

Instituto Carioca de Gestalt-terapia

**O AMOR PATOLÓGICO PRESENTE NO TRANSTORNO EMOCIONAL DA
CODEPENDÊNCIA SOB A ÓTICA DA GESTALT-TERAPIA**

Karin Barreiros Pereira Bandeira

Rio de Janeiro

2015



**O AMOR PATOLÓGICO PRESENTE NO TRANSTORNO EMOCIONAL DA
CODEPENDÊNCIA SOB A ÓTICA DA GESTALT-TERAPIA**

Monografia

Karin Barreiros Pereira Bandeira

Pós-Graduação em Gestalt-terapia
Especialização Clínica

Rio de Janeiro
Maio2015

Karin Barreiros Pereira Bandeira

**O AMOR PATOLÓGICO PRESENTE NO TRANSTORNO EMOCIONAL DA
CODEPENDÊNCIA SOB A ÓTICA DA GESTALT-TERAPIA**

Pós-Graduação em Gestalt-terapia
Especialização Clínica

Aprovada em

Prof^a. Ma. Teresa Cristina Gomes Waismarck Amorim (Orientadora)

Prof^a. Dra. Patricia Albuquerque Lima

Prof. Dr. Guilherme de Carvalho

Rio de Janeiro
Maio2015

À minha querida mãe, minha joia rara, que sempre acreditou em meu potencial e me deu coragem para prosseguir. Ao meu amado marido, que me mostrou o verdadeiro significado do amor.

AGRADECIMENTOS

À minha querida turma de especialização em Gestalt-terapia (ICGT), pelo suporte de sempre, sem vocês esta trajetória não teria o mesmo brilho, em especial à minha mestra Teresa Amorim, por transmitir com tanto amor e competência esta teoria, por que não, filosofia de vida, capaz de desabrochar a melhor versão de qualquer ser humano.

“O que define a liberdade é o ser-para-si; o que define a servidão ou dominação é o ser-para-o outro”. (Hegel)

RESUMO

BANDEIRA, Karin Barreiros Pereira. **O amor patológico presente no Transtorno Emocional da Codependência sob a ótica da Gestalt-terapia.** Monografia (Pós-Graduação em Gestalt-terapia - Especialização Clínica) – Instituto Carioca de Gestalt-terapia, Rio de Janeiro, 2015.

Partindo da evidência de que muitas relações conjugais estruturadas sob o vínculo de dependência emocional podem ser confundidas com a manifestação de um amor incondicional, o presente estudo teve como objetivo central o aprofundamento dos aspectos disfuncionais presentes nos relacionamentos codependentes, sob o olhar da teoria da Gestalt-terapia. Foi realizada uma breve revisão literária acerca de algumas das principais concepções e manifestações existentes do amor, com o foco sobre a sua dimensão afetiva, isto é, entre casais. Foram apresentadas especialmente duas antigas concepções sobre o amor afetivo que refletem ainda no cerne da idealização amorosa de muitas pessoas na atualidade. São elas: o discurso acerca do *Amor Mútuo* de Aristófanes em “O Banquete”, e a manifestação do *Amor-romântico*, emergido na Idade Média. Além disso, buscou-se, especialmente abordar o Transtorno Emocional da Codependência, trazendo os seus principais sintomas e características, bem como as suas formas de manifestação na dinâmica relacional afetiva. A partir da visão da Gestalt-terapia sobre a relação dependentemente patológica da codependência foi possível, para isto, recorrer a conceitos preciosos desta abordagem como o de *contato*, *bloqueio de contato* e *confluência* para satisfatoriamente entendermos o caráter de amor doentio presente nesta temática. Foi possível concluir, associando tal transtorno aos preceitos gestálticos, tratar-se de uma patologia neurótica, presente em indivíduos imaturos psicologicamente, que utilizam desmesuradamente da absorção nas relações afetivas para sentirem-se supridos e completos em suas vidas.

Palavras-chave: Amor. Dependência Emocional. Codependência. Gestalt-terapia. Confluência.

ABSTRACT

BANDEIRA, Karin Barreiros Pereira. **O amor patológico presente no Transtorno Emocional da Codependência sob a ótica da Gestalt-terapia.** Monografia (Pós-Graduação em Gestalt-terapia - Especialização Clínica) – Instituto Carioca de Gestalt-terapia, Rio de Janeiro, 2015.

