

A RECORRÊNCIA DOS RELACIONAMENTOS ABUSIVOS EM MULHERES: A TERAPIA DO ESQUEMA COMO PROPOSTA DE INTERVENÇÃO

Edileuza Santos Camilo¹, Elenilce Barbosa da Silva¹, Marcia Freitas Rapchan¹, Lilian Gazzoli Zanotelli², Mauricio Vaillant Amarante³, Naeme José de Sá Filho³, Felipe Fernandes Moça Matos³, Camila Saltini Müller³

¹Discentes do curso de Psicologia do Centro Universitário Multivix Vitória, Vitória – ES

²Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Multivix Vitória, Vitória – ES

³Docente do Curso de Medicina do Centro Universitário Multivix Vitória, Vitória – ES

RESUMO

O relacionamento abusivo é marcado por vários elementos que o sustentam, exercendo uma influência direta nas vítimas e em seus relacionamentos pessoais. Nesse contexto, este estudo aborda as motivações que levam mulheres a permanecerem em relacionamentos abusivos e os fatores que influenciam a recorrência desses relacionamentos, assim como analisar os efeitos relevantes que a violência tem na saúde mental das mulheres. Este estudo se propôs, como objetivo, pesquisar os fatores que influenciam a recorrência dos relacionamentos abusivos na vida das mulheres pela perspectiva da Terapia do Esquema, propondo intervenções psicoterapêuticas. Foram analisadas as seguintes categorias: características do relacionamento abusivo e as principais consequências psicoemocionais sofridas pelas vítimas; conceituação da Teoria do Esquema, compreendendo o que são esquemas, como eles se instituem desde a infância e se perpetuam na vida adulta; e dinâmica de repetição de padrões na escolha de relacionamentos amorosos que podem trazer sofrimentos e apresentar como proposta de intervenção psicoterapêutica focada nos esquemas, a Terapia do Esquema. Como resultado a Terapia do Esquema possibilita uma compreensão acerca de fatores e funcionamento da recorrência de relacionamentos abusivos, o prejuízo psicológico para as vítimas, e da necessidade de intervenções terapêuticas direcionadas à quebra de padrões disfuncionais, visando promover relacionamentos saudáveis na vida de mulheres que enfrentam relacionamentos abusivos.

Palavras-chave: Relacionamento abusivo, Terapia do esquema, Violência contra mulheres.

INTRODUÇÃO

A violência contra as mulheres tem sido objeto de pesquisas acadêmicas ao longo dos últimos anos e, neste contexto, a temática dos relacionamentos abusivos têm recebido atenção crescente (CURIA et al., 2020). Conforme o relatório da Organização Mundial da Saúde (OMS) de 2021, uma em cada três mulheres no mundo é vítima de violência física ou sexual ao longo da vida. Alarmantemente, essa violência começa cedo para as mulheres: uma em cada quatro adolescentes e jovens, entre 15 anos e 24 anos, que estiveram em um relacionamento, já enfrentou violência por parte do seu parceiro de acordo com a OMS. No Brasil, cerca de 16 milhões de brasileiras com 16 anos ou mais, sofreram algum tipo de violência ao longo dos anos de 2017 até 2019, e seus agressores eram pessoas do seu convívio (FBSP e DATAFOLHA, 2019).

A Organização das Nações Unidas (ONU) de 1993, define violência contra a mulher como qualquer violência baseada no gênero, capaz de causar danos físicos, sexuais e ou psicológicos. Isso inclui ameaças, a coerção e privação de liberdade tanto em ambientes público ou privado. Este fenômeno pode ser considerado uma questão de

saúde pública, pois alcança mulheres em diferentes classes sociais, regiões, estado civil, origens, escolaridades, orientações sexuais e idades e raça. No Brasil, a Lei Maria da Penha (Lei nº 11.340, 2006) representou um marco legislativo no enfrentamento da violência doméstica e familiar contra a mulher, categorizando diferentes tipos de violência e implementando redes de assistência e proteção de mulheres em situação de risco (LISBOA; ZUCCO, 2022).

Desta forma, em relacionamentos disfuncionais, o abuso emocional e a manipulação mental são características proeminentes, que aprisionam muitas mulheres em situações prejudiciais para sua saúde física e mental (DINIZ, 2017). Este estudo se propôs, como objetivo, pesquisar os fatores que influenciam a recorrência dos relacionamentos abusivos na vida das mulheres pela perspectiva da Terapia do Esquema, propondo intervenções psicoterapêuticas. Para Barreto, (2019), a persistência em relacionamentos disfuncionais pode resultar em sentimentos de baixa autoestima, depressão, ansiedade, estresse e insatisfação global com a vida amorosa. Ainda segundo o autor, entender as raízes desses padrões foi fundamental para promover o bem-estar psicológico das mulheres através de intervenção psicoterapêutica e auxiliá-las na superação de relacionamentos abusivos.

