espaços importantes nos quais o discurso seguro potencialmente pode ocorrer. (COLLINS,2019)

Iniciando nossos diálogos e troca a respeito da relação entre vínculos afetivos, dependência emocional e violência doméstica as autoras, mulheres, mãe e filha respectivamente, trazem em sua constituição o cruzo de suas vivências pessoais com a construção de seu percurso profissional e acadêmico. Assim, são impulsionadas a partilhar suas reflexões tecidas nas teias das suas construções como mulheres a respeito do tema em debate neste ensaio. Paula é mãe, pedagoga, professora da educação básica na rede pública da prefeitura do Rio, pesquisadora de gênero, doutoranda e professora universitária. Karoline é filha, mulher negra, psicóloga, pesquisadora de gênero e violência contra a mulher. Ambas dada a natureza de sua relação, vivenciaram e/ou testemunharam nos caminhos percorridos situações onde foram evidentes a relação entre vínculos afetivos e a violência contra a mulher, sejam nas suas trajetórias ou de outras mulheres com as quais dividiram a jornada. Nesse contexto o presente artigo debate a relação entre vínculos afetivos e violência doméstica, através de análise inicial que entrecruza saberes da psicologia e da educação, numa perspectiva de escrita de nós, nós mãe e filha, nós mulheres, nós pesquisadoras, nós protagonista de nossas histórias e de nossas lutas. Recorremos a Evaristo (2020) a fim de evidenciar a importância de tratarmos das narrativas das experiências e experimentações vividas e discutidas no presente artigo:

Escrevivência, em sua concepção inicial, se realiza como um ato de escrita das mulheres negras, como uma ação que pretende borrar, desfazer uma imagem do passado, em que o corpo-voz de mulheres negras escravizadas tinha sua potência de emissão também sob o controle dos escravocratas, homens, mulheres e até crianças. E se ontem nem a voz pertencia às mulheres escravizadas, hoje a letra, a escrita, nos pertencem também. Pertencem, pois nos apropriamos desses signos gráficos, do valor da escrita, sem esquecer a pujança da oralidade de nossas e de nossos ancestrais. Potência de voz, de criação, de engenhosidade que a casa-grande soube escravizar para o deleite de seus filhos. E se a voz de nossas ancestrais tinha rumos e funções demarcadas pela casa-grande, a nossa escrita não. Por isso, afirmo: “a nossa escrevivência não é para adormecer os da casa-grande, e sim acordá-los de seus sonos injustos”.

Que nessa trajetória de despertar a consciência de nosso protagonismo em nossas histórias que iniciamos nossos diálogos a respeito da *relação entre vínculos afetivos, dependência emocional e violência doméstica*, numa análise entrelaçando saberes da psicologia e educação.

1. A CONTINUIDADE DA VIOLÊNCIA DOMÉSTICA ATRAVÉS DOS VÍNCULOS AFETIVOS

De acordo com o dicionário online, a palavra *vínculo* é definida como "capacidade de ligar, unir ou atar uma coisa à outra". Em termos afetivos, isso se refere à criação de uma ligação emocional, moral e/ou amorosa entre os indivíduos. Especificamente no contexto dos vínculos afetivos entre pessoas, Ainsworth (apud RAMIRES et al., 2010) os define como laços relativamente duráveis, nos quais o parceiro é considerado único e insubstituível. Em um vínculo afetivo, há o desejo de manter a proximidade com o outro. A violência é um fenômeno complexo, esta pode se manifestar de diversas formas diferentes e, no ato de violência doméstica, normalmente ocorre entre indivíduos que possuem certo vínculo de afeto, seja com a convivência, consanguinidade ou ambas. (BRASIL, 2001). A Organização Mundial da Saúde (2011) ressalta que o adjetivo "doméstico" não se restringe apenas à localidade em que o ato ocorre, mas também às relações existentes entre agressores e vítimas. De acordo com o Título II/ Capítulo II da Lei Maria da Penha - Lei 11340/06 | Lei nº 11.340 que foi sancionada em 7 de agosto de 2006, existem cinco tipos de violência doméstica e familiar contra a mulher: física, psicológica, moral, sexual e patrimonial. Essas podem ocorrer de maneira individual ou em conjunto.