Based on the evidence that many marital relations structured under the bond of emotional dependency can be confused with the expression of unconditional love, this study had like main aim the dysfunctional aspects present in codependent relationships, from the perspective of Gestalt theory -therapy. A brief literature review was performed on some of the main concepts and existing manifestations of love, with the focus on its affective dimension, that is to say, between couples. Especially were presented two old conceptions about the emotional love that still reflect the Central structure of loving idealization of many people today. They are: the discourse about Aristophanes *Mutual Love* in "The Banquet", and the manifestation of the *love-romantic*, emerged in the Middle Ages. In addition, we sought, especially tackle the Emotional Codependency Disorder, bringing its main symptoms and characteristics, as well as its manifestations in affective relational dynamics. From the view of Gestalt therapy on dependently pathological relationship of codependency was possible, for this, use the precious concepts of this approach as the *contact*, *contact block* and *confluence* to satisfactorily understand the character of sick love present in this theme. It was concluded by associating such disorder to Gestalt principles, treat yourself to a neurotic pathology present in psychologically immature individuals that use disproportionately absorption in the emotional relationships to feel supplied and complete in their lives.

Keywords: Love. Emotional dependency. Codependency. Gestalt-therapy. Confluence.

SUMÁRIO

<u>1</u>	<u>INTRODUÇÃO</u>	
<u>2</u>	<u>O AMOR: FORMAS E MANIFESTAÇÕES</u>	
2.1	<u>ALGUMAS CONCEPÇÕES DO AMOR</u>	
2.2	<u>AS MANIFESTAÇÕES DO AMOR</u>	
<u>3</u>	<u>O AMOR NA CODEPENDÊNCIA</u>	
3.1	<u>O TRANSTORNO EMOCIONAL DA CODEPENDÊNCIA</u>	
3.1	<u>A CODEPENDÊNCIA NOS RELACIONAMENTOS CONJUGAIS</u>	
<u>4</u>	<u>O AMOR CONFLUENTE À LUZ DA GESTALT-TERAPIA</u>	
<u>5</u>	<u>CONCLUSÃO</u>	6
	<u>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</u>	9

1 INTRODUÇÃO

Sendo o desamor fonte de tantas dificuldades psicológicas e, por ser este tema grandemente presente no contexto clínico, motivamo-nos, no presente estudo a analisar os aspectos disfuncionais existentes nas relações amorosas pautadas pelo vínculo de dependência patológica, especialmente no Transtorno Emocional da Codependência, sob a ótica da teoria da Gestalt-terapia.

É sabido que, embora o amor seja considerado o “*elo*” mais forte de ligação entre as pessoas, traz consigo inúmeras dificuldades, que sempre estiveram presentes na realidade humana. Desta forma, apesar do relacionamento amoroso se caracterizar como uma das maiores buscas do ser humano, paradoxalmente pode significar também um de seus maiores temores. Estes, por sua vez, influenciam diretamente as experiências amorosas dos indivíduos, gerando conflitos e impasses nos relacionamentos, dificultando veementemente a convivência e crescimento mútuos.

Podemos observar tal dificuldade claramente no Transtorno Emocional da Codependência, que se trata de uma relação permeada por uma dependência excessiva de um indivíduo em relação ao outro nos âmbitos psicológico, comportamental e emocional. Tal dependência compromete substancialmente a capacidade de se manter e nutrir relacionamentos interpessoais saudáveis com os outros e consigo mesmo. Além disso, a codependência trata-se especificamente de um vício em outra pessoa que age sobre ela tal como uma droga, podendo atingir qualquer indivíduo do ciclo relacional mais íntimo do dependente ou portador do comportamento destrutivo. Mais especificamente, enquanto o dependente se liga de maneira incontrolável ao seu objeto de desejo, o codependente, por sua vez, se sujeita incontrolavelmente na relação com este.

Contudo, como veremos a diante, algumas das características do transtorno como, por exemplo, a passividade e autoanulação disfarçadas da total doação e zelo que a relação codependente evoca, podem ser erroneamente confundidas com o sentimento de amor abdicado e incondicional. Temos aqui uma manifestação de amor patológico onde o codependente tem a crença de que o parceiro é o responsável por trazer sentido a sua vida, uma ilusão que, no princípio do relacionamento alivia a angústia de ter que dar conta de si mesmo.