A partir dessas considerações, a Terapia dos Esquemas, desenvolvida por Jeffrey Young, foi adotada como principal referencial teórico. Isso se deve ao seu enfoque na compreensão e identificação dos Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs) na experiência emocional e afetiva dos adultos. A Teoria do Esquema, desenvolvida por Jeffrey Young em 1994, postulou que as experiências com cuidadores primários e o ambiente social da infância moldaram a percepção da criança sobre si mesma e sobre os outros, influenciando suas relações amorosas na vida adulta. Segundo o autor, os Esquemas Iniciais Desadaptativos, são padrões mentais e emocionais oriundos da infância, originados de experiências primárias que exerce influência sobre a personalidade e a maneira como o indivíduo interage nas relações e explica a recorrência de relacionamentos abusivos na vida de mulheres (YOUNG et al., 2008). Dessa forma, na visão de Paim e Cardoso (2022), ao tratar do âmbito terapêutico da Teoria do Esquema, as dinâmicas abusivas nas relações infantis são internalizadas pela criança, sendo vistas como padrões normais que ela reproduz em seus futuros relacionamentos, seja como agressor ou vítima. Para (YOUNG, et Al., 2008), a ativação desses esquemas pode influenciar as escolhas afetivas e a permanência em relacionamentos abusivos, tornando possível compreender a dinâmica desses relacionamentos a partir da química esquemática presente nas relações amorosas.

O presente estudo desenvolveu uma revisão da literatura do tipo narrativa para fornecer explicações qualitativas sobre fatores que têm influência na recorrência de relacionamentos abusivos na vida de mulheres sobre a ótica da terapia do esquema. A pesquisa qualitativa, desenvolvida no âmbito desse trabalho, permitiu uma compreensão mais profunda das experiências das mulheres e das dinâmicas subjacentes aos relacionamentos abusivos (BAUER; GASKELL, 2019). Trouxe também uma contribuição significativa para a compreensão das raízes dos relacionamentos abusivos, lançando luz sobre como os esquemas cognitivos moldados na infância puderam influenciar as escolhas afetivas na vida adulta, e

compreender o porquê que algumas mulheres acabam entrando de forma recorrente em relacionamentos disfuncionais como argumentado por Jeffrey Young em sua Teoria do Esquema.

Diante do exposto, espera-se que os resultados desta pesquisa possam mostrar as causas dessa recorrência em relacionamentos abusivos, as implicações dessa dinâmica nos relacionamentos e na saúde emocional das mulheres, e apresentar intervenções terapêuticas mais eficazes, visando a quebra dos padrões disfuncionais exposto pela Teoria do Esquema e a promoção de relacionamentos mais saudáveis e gratificantes.

MATERIAL E MÉTODO

Nesta pesquisa, foi adotado uma abordagem metodológica baseada em uma revisão de literatura do tipo narrativa, aliada a uma abordagem qualitativa, visando a compreensão e interpretação de fenômenos complexos relacionados à recorrência de relacionamentos abusivos na vida das mulheres, pela perspectiva da Terapia do Esquema (BAUER; GASKELL, 2019). Esta metodologia privilegia a subjetividade e os significados atribuídos pelas participantes, indo além de dados estatísticos para explorar as experiências pessoais e as perspectivas das mulheres envolvidas em relacionamentos abusivos.

A pesquisa segue uma abordagem qualitativa, o que significa que sua ênfase recai sobre a compreensão dos fenômenos sob uma perspectiva subjetiva. A análise busca ir além dos números e estatísticas, concentrando-se nos aspectos subjetivos da vida das mulheres que enfrentaram relacionamentos abusivos, bem como nas particularidades da Terapia do Esquema e suas implicações (BAUER; GASKELL, 2019). Além disso, este estudo é caracterizado como pesquisa explicativa, e essa natureza metodológica visa a identificação dos fatores que determinam ou contribuem para a ocorrência dos relacionamentos abusivos e fornece explicações sobre por que esses fenômenos acontecem (GIL, 2008).

Para conduzir esta pesquisa, foi realizada uma revisão bibliográfica que abrangeu fontes de informação já existentes, incluindo livros, artigos científicos, teses e dissertações. Essa revisão bibliográfica serviu como uma base sólida para embasar e fundamentar a pesquisa, contribuindo para a compreensão completa do tema. A pesquisa bibliográfica envolveu uma extensa busca de publicações nas respectivas bases de dados acadêmicos: SciELO, na Biblioteca Virtual de Saúde – Psicologia (BVS-PSI), Portal de Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PEPSIC) e Scientific Electronic Library Online (SCIELO). Essas buscas abrangeram o período de 2019 a 2023, em português e inglês, com foco especial nos últimos 15 anos para abranger pesquisas mais recentes e relevantes. O critério de inclusão abrangeu publicações que tratavam especificamente da Terapia do Esquema em mulheres que estiveram em relacionamentos abusivos, detalhando os resultados da aplicação dessa abordagem terapêutica. A metodologia, baseada em revisão de literatura e abordagem qualitativa, contribui para uma compreensão mais profunda do fenômeno e serve de apoio para futuras intervenções e promoção de relacionamentos mais

saudáveis.