A violência física é definida por quaisquer atitudes que prejudiquem a integridade ou saúde do corpo. Exemplo: bater, sufocar, apertar e/ou sacudir, causar lesões com qualquer objeto, tortura, entre outros. A violência psicológica é qualquer ação e/ou palavra que queira destruir ou controlar as atitudes, comportamentos, pensamentos e decisões; que cause danos na autoestima e ao emocional; inviabilize o desenvolvimento profissional, pessoal, social da mulher. Exemplo: manipular, perseguir, manter longe da rede de apoio, proibir de circular, acabar com a liberdade de fala, explorar, ridicularizar, entre outros. A violência sexual acontece através de condutas que possam obrigar a realizar, assistir e/ou permanecer em uma relação sexual indesejada a partir de ameaças, uso de violência física e/ou coação. Exemplo: estupro, não deixar que uso métodos contraceptivos, proibir o

acompanhamento médico, obrigar a mulher a realizar aborto ou a engravidar, forçá-la a realizar atos sexuais que a constranja, cause dor e repulsa, entre outros. A violência patrimonial consiste em ações de degradação, retenção parcial ou total dos objetos, material ou instrumentos de trabalho, documentos, patrimônios pessoais; controlar os recursos financeiros. Exemplo: impedir acesso aos recursos financeiros, destruir objetos pessoais propositalmente, furtos, impedir uso ou destruir os documentos pessoais e patrimoniais, entre outros. A violência moral é definida como ações de injúria, calúnia ou difamação. Exemplo: acusar a mulher de coisas que ela não realizou, realizar críticas mentirosas, emitir xingamentos que caluniem sua conduta moral e índole, entre outros.

A legitimação da violência doméstica pode ser explicada pela desigualdade de gênero, que tem sido construída e naturalizada ao longo do tempo na sociedade. Essa desigualdade está enraizada em mecanismos hierárquicos, históricos e ideológicos que validam e perpetuam o status quo, mantendo as classificações sociais entre os gêneros (LUCENA et al., 2016).

No livro “A Dominação Masculina”, o sociólogo Pierre Bourdieu (2020) argumenta que a dominação masculina se dá através de hábitos e padrões sociais que são aprendidos e reproduzidos no dia a dia de forma inconsciente por ambos os gêneros. E que, apesar de parecerem inofensivos, reforçam a criação de estigmas e carregam consigo a diferenciação das pessoas pelo sexo e outras características biológicas, fazendo uma espécie de hierarquização social sobrepondo um gênero ao outro. (BOURDIEU apud COSTA, 2021, p.9).

Ideias como estas profundamente enraizadas em nossa cultura levam à normalização das agressões, incluindo a violência doméstica, muitas vezes vistas sob uma perspectiva sutilmente aceitável, especialmente no caso das mulheres. Esse fenômeno é observado em diversas partes do mundo e está refletido em dados e análises sociais (BRASIL, 2011). O Instituto Maria da Penha (2009) deixa evidente que essas formas de violência incidem em um ciclo que é constituído por três fases, estas não têm um tempo de duração definido, podem durar dias e meses. As fases são o aumento da tensão, ato de violência e a lua de mel. O período identificado por “Aumento da tensão” pode durar dias ou meses e tem por característica ser onde muitas vezes ocorrem as ameaças e disseminação da tensão acumulada em objetos. Nessa fase a mulher tende a ficar aflita e deseja evitar qualquer tipo de atitude que possa servir como estopim para a agressão em si. O período

“Ato de violência”, em continuidade cronológica ao período anterior, é em si o momento em que o agressor se descontrola, ou seja, toda a tensão acumulada na primeira fase se materializa não mais somente em objetos, mas sim em forma de violência física, psicológica, moral, sexual e / ou patrimonial.

A “Lua de mel”, etapa final do ciclo, pode ser entendida como a fase de arrependimento do agressor, pois o mesmo começa a ficar mais amável e a fazer de tudo para que aconteça a reconciliação através de palavras, atitudes e / ou presentes. A submissão das mulheres em relação aos homens muitas vezes é sustentada por vínculos afetivos que as fazem permanecer em relações violentas, mesmo após os abusos. Esses vínculos podem gerar dependência emocional, dificultando a ruptura com o ciclo de violência.