Partindo para o olhar Gestáltico sobre esta patologia, somado à minha experiência clínica junto a clientes codependentes, evidenciaremos nestes casos nitidamente a presença do bloqueio de contato da confluência, que, podemos assim dizer, rege o funcionamento relacional de tais indivíduos. Propriamente no bloqueio de contato da confluência não há a consciência e discriminação entre o eu e o outro, onde o senso de Eu do indivíduo vai para o fundo, enquanto que a figura torna-se o “nós”, sendo qualquer possibilidade de separação iminente tida como ameaçadora.

Perante a perspectiva que, tanto na confluência puramente manifestada, quanto na estrutura relacional do Transtorno Emocional da Codependência o que percebemos, na realidade, é uma confusão em relação ao verdadeiro significado do amor, buscaremos no decorrer do presente estudo esclarecer as questões referentes à manifestação do amor especificamente no interior da dinâmica do relacionamento codependente.

Este trabalho caracteriza-se como uma pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa, a partir das contribuições de teóricos e especialistas tanto na área da codependência, quanto na teoria da Gestalt-terapia, no qual o objetivo foi correlacioná-los, trazendo inclusive, exemplificações da minha prática clínica no tratamento da referida problemática.

Apresentaremos o presente trabalho estruturado em três capítulos, além da introdução e da conclusão. Inicialmente, faremos um apanhado geral de algumas das diferentes formas e manifestações existentes sobre o amor, a partir de referenciais filosóficos e gestálticos, no qual evidenciaremos as manifestações afetivas, pautadas, sobretudo pela ideia da busca da totalidade pela fusão entre os parceiros, que vivenciam um amor sem barreiras e limites, contudo fadado ao sofrimento.

No terceiro capítulo nos aprofundaremos no Transtorno Emocional da Codependência, onde discorreremos sobre a origem do seu conceito enquanto doença, bem como elencaremos seus sintomas e manifestações tanto no âmbito pessoal, individual, quanto relacional, tendo como foco especificamente o indivíduo codependente e sua forma de se relacionar amorosamente, apresentando as disfuncionalidades características deste transtorno, que são frequentemente, por muitas pessoas, confundidas como manifestações de um amor incondicional.

No quarto capítulo introduziremos os conceitos principais da teoria da Gestalt-terapia, no qual nos aprofundaremos na estrutura relacional codependente a partir da conceituação de

contato, fronteira de contato, e, sobretudo bloqueio de contato da confluência, salientando as principais contribuições que tal abordagem traz na análise ao referido transtorno.

2 O AMOR: FORMAS E MANIFESTAÇÕES

O amor sempre se caracterizou como uma das questões existenciais básicas do ser humano; é um de seus maiores desejos e uma busca permanente. (CARDELLA, 1994, p. 13).

2.1 ALGUMAS CONCEPÇÕES DO AMOR

Diversos autores já buscaram escrever sobre o amor; tema constantemente abordado por poetas, filósofos, teólogos e romancistas. Conforme aponta Japiassú (1934), comumente entende ser o *amor* um sentimento de atração capaz de ligar os seres humanos uns aos outros, bem como a Deus, ao mundo, e a si mesmo. Contudo, embora o amor seja considerado o elo mais forte de ligação entre as pessoas, traz consigo inúmeras dificuldades, que sempre estiveram presentes na realidade humana. A primeira delas é a confusão em relação ao verdadeiro significado do sentimento, bastante observada no contexto terapêutico, onde se percebe através dos clientes que o amor é confundido com paixão, carência, sexualidade, solidão, o que faz do aprofundamento das relações amorosas uma “*utopia*” distante (CARDELLA, 1994). A respeito das diversas teorias sobre o amor, na busca das suas possíveis formulações, iremos dar início a algumas importantes concepções existentes no âmbito da filosofia.

Segundo Aranha e Martins (2005) o amor geralmente é visto sob dois vieses na perspectiva filosófica. O primeiro o trata como total unidade e identificação, no qual Hegel coloca que o amor é o “sentimento pelo qual dois seres não existem senão em uma unidade perfeita e põem nessa identidade toda a sua alma e o mundo inteiro” (HEGEL apud ARANHA; MARTINS, 2005, p. 247). Deste modo, o amor é cósmico e supremo, e transcende o fenômeno humano. No segundo viés temos o amor como uma troca recíproca entre dois seres que preservam a individualidade e autonomia, havendo cuidado e atenção mútuos, com finalidade de promover o bem do outro, como se fosse o seu próprio, havendo união, mas não unidade.