DESENVOLVIMENTO

Neste referencial teórico são apresentadas as características dos relacionamentos abusivo e as principais consequências psicoemocionais sofridas pelas vítimas. Também conceitua a Teoria do Esquema e apresenta a Terapia do Esquema como intervenção terapêutica para a mudança comportamental na dinâmica de repetição de padrões na escolha de relacionamentos amorosos abusivos.

Características do relacionamento abusivo e as principais consequências psicoemocionais sofridas pelas vítimas

Os relacionamentos abusivos são caracterizados por uma dinâmica desequilibrada de poder, na qual um parceiro exerce controle sobre o outro através de táticas manipuladoras e comportamento violento (BARRETO, 2019). A violência pode se manifestar de diversas formas, incluindo abuso físico, emocional, sexual, financeiro e psicológico.

A dinâmica de poder nesses relacionamentos é mantida por meio de ameaças, humilhação, controle e manipulação (SILVA; SILVA, 2020). Além disso, a violência psicológica é uma das características proeminentes desses relacionamentos, frequentemente acompanhada por ambiguidade afetiva, na qual o agressor intercala atos de afeto com palavras e atos agressivos (CURIA et al., 2020)

Em 2019, o Instituto DataSenado em parceria com o Observatório da Mulher contra Violência realizou uma pesquisa de opinião pública sobre a percepção da violência contra mulheres, na qual as participantes da pesquisa eram mulheres. Os dados indicam que 60% entrevistadas conhecem mulheres que já foram vítimas de violência doméstica e familiar. Dentre essas vítimas, 89% são conhecidas pessoalmente pelas entrevistadas, e o tipo de violência sofrida sua maioria física (82%) e psicológica (39%). Além disso, das entrevistadas, 27% foram vítimas de violência, sendo em 41% dos casos o agressor foi o atual companheiro e 37% dos casos, os agressores foram ex-parceiros. (BRASIL, 2019).

A Lei Maria da Penha, promulgada em 2006, representa um avanço significativo na proteção das vítimas de violência doméstica e é reconhecida internacionalmente por seu progressismo. Os tipos de violência contra a mulher reconhecida pela Lei Maria da Penha são: violência física, violência psicológica, violência sexual, violência patrimonial e violência moral. Considera-se que, perante quaisquer tipos de violência, há repercussões negativas no desenvolvimento humano, que podem afetar os aspectos cognitivos, sociais, emocionais e afetivos ao longo da vida. Essa legislação visa assegurar maior proteção às mulheres, punindo penalmente os agressores e fornecendo medidas protetivas (LISBOA; ZUCCO, 2022).

As vítimas de relacionamentos abusivos frequentemente sofrem consequências psicoemocionais profundas sendo o abuso associado a altas taxas de depressão e ansiedade, juntamente com sentimentos de desesperança, tristeza profunda, perda de interesse em atividades cotidianas, ataques de pânico e preocupação constante

(BARRETO, 2019). Além disso, muitas vítimas relatam sintomas físicos, como dificuldades para respirar e dormir, resultando em um processo de somatização (GOMES; ASSUNÇÃO, 2021).

Os relacionamentos abusivos podem transformar a vítima em um dependente emocional, alimentado pelo medo de ficar sozinho e pelo receio do abandono. Tanto homens quanto mulheres podem desenvolver essa dependência, levando a comportamentos violentos em casos de ameaça à relação conforme registra Silva e Silva (2020), entretanto segundo uma pesquisa realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e estatística (IBGE) a maioria das vítimas de violência doméstica, principalmente em que o agressor é companheiro, ex-companheiro ou parente da vítima, são mulheres (IBGE, 2019).

A exposição prolongada ao abuso, seja de intensidade menor ou severa, pode resultar em transtornos mentais comuns, estresse pós-traumático, baixa autoestima, depressão, ansiedade, isolamento social e perda de suporte (GOMES; ASSUNÇÃO, 2021).

É fundamental compreender as características dos relacionamentos abusivos e suas consequências psicoemocionais, uma vez que essas relações afetam negativamente a vida das vítimas e têm um impacto significativo em sua saúde mental e emocional (BARRETO, 2019). Nesse contexto, é possível abordar não apenas a prevenção dos efeitos imediatos dos maus-tratos, mas também a atenção às consequências de longo prazo, como dificuldades persistentes nas relações interpessoais ao longo do desenvolvimento (BALDISSERA et al., 2021)

A identificação precoce e a intervenção adequada são essenciais para a recuperação psicoemocional das vítimas e para o estabelecimento de relacionamentos mais saudáveis conforme Gomes e Assunção (2021). Segundo o autor Profissionais da saúde, como psicólogos e assistentes sociais, desempenham um papel fundamental na identificação e apoio às vítimas de relacionamentos abusivos podendo oferecer suporte emocional, auxiliar na reconstrução da autoestima e fornecer estratégias para lidar com o trauma. A intervenção precoce e o acesso a serviços especializados são cruciais para auxiliar as mulheres a reestruturarem suas vidas de maneira segura e saudável (GOMES; ASSUNÇÃO, 2021).