De acordo com Bornstein e Cecero (apud RAMIRES et al., 2010), uma relação de dependência emocional pode ser descrita por quatro componentes: motivacional, afetivo, comportamental e cognitivo. O componente motivacional refere-se à necessidade de apoio, orientação e aprovação. O componente afetivo está relacionado à ansiedade experimentada pelo indivíduo ao se deparar com situações nas quais precisa agir de forma independente. O componente comportamental diz respeito à tendência a buscar ajuda ou se submeter a outras pessoas nas interações interpessoais. E o componente cognitivo se refere à percepção do sujeito como impotente ou ineficaz, o que reforça a dificuldade de romper com a relação de violência. A dependência emocional é um processo psicológico no qual o indivíduo desenvolve um vínculo excessivo e desequilibrado com outra pessoa, fazendo com que sua identidade, autoestima e bem-estar dependam do outro. Esse estado é frequentemente alimentado por dinâmicas de controle, manipulação e, nas relações abusivas, pela própria violência. Em muitos casos, a dependência emocional resulta em consequências graves, como o início e a manutenção do ciclo de violência, pois a mulher que se encontra emocionalmente dependente em um relacionamento não só se submete a situações degradantes, mas também tende a acreditar nas promessas de mudança do parceiro após a agressão, mantendo assim o ciclo de violência. (Silva & Silva, 2020).

2. EDUCAÇÃO E PSICOLOGIA: caminhos para emancipação e prevenção

Com base nas definições previamente apresentadas, é possível perceber a importância de abordar as questões centrais da dependência emocional, destacando

também a relevância do cuidado com a autoestima e o autoconhecimento para evitar comportamentos dependentes. Santos (2020) afirma que a psicologia desempenha um papel essencial em situações de violência e dependência emocional. Inicialmente, atua na prevenção, oferecendo informações psicoeducativas sobre relacionamentos conjugais, direitos das mulheres e estratégias de empoderamento feminino. No tratamento, oferece acolhimento por meio de psicoterapia, buscando o aperfeiçoamento das potencialidades do indivíduo e promovendo seu bem-estar biopsicossocial.

A inserção do psicólogo também é fundamental para identificar o processo de imobilização emocional e compreender os motivos pelos quais as vítimas permanecem em ciclos violentos. Esse acompanhamento possibilita a conscientização das violências sofridas, o direcionamento para a libertação, além da reconstrução da vida, da autoestima e da redescoberta dos desejos e vontades pessoais (HIRIGOYEN, 2006). A educação, por sua vez, pode atuar nesse terreno de forma preventiva e combativa através de ações que difundam e promovam não só o conhecimento de seus direitos e de como acessá-los, mas, também numa perspectiva emancipatória destas mulheres. Ações e propostas que além de reinseri-las na educação formal auxiliem e possibilitem a geração de renda e contribuam para a concretização de justiça social e acesso aos direitos básicos. Em suma, nos espaços e políticas públicas que se propõem a proteção da mulher faz-se necessário cada vez mais a viabilização de atendimentos de qualidade realizados por equipe multiprofissionais que estejam instrumentalizadas e sensíveis a complexidade que *atravessam as questões entre vínculos afetivos, dependência emocional e violência doméstica*.

FINALIZANDO...

Após efetuar este artigo foi possível observar que os vínculos afetivos desequilibrados e excessivos podem contribuir com a continuidade e manutenção de relações violentas, especificamente com a violência doméstica. Essa persistente violência, é a ferramenta de opressão que tem garantido a submissão de mulheres aos seus companheiros ao longo dos séculos. Determinadas construções sociais têm validado algumas formas de violências. Respaldados nestas construções, os agressores se auto justificam apoiados nas diferenças do sexo que são utilizadas para justificar a inferioridade. Os saberes e fazeres da psicologia e da educação, quando aliados, podem contribuir