Dentro da perspectiva filosófica não poderíamos deixar de citar “*O Banquete*”, primeira obra sobre o amor, produzida por Platão em aproximadamente em 385 a.C. (BRAZ, 2005). O autor traz a referência mitológica a *Eros, deus do amor*, reunindo diferentes descrições deste. Fedro inicia os discursos, atribuindo um estatuto divino ao amor, sendo Eros considerado por ele o deus inspirador das ações morais, que motiva o homem ao bem, dando origem à virtude. Para ele: “Assim, pois, eu afirmo que o Amor é dos deuses o mais antigo, o mais honrado e o mais poderoso para a aquisição da virtude e da felicidade entre os homens, tanto em sua vida como após sua morte.” (PLATÃO, 2013, p. 9). Depois discursa Pausânias, cindindo Eros em dois: o *amor Celestial*, que prima o imaterial e o intelecto, das almas nobres; e o *amor Popular*, pobre e terreno, que estima o corpo, o desejo, as sensações. (PLATÃO, 2013, p. 9, 10) “O Eros usual e corrente, o instinto e irrefletido e vulgar, é vil e repudiável, porque tende à mera satisfação dos apetites sensuais; em contrapartida, o outro é de origem divina e o impulsiona o zelo de servir ao verdadeiro bem e à perfeição do amado.” (JAEGER, 2001, p. 727).

Em seguida Erixímaco, baseado nos seus conhecimentos médicos acredita na influência que o amor exerce nas almas e nos corpos, sendo capaz de conciliar opostos promovendo a harmonia (PLATÃO, 2013). Ressaltamos agora o discurso de Aristófanes a Eros, especificamente por abordar as relações permeadas pela busca incessante da completude. "Ele é, de todos os deuses, o mais filantropo, o protetor dos humanos e médico de males que, se fossem curados, resultaria daí a mais perfeita felicidade para a raça dos homens" (PLATÃO, 2000, p. 67).

Aristófanes discorre sobre o “*amor mútuo*” e a busca incansável da totalidade do ser, informando que no princípio do mundo existiam, além dos seres masculinos e femininos, os seres andróginos, estes que reuniam o masculino e feminino num só ser. Os andróginos eram compostos de quatro mãos, quatro pernas, duas faces idênticas e um único cérebro, e devido à sua unidade, eram extremamente vigorosos e ágeis (CHAUÍ, 2002). Entretanto, após tentarem ousadamente combater os deuses do Olimpo foram castigados sendo cortados ao meio, separados em duas partes isoladas, tornando-se fracos e sozinhos. Sentindo-se incapazes de viver de forma desmembrada, estes seres tornaram a busca incessante pela outra metade o objetivo central da sua existência. Ao se reencontrarem não se largavam mais, porém, continuavam se sentindo incapazes e improdutivos, pois não eram mais um único ser como antes. Agora a maior preocupação de vida destes era agarrar-se à outra parte, por medo da

solidão iminente. Quando uma das partes morria, a outra buscava então uma nova parte qualquer, seja masculina ou feminina, no qual só importava a busca do sentimento de completude, numa união compulsiva e improdutiva que impedia a propagação da raça humana (BRAZ, 2005). Aristófanes conclui então que a solução dada por Zeus foi de deslocar os órgãos sexuais das partes de trás para frente, possibilitando a procriação por meio da união fecunda entre as partes masculina e feminina (PLATÃO, 2000). “E então de há tanto tempo que o amor de um pelo outro está implantado nos homens, restaurador da nossa antiga natureza, em sua tentativa de fazer um só de dois e de curar a natureza humana.” (PLATÃO, 2013, p. 19).

Neste diálogo temos além de um mito referente à origem do homem, um mito sobre o início da integração entre os seres enquanto *necessidade de completude* para atingir a felicidade. Tal como poderemos observar mais adiante na concepção de amor romântico, Aristófanes em “*O Banquete*” já trazia uma questão que nos dias de hoje é veementemente constatada entre a maioria das pessoas: ter como objetivo central de vida a busca incessante pela sua “metade”, sentindo-se fracas, incompletas e improdutivas quando sós. Segundo Aristófanes (PLATÃO, 2013, p. 19):

Quando então se encontra com aquele mesmo que é a sua própria metade, tanto o amante do jovem como qualquer outro, então extraordinárias são as emoções que sentem, de amizade, intimidade e amor, a ponto de não quererem por assim dizer separar-se um do outro nem por um pouco no momento. E os que continuam um com o outro pela vida afora são estes, os quais nem saberiam dizer o que querem que lhes venha da parte de um ao outro.