Em resumo, a análise das características dos relacionamentos abusivos e de suas consequências psicoemocionais é essencial para a compreensão desse fenômeno, a promoção de relacionamentos saudáveis e o apoio às vítimas. O conhecimento sobre esses aspectos contribui para a prevenção e intervenção eficazes nesse contexto complexo e delicado (SILVA; SILVA, 2020).

Conceituação da Terapia do Esquema

A Teoria do Esquema é uma abordagem psicológica desenvolvida por Jeffrey Young, que apresenta como as experiências vivenciadas na infância moldam a forma como as pessoas percebem e interpretam o mundo ao seu redor. Neste referencial teórico, exploraremos a conceituação da Teoria do Esquema, compreendendo o significado dos esquemas, como eles se instituem desde a infância e se perpetuam na vida adulta. Sendo assim, a Teoria do Esquema (TE) desenvolvida pelo psicólogo clínico

Jeffrey Young em 1999, surgiu como uma forma inovadora e integrativa, essa abordagem traz perspectiva ampla acerca das Terapias Cognitivo- Comportamental (PAIM; CARDOSO, 2022).

Dessa forma, trata-se de uma teoria psicológica que descreve esquemas emocionais negativos e enfoque disfuncionais profundamente enraizados que se formam na infância e moldam o comportamento e a experiência emocional de uma pessoa ao longo da vida. Essa abordagem psicológica posteriormente ampliada por outros teóricos, mostra a importância do núcleo familiar, sendo a interação primária de um indivíduo, no desenvolvimento da sua personalidade, essa influência dita as escolhas da vida adulta dessa pessoa, busca compreender como as experiências vivenciadas na infância moldam a forma como as pessoas percebem e interpretam o mundo ao seu redor (YOUNG et al., 2008).

Em sua obra, Jeffrey Young (2008), mostra a importância do núcleo familiar, sendo a interação primária de um indivíduo, no desenvolvimento da sua personalidade, essa influência dita as escolhas da vida adulta dessa pessoa, o teórico explica que o funcionamento ou o modo com que as relações primárias do indivíduo são vivenciadas irão afetar a formação da sua personalidade. O autor desenvolveu a Terapia do Esquema por entenderem que essa abordagem proporciona um novo sistema psicoterapêutico que amplia a Terapia Cognitivo-Comportamental, de forma a integrar técnicas de várias outras escolas, como a Psicanálise e a Gestalt.

Nesse sentido, se uma pessoa vivenciar experiências nocivas durante sua infância, isso pode levar a formação de Esquemas Iniciais Desadaptativos. De acordo com Jeffrey Young (2008), cada pessoa possui necessidades emocionais que devem ser supridas durante a infância, o não atendimento dessas necessidades produz os Esquemas Iniciais Desadaptativos. Assim, na psicologia “esquemas” referem-se a padrões mentais e cognitivos profundamente enraizados que organizam informações e experiências. Esses esquemas são estruturas cognitivas que ajudam as pessoas a interpretar e compreender o mundo ao seu redor. Durante a infância e ao longo do tempo esses esquemas são desenvolvidos com base nas experiências precoces de uma pessoa com os pais e cuidadores e familiares (CERQUEIRA; MENDES, 2022). Ainda nesse sentido, de acordo com Paim e Cardoso (2022), alguns esquemas são originados em ambientes agressivos e experiências estressantes. Experiências repetidas de altos níveis de tensão, privações, traumas ou negligência durante a infância e a adolescência desenvolvem esquemas disfuncionais. Esses esquemas são desenvolvidos como resultado de experiências de uma vida disfuncional, essa percepção dos esquemas representa estruturas cognitivas subjacentes que influenciam a percepção, o pensamento, as emoções e os comportamentos de uma pessoa. Nesse cenário, de esquema disfuncional, o aspecto que mais chama a atenção, é a identificação de mulheres que consideram haver explicações que justificariam a violência sofrida (FORMIGA et al., 2021).

Segundo os autores (YOUNG et al., 2008) os esquemas são construídos a partir das interações com os cuidadores primários e o ambiente e atuam como filtros que se organizam e interpretam as informações recebidas, moldando a percepção da criança sobre si mesma, sobre os outros e sobre o mundo. Os diferentes tipos de esquemas,

como abandono, desconfiança, inadequação, e descreve como esses esquemas afetam o funcionamento psicológico das pessoas, a Teoria do Esquema é um modelo teórico que explica que problemas psicológicos resultam de esquemas disfuncionais, padrões persistentes de pensamentos, emoções e comportamentos que se desenvolvem na infância e continuam ao longo da vida que são acionados por eventos ou situações que lembram as experiências que levaram à formação desses esquemas e a influência dos esquemas na vida das pessoas (YOUNG et al., 2008).