significativamente para o combate e a prevenção das agressões sofridas pelas mulheres, decorrentes da perpetuação de relações de poder, exclusão e discriminação consolidadas ao longo da história da construção de nossa sociedade. Tais sapiências, oriundas desses campos profissionais, constituem também ferramentas poderosas na reinserção das mulheres vítimas de violência no acesso aos direitos e na assunção do protagonismo de sua própria história. A oportunidade de uma escrita acadêmica conjunta a respeito deste tema que atravessa a existência de incontáveis mulheres vem de encontro com as crenças das autoras de que é necessário cada vez mais ampliarmos o protagonismo feminino na discussão das questões que nos afligem, e na luta por direitos, garantia a vida, a educação, a saúde mental e física das mulheres.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Lei n. 11.340, de 7 de agosto de 2006. Dispõe sobre mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher (Lei Maria da Penha). Diário Oficial da União: Brasília, 8 ago. 2006. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2004-2006/2006/Lei/L11340.htm. Acesso em: 30 jan. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. **VIOLÊNCIA INTRAFAMILIAR:** orientações para a prática em serviço. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2001. (Cadernos de Atenção Básica, n. 8). ISBN 85-334-0436-0.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Mulheres e saúde: evidências de hoje, agenda de amanhã. Genebra: OMS, 2009 (publicado em português em 2011). ISBN 978-85-7967-059-6.

BRASIL. Presidência da República. Secretaria de Políticas para as Mulheres. Política Nacional de Enfrentamento à Violência Contra as Mulheres. Brasília: Secretaria de Políticas para as Mulheres, 2011. 46 p.

BUTION, Denise Catricala; **WECHSLER**, Amanda Muglia. **DEPENDÊNCIA EMOCIONAL**: uma revisão sistemática da literatura. Estudos Interdisciplinares em Psicologia, Londrina, v. 7, n. 1, p. 77-101, jun. 2016. ISSN 2236-6407. DOI: 10.5433/2236-6407.2016v7n1p77.

COLLINS, Patricia Hill. Pensamento feminista negro: conhecimento, consciência e a política do empoderamento. Trad. Jamille Pinheiro Dias. São Paulo: Boitempo Editorial, 2019 [1990].

COSTA, Alex Junio Duarte. O contexto histórico da violência contra a mulher e a atuação do psicólogo. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento, [S.l.], v. 4, n. 7, ano 06, 2021. <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/psicologia/historico-da-violencia>.

DUARTE, Constância Lima; **NUNES**, Isabella Rosado (orgs.). Escrivivência: a escrita de nós: reflexões sobre a obra de Conceição Evaristo. 1. ed. Rio de Janeiro: Mina Comunicação e Arte, 2020. ISBN 978-65-99254-70-3.

HIRIGOYEN, Marie-France. **A VIOLÊNCIA NO CASAL**: da coação psicológica à agressão física. Tradução de Maria Helena Kühner. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2006. ISBN 978-85-286-1165-6.

INSTITUTO MARIA DA PENHA (IMP). **Ciclo da violência**. Disponível em: <https://www.institutomariadapenha.org.br/violencia-domestica/ciclo-da-violencia.html>. Acesso em: 30 jan. 2025.

LUCENA, Kerle Dayana Tavares de et al. Análise do ciclo da violência doméstica contra a mulher. J. Hum. Growth Dev. [online]. 2016, vol.26, n.2, pp.139-146. ISSN 0104-1282. <https://doi.org/10.7322/jhgd.119238>.

RAMIRES, Vera Regina Röhnelt; **SCHNEIDER**, Michele Scheffel. Revisitando alguns conceitos da teoria do apego: comportamento versus representação? Psicologia: Teoria e

Pesquisa, v. 26, n. 1, p. 25–33, jan. 2010. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722010000100004>.

SANTOS, Thayne de Oliveira; **CAMARGO**, Murilo Reis. **DEPENDÊNCIA EMOCIONAL EM RELACIONAMENTOS CONJUGAIS**: possíveis fatores e consequências. *Psicologia USP*, v. 35, p. e220002, 2024. <https://doi.org/10.1590/0103-6564e220002>.

SILVA, Daniele da; **SILVA**, Renata Limongi França Coelho. (2020). **VIOLÊNCIA CONTRA AS MULHERES NOS RELACIONAMENTOS CONJUGAIS E A DEPENDÊNCIA EMOCIONAL**: Fator que influencia a permanência na relação. *Revista Multidisciplinar Humanidades e Tecnologia (Finom)*, 20(1), 328-340. https://revistas.icesp.br/index.php/FINOM_Humanidade_Tecnologia/article/view/1008.