Agatão, o próximo a discursar, afirma que Eros é dotado de eterna mocidade, portanto, foge do feio e do velho, visando primordialmente a beleza. (PLATÃO, 2013). Em seguida Sócrates, em concordância com Platão e contrariamente às posições dos oradores anteriores não fará um elogio a Eros, mas buscará a sua essência (CHAUÍ, 2002). Para este, Eros não é considerado um deus, não é belo, nem feio, nem bom, nem mau, nem mortal, nem imortal. Eros é para ambos um intermediário entre deuses e homens, criador de laços entre eles, capaz de promover a harmonia entre a terra e o cosmos, só tendo sentido quando submetido à razão e investigando tanto as suas grandezas como as suas misérias. (PLATÃO, 2013).

Podemos perceber enfim que, ao serem investigadas as verdades do amor, perde-se a condição de pura idealização, e ultrapassando o campo da dialética, do abstrato, o amor passa

a ganhar movimento, percorrendo a prática, a ação, o pensamento e os sentidos, no qual traz à consciência, sobretudo a busca incomum do homem pelo bem, favorecendo em suma as relações que constrói ao longo da existência, consigo mesmo, com os outros e com o mundo.

Como menciona Cardella (1994), dentro da Psicologia raramente se buscou definir o fenômeno *amor*, haja vista sua grande complexidade, e as suas inúmeras concepções ainda o tornam um mistério. Carl Gustav Jung expressou tal dificuldade em sua biografia:

[...] falta-me a coragem de procurar a linguagem capaz de exprimir adequadamente o paradoxo infinito do amor. [...] Tanto minha experiência médica como minha vida pessoal colocaram-me constantemente diante do mistério do amor e nunca fui capaz de dar-lhe uma resposta válida [...] O que quer que diga, palavra alguma abarcará o todo (JUNG, s.d. apud CARDELLA, 1994, p. 15)¹

De acordo com a autora, a tentativa de compreender o fenômeno do amor e suas múltiplas formas é um tema ainda bastante atual, apesar de já ter sido intensamente explorado na literatura universal. Esta coloca a sua própria concepção sobre o amor:

Concebo o amor como um estado e um modo de ser caracterizados pela integração e diferenciação de um indivíduo, que lhe permite ver, aceitar e encontrar o outro como único, singular e semelhante na condição de humano. O estado de amor pressupõe capacidade de auto-satisfação de necessidades emocionais, como aceitação, valorização, proteção e confirmação, o que minimiza as necessidades e os desejos em relação aos outros. (CARDELLA, 1994, p. 16)

Erich Fromm (1990 apud CARDELLA, 1994, p. 18)² aponta que “o amor é uma relação com uma pessoa específica; é uma atitude, uma orientação de caráter, que determina a relação de alguém para com o mundo como um todo, e não para com um ‘objeto’ de amor”. Percebemos que, neste sentido, o amor é a polaridade oposta ao egocentrismo, sendo inadmissível o sofrimento emocional, onde, só se é possível vivenciar o amor pleno em relação quando nos encontramos no estado de amor, disponíveis ao outro, que, por sua vez, só poderá compartilhar o amor se também estiver no seu próprio estado de amor. Ou seja, o amor só poderá ser recebido se em estado de amor. Este que nos permite apreciarmos e confirmarmos as potencialidades do outro, que também possui limitações, por estar em constante aprendizado e crescimento. (CARDELLA, 1994). Segundo Zinker (2007, p. 18), o

¹ JUNG, C.G. **Memórias, Sonhos e Reflexões**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, s.d.

² FROMM, E. **A Arte de Amar**. Belo Horizonte: Itatiaia, 1990.

“amor autêntico” é não manipulador, não exigente, sendo experienciado como regozijo pela existência do outro, não havendo qualquer tentativa de violação da integridade deste.