Essa percepção dos esquemas representa estruturas cognitivas subjacentes que influenciam a percepção, o pensamento, as emoções e os comportamentos de uma pessoa. Logo, essas interações podem levar à formação de esquemas saudáveis, que promovem o desenvolvimento emocional e cognitivo adequado ou de esquemas disfuncionais, que podem causar problemas na vida adulta. Porém, esquemas negativos podem levar a problemas emocionais, comportamentais e influenciando sua percepção, emoções, pensamentos e comportamentos, que se institui desde a infância e se propaga para a vida adulta, que podem causar sofrimento (YOUNG et al., 2008).

Algumas necessidades emocionais são universais aos seres humanos e classificam-se em cinco: vínculos de segurança estabelecidos com outras pessoas, a autonomia aliada a um estabelecimento de identidade própria, liberdade para expressar-se, espontaneidade e oportunidades de recreação, limites realísticos; dessa forma, considera-se uma pessoa saudável aquela cujas necessidades emocionais foram supridas. O esquema representa a familiaridade para o indivíduo, sendo aquilo que ele conhece. Apesar de causar sofrimento, é confortável e familiar, proporcionando uma sensação de segurança. As pessoas são atraídas por situações que despertam seus esquemas, o que é uma das razões pelas quais é tão desafiador mudar esses padrões (PAIM et al., 2022).

Os esquemas formados na infância tendem a se perpetuar na vida adulta, influenciando as percepções e os comportamentos das pessoas. Conforme os esquemas disfuncionais podem ser ativados em situações que remetem às experiências traumáticas ou negativas da infância, desencadeando emoções e comportamentos característicos. Os pacientes percebem como verdades fundamentais, o que impacta o processamento de experiências futuras, desempenhando um papel fundamental na maneira como eles pensam, sentem e se relacionam com os outros; levando assim, os pacientes a recriar, inadvertidamente, quando adultos, as condições da infância que lhes foram mais prejudiciais (BRASCO; ANTONI, 2020).

Segundo Paim e Cardoso (2022), essa perpetuação dos esquemas pode resultar em padrões repetitivos de pensamentos, emoções e relacionamentos ao longo da vida adulta mesmo quando as pessoas não estão cientes dos padrões que influencia suas escolhas amorosas, bem como do impacto significativo de suas experiências passadas nas relações atuais. Muitas vezes, é difícil perceberem que são responsáveis pela reprodução dessa história dolorosa transferindo ao outro a responsabilidade pelo sofrimento que está experimentando nos relacionamentos atuais. É essencial para o paciente aprender a reconhecer estes “gatilhos” que podem impedir a construção de um relacionamento amoroso na vida adulta. Nessa

perspectiva, o profissional, deve compreender que o cuidado as mulheres que vivenciam relacionamentos abusivos e estão em situação de violência vai além do rastreamento e tratamento, necessitando de escuta atenta e acolhimento adequado (LEITE et al., 2019).

Dinâmica de repetição de padrões na escolha de relacionamentos: a Terapia do Esquema como intervenção psicoterapêutica

A dinâmica de repetição de padrões na escolha de relacionamentos amorosos abusivos é um fenômeno observado em diversas pessoas, que tendem a se envolver em relações que repetem padrões disfuncionais e de agressão que resultam em sofrimentos emocionais, quadros de ansiedade e depressão segundo Gomes e Assunção (2021).

Segundo Silva e Silva (2020), observando sobre as diferentes formas que a violência se instala em um relacionamento, na sua dinâmica e nos prejuízos que estas podem ocasionar na vida de mulheres, algumas áreas de estudos da Psicologia tentam explicar por que esse tipo de comportamento acontece. Para o autor é de suma importância compreender a dependência emocional, de mulheres que sofrem com relacionamentos abusivos, uma vez que essa dinâmica se repete em outros relacionamentos.

Neste referencial teórico aborda-se essa dinâmica, explorando como ela se manifesta, as possíveis causas subjacentes e as implicações para o bem-estar psicológico; no que se refere ao que é citado como escolhas amorosas, percebe-se uma dinâmica em que as pessoas buscam por aquilo que já lhe é familiar e padrões de relacionamento conhecidos. Essa escolha por algo conhecido; por experiências familiares; caracteriza-se por "química esquemática" sugerindo que as pessoas são atraídas por experiências familiares e padrões de relacionamento conhecidos. Isso pode levar a escolhas de parceiros que replicam dinâmicas prejudiciais, frequentemente resultando em relacionamentos abusivos (PAIM; CARDOSO, 2022).

Nesse sentido, conforme os autores Paim e Cardoso (2022), essa "química esquemática" está intrinsecamente ligada à ativação de Esquemas Iniciais Desadaptativos, que são padrões de pensamento e comportamento desenvolvidos ao longo da vida e que influenciam a maneira como percebemos e interagimos com o mundo e Isso pode levar a escolhas de parceiros que replicam dinâmicas prejudiciais, frequentemente resultando em relacionamentos abusivos.

Ainda nesse sentido, Jeffrey Young explica em 1999, que na dinâmica de repetição as escolhas são feitas no âmbito mais emocional e menos racional, levando as mulheres a terem atração por homens que promovam sensações e crenças já conhecidas e vivenciadas. Entende-se que essa escolha por parceiros abusivos não é intencional, e esse padrão de repetição pode ser influenciado por experiências passadas, podendo haver a presença de esquemas relacionados à desvalorização, baixa autoestima, dependência emocional, entre outros, e que podem estar ligadas e baseadas na química sentida pela ativação dos esquemas mentais e de memórias emocionais iniciadas desde a infância, período esse, em que o indivíduo tende em polarizar universos e categorizar coisas entre bom ou ruim; isso acontece também em

relação às pessoas, incluindo-se também (YOUNG et al., 2008).

Ou seja, através dessa categorização acerca de si e das pessoas, as crenças são constituídas, tornando-se a forma individual de enxergar e construir o mundo. Vale ressaltar que a relação parental é fundamental nesse processo, pois a partir da forma que os pais se relacionam, da forma de interação dos mesmos e, a forma como a relação dos pais foi observada, influencia na forma de categorizar as relações amorosas. Essas emoções e comportamentos adquiridos na infância que refletem de forma disfuncional na vida adulta são chamados de Esquemas Desadaptativos; assim, perpetuadas pela química esquemática, as taxas de Esquemas Iniciais Desadaptativos são recorrentes em mulheres que vivenciam relacionamentos abusivos, pois há uma tendência em contribuir para manutenção desses esquemas disfuncionais (CERQUEIRA; MENDES, 2022).

Os processos de manutenção dos esquemas mentais servem para retroalimentá-los, mesmo que sejam destrutivos emocionalmente, essa química esquemática resultará na repetição de padrões familiares que muitas vezes perpetuam situações angustiantes, conforme descreve Paim e Cardoso, (2022). A ocorrência de padrões desadaptativos nos relacionamentos românticos pode ter várias consequências negativas para o estado psicológico da mulher. Sentimentos como baixa autoestima, depressão, ansiedade, estresse e uma insatisfação com a vida afetiva é recorrente em relacionamentos disfuncionais. Essa compreensão é essencial para a identificação e a intervenção psicoterapêutica nos esquemas disfuncionais, visando ao desenvolvimento de uma saúde emocional e cognitiva mais equilibrada ao longo da vida.

Segundo Neves (2020), a intervenção terapêutica baseada na Teoria do Esquema que foi proposta por Young e colaboradores em 1990 e buscava uma ampliação dos protocolos e conceitos das terapias cognitivas comportamentais, busca identificar e modificar os esquemas disfuncionais, promovendo o desenvolvimento de esquemas saudáveis e adaptativos. A abordagem terapêutica também inclui mudanças comportamentais, à medida que os pacientes aprendem a substituir estilos de enfrentamento desadaptativos por padrões de comportamentos mais saudáveis.

Conforme Paim e Cardoso (2020), a Terapia do Esquema adota uma abordagem holística para a transformação, abrangendo intervenções cognitivas, afetivas e comportamentais, que enfrentam a dinâmica de repetição de padrões prejudiciais em seus relacionamentos, levando-se em conta que os indivíduos utilizam de dimensões e estratégias de avaliação distintas de interpretação e respostas às suas emoções, entende-se que a abordagem terapêutica aqui sugerida, a Terapia do Esquema, pode auxiliar na compreensão e interrupção desses padrões, identificando esquemas emocionais e crenças implícitos a respeito de si e dos outros, promovendo autoconhecimento, e tem se mostrado eficaz na promoção de relacionamentos funcionais e na melhoria do bem-estar emocional das mulheres.

Para Berlitz e Pureza (2018), na Terapia do Esquema, o psicólogo deve apropriar-se de uma conduta de confrontação mais empática, demonstrar compreensão para com os comportamentos, todavia, confrontá-los com foco na mudança além de ater-se ao objetivo: auxiliar a vítima a suprir as suas necessidades emocionais, dentro do limite e

ética terapêutica. O foco da terapia costuma ser em memórias, emoções, comportamentos, sensações corporais e cognições. Nas sessões, é frequente conversar sobre o passado e relembrar questões da infância. A intervenção também envolve a mudança comportamental, à medida que os pacientes aprendem a substituir estilos de enfrentamento desadaptativos por padrões de comportamentos adaptativos.

Sendo assim, o tratamento inclui intervenções cognitivas, afetivas e comportamentais (YOUNG et al., 2008). De acordo com a terapia do esquema incorpora técnicas que visam reconstruir a cognição, atribuir novos significados a experiências passadas e fortalecer habilidades emocionais saudáveis. Nesse sentido, a Terapia dos Esquemas tem se mostrado uma intervenção eficaz no tratamento dessas mulheres, através da combinação das suas técnicas cognitivas, experimentais, comportamentais e relacionais (CERQUEIRA; MENDES, 2022).

Logo, a Terapia de Esquemas surge como uma proposta de intervenção abrangente que explica e explora como se formam os Esquemas Iniciais Desadaptativos, que influenciam o comportamento tanto do agressor quanto da vítima, reforçando o papel fundamental das relações primárias com os cuidadores para a constituição de uma personalidade saudável (NEVES, 2020).

CONCLUSÃO

Este estudo realizou uma revisão de literatura sobre a recorrência de relacionamentos abusivos na vida de mulheres e sua relação com a Terapia do Esquema. Esse estudo satisfaz o objetivo de pesquisar os fatores que influenciam a recorrência dos relacionamentos abusivos na vida das mulheres pela perspectiva da Terapia do Esquema, propondo intervenções psicoterapêuticas.

Nesse contexto, este estudo abordou as motivações que levam mulheres a permanecerem em relacionamentos abusivos e os fatores que influenciam a recorrência desses relacionamentos, assim como analisou os efeitos relevantes que a violência tem na saúde mental das mulheres propondo a Terapia do Esquema como intervenção. As análises dos estudos realizados foram a partir de uma revisão de literatura com base em materiais bibliográficos publicados sobre o tema nos últimos 15 anos.

Os principais resultados obtidos, de acordo com a literatura estudada de (YOUNG et al., 2008) e dos autores Paim e Cardoso (2022), deixam evidente que mulheres que enfrentam relacionamentos abusivos manifestam esquemas iniciais desadaptativos, que são acionados pela química esquemática, levando essas mulheres a buscarem padrões que sejam familiares que resultam na persistência e recorrência nesse tipo de relacionamento. As dificuldades em reconhecer esses esquemas, saírem desse ciclo abusivo e evitarem a recorrência de relacionamentos disfuncional, podem ter várias consequências negativas para o estado psicológico da mulher na ausência de acompanhamento e intervenções conduzidas por um profissional especializado nessa área de atuação.

Essas conclusões estão alinhadas com os resultados de Cerqueira e Mendes (2020),

e com os estudos de Paim e Cardoso (2022), pois os autores reconhecem que a compreensão desses esquemas desadaptativos é primordial para a quebra desse padrão de repetição de relacionamentos abusivos. Para os autores, é essencial identificar e modificar os esquemas disfuncionais, promovendo o desenvolvimento de esquemas saudáveis e adaptativos através de intervenção psicoterapêutica focada nos esquemas, visando o desenvolvimento de uma saúde emocional e cognitiva mais equilibrada ao longo da vida. Desta forma, a Terapia de Esquemas se apresenta como uma abordagem de intervenção para mulheres presas em relacionamentos amorosos disfuncionais, os quais causam grande sofrimento.

Diante disso, observa-se que, a intervenção precoce, o suporte apropriado e a disponibilidade de serviços especializados são de extrema importância para sua recuperação psicoemocional, permitindo-lhe estabelecer uma nova vida com segurança e relacionamentos mais saudáveis. Nessa perspectiva, o profissional, deve compreender que o cuidado as mulheres que vivenciam relacionamentos abusivos e estão em situação de violência vai além do rastreamento e tratamento, necessitando de escuta atenta e acolhimento adequado conforme (LEITE et al., 2019).

Perante o exposto, é importante destacar que a Terapia do Esquema como estratégia de intervenção em vítimas de relacionamentos abusivos, pode não apenas proporcionar apoio emocional e psicológico; que não foram atendidos na infância por seus cuidadores; mas também capacitar essas mulheres a fortalecerem sua autoestima, melhorando suas habilidades para romper o ciclo de repetição de relacionamento disfuncional.

Portanto, conclui-se que a compreensão da recorrência de relacionamentos abusivos na vida das mulheres, sob a perspectiva da Terapia do Esquema, destaca a importância de abordagens terapêuticas e sociais integradas. Essas abordagens são essenciais para quebrar o ciclo de abuso e capacitar as mulheres a estabelecerem vidas fundamentadas em relacionamentos saudáveis.

REFERÊNCIAS

BALDISSERA, D., Paim, K., Predebon, B. M., & Feix, L. F. (2021). **Contribuições da Terapia do Esquema em relacionamentos conjugais abusivos: uma revisão narrativa.** PSI UNISC, 5(1), 51-67. doi: 10.17058/psiunisc.v5i1.15386

BARRETO, Raquel Silva. **Relacionamentos abusivos: uma discussão dos entraves ao ponto final.** Gênero, Niterói, v. 18, n. 2, p. 142-154, 1º sem. 2018. Disponível em: <https://periodicos.uff.br/revistagenero/article/view/31312/18401>. Acesso em: 25 set. 2023.

BAUER, M. W., & GASKELL, G. **Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático.** Editora Penso. 2019.

BRASCO, P. J. & ANTONI, C. (2020). **Violências Intrafamiliares Experimentadas na Infância em Homens Autores de Violência Conjugal.** Psicologia: Ciência e Profissão, 40. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003218119>.

BERLITZ, Daiana; PUREZA, Juliana da Rosa. **A relação entre a empatia e os esquemas iniciais desadaptativos.** Rev. bras.ter. Cogn., Rio de Janeiro, v. 14, n.1, p. 31-41, jun. 2018.

Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872018000100005&lng=pt&nrm=iso>. acesso em: 21 out. 2023.

CERQUEIRA, L. C. D. & MENDES, D. L. **Os esquemas iniciais desadaptativos (EIDs) de mulheres em situação de violência conjugal e a Terapia do Esquema como estratégia de intervenção**: uma revisão sistemática da literatura v.7, n. 1. 2022.

CURIA, B. G., GONÇALVES, V. D., ZAMORA, J. C., RUOSO, A., LIGÓRIO, I. S. E HABIGZANG, L. **Produções Científicas Brasileiras em Psicologia sobre Violência contra Mulher por Parceiro Íntimo**, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003189184>

DINIZ, Gláucia R. S.. **Trajetórias conjugais e a construção das violências**. *Psicol.clin.* [online]. 2017, vol.29, n.1, pp. 31-41. ISSN 0103-5665. 2017. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0103-56652017000100004&script=sci_abstract. Acesso em: 15 nov. 2023

Fórum Brasileiro de Segurança Pública & Datafolha, Instituto. (2019) **Visível e Invisível**: a vitimização de mulheres no Brasil. São Paulo, 2a ed. http://www.mpsp.mp.br/portal/page/portal/documentacao_e_divulgacao/doc_biblioteca/bibli_servicos_produtos/bibli_boletim/2020_Boletim/Bol06_01.pdf

FORMIGA, K. et al.; **A violência cometida pelo parceiro íntimo: estudo observacional com mulheres atendidas no Sistema Único de Saúde**. *Einstein*(São Paulo) v 19, p. eA06584, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.31744/einstein_journal/2021AO6584. Acesso em: 20 out. 2023.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. - São Paulo:Atlas, 2008. ISBN 978-85-224-5142-5

GOMES, L. K. G.R. & ASSUNÇÃO, M. M. S. **Relacionamento amoroso abusivo**. *Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas* v. 6, n. 12, jul./dez.2021 – ISSN 2448-0738. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/pretextos/article/view/28325>. Acesso em: 10 out. 2023.

IBGE - INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa Nacional de Saúde**, Rio de Janeiro, 2019.

LISBOA, Teresa Kleba; ZUCCO, Luciana Patrícia. **“Os 15 anos da Lei Maria daPenha”**. *Revista Estudos Feministas*, Florianópolis, v. 30, n. 2, e86982, 2022.

LEITE, F.M.C., LUIS, M. A., AMORIM, M.H.C., MACIEL, E. L. N. & GIGANTE, D.P.(2019). **Violência contra a mulher e sua associação com o perfil do parceiro íntimo: estudo com usuárias da atenção primária**. *Revista Brasileira de Epidemiologia*. 22. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-549720190056>. Acesso em: 20 out. 2023

NEVES, Laís Regina de Souza. **Fatores que influenciam a manutenção do relacionamento abusivo**: a terapia de esquemas como uma proposta de intervenção. / por Laís Regina de Souza. Aríquemias: FAEMA,2020.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS - ONU. **Declaração sobre a eliminação da violência contra as mulheres** Resolução nº 48/104, 20 de dezembro de 1993[sob proposta da Terceira Comissão (A/48/629)], 85ª sessão plenária. Nova York: ONU, 1993.

PAIM, K. & CARDOSO, B. L. A. **Sua história de amor: um guia baseado na terapia do esquema para compreender seus relacionamentos e romper padrões negativos.** Porto Alegre: Artmed, 2022.

SILVA, D. da; SILVA, R. L. F. C. **Violência contra as mulheres nos relacionamentos conjugais e a dependência emocional: fator que influencia a permanência na relação.** Humanidades & Tecnologia em Revista (FINOM), [s. l.], ano 2020, v. 1, ed. 20, 2020. Disponível em: http://revistas.icesp.br/index.php/FINOM_Humanidade_Tecnologia/article/view/100
8. Acesso em 25 set. 2023.

YOUNG, J. E., KLOSKO, J. S., & WEISHAAR, M. E. **Terapia do esquema: guia de técnicas cognitivo-comportamentais inovadoras.** Porto Alegre: Artmed. 2008. Tradução Roberto Cataldo Costa.