O estado de amor, além de possibilitar o verdadeiro Encontro, proporciona um sentimento de transcendência de si mesmo e de harmonia com a humanidade e a existência; envolve maturidade emocional, responsabilidade e posse da própria vida, auto-sustentação e independência em relação aos demais. (CARDELLA, 1994, p. 17)

Sendo assim, temos que o amor é um sentimento de natureza incondicional, sendo manifestado pelo semelhante e pelo diferente, embora isto não signifique que se deva concordar totalmente com as atitudes e os modos de ser do outro, mas sim aceita-lo tal como é. O que possibilita tal capacidade é o estabelecimento de limites saudáveis entre si e o outro, permeado de bom contato, aproximação e retração. Quando o amor é recíproco, portanto, encontramos um sentimento de plenitude mútua, todavia, é impossível permanecer neste estado de amor constante, sendo a reciprocidade amorosa raramente vivida, mesmo que intensamente procurada pelos homens em todos os tempos (CARDELLA, 1994).

2.2 AS MANIFESTAÇÕES DO AMOR

Iniciando agora as diversas manifestações do amor, e sabendo que este assume vários significados, iremos abordar neste capítulo os amores fraternal, maternal, paternal, erótico, romântico, a Deus e o amor próprio.

No tocante ao amor fraternal, trata-se do amor pela humanidade, pelos seres humanos, não importando a proximidade, o convívio, as identificações e diferenças, bem como qualquer outro aspecto que discrimine. É o amor não exclusivo, livre da posse ou apego, que se manifesta através da solidariedade, da cumplicidade humana, do senso de sermos todos semelhantes e de compartilharmos a própria humanidade. Este amor fraterno é a base das manifestações de amor (CARDELLA, 1994).

Aranha e Martins (2005) citam um exemplo da manifestação de amor fraterno que tem o amor como “*oblativo*”. Este se trata de um amor de doação, espontâneo, voluntário, sem esperar receber nada em troca, visando exclusivamente o bem-estar do outro. As autoras referenciam a Madre Teresa de Calcutá e a irmã Dulce, que através da prática religiosa demonstravam grande amor pelos pobres e desamparados.

O amor maternal é a primeira relação de amor vivida, sendo a partir dela que a criança desenvolverá suas atitudes, sentimentos e crenças na capacidade de amar e ser amada. Uma mãe verdadeiramente amorosa atende afetivamente a criança quando esta necessita dos seus cuidados, mas também ama quando há a necessidade de separação, a estimulando a crescer, a tornar-se segura e independente, e ser capaz de amar aos outros e a si mesma. Desta forma, o amor maternal inclui, sobretudo o respeito ao crescimento e desenvolvimento deste outro ser, doando-se, dedicando-se, sem esperar recompensas pessoais que não sejam o bem-estar do filho amado, sendo incondicional. Do contrário, a criança se desenvolve pelas necessidades da mãe, e para preservar o amor desta vivência a inautenticidade, o “*falso-self*”, já que se sente ameaçado pelas diferenças (CARDELLA, 1994).

Já o amor paternal difere-se do maternal, pois neste caso o pai exerce a figura de autoridade, orientação e independência, oferecendo ao filho através do amor oportunidades para o desenvolvimento da autoconfiança e independência para que se torne sua própria autoridade, sendo capaz de dispensar, em algum momento, a dos pais. Contudo, ambos envolvem abnegação e respeito pela singularidade da criança (CARDELLA, 1994).

No amor erótico há uma busca pela fusão de dois seres integrados, maduros e independentes, e a sua maior forma de expressão se dá pela união sexual, que proporciona um sentimento de plenitude e paz interior aos parceiros. Tendo como base o amor fraterno, difere-se do *amor romântico* ou da *paixão*, ambos de natureza egocêntrica e passageira, que veremos a diante. Existe aqui uma forma de amar rara, cuja entrega é plena e intensa, compartilhando a própria vida, na reciprocidade, cumplicidade e intimidade, sem que exista o sentimento de posse. O amor erótico inclui a permissão e o apoio para que o outro cresça, preservando sua singularidade. A união se dá no intuito de se compartilhar o amor que se sente, amando a humanidade através do parceiro. (CARDELLA, 1994).

Vamos destacar agora o “*amor romântico*” ou “*paixão*”, que segundo Cardella (1994) surgiu na Idade Média, por volta do século XVII, e difundiu a crença de que o verdadeiro amor se dá pela adoração do ser amado, que representa a imagem perfeita de homem ou mulher. No amor romântico o amor é vivido de forma dramática, sofrida, passiva e infeliz, contudo, um sofrimento que justifica a existência (PRETTO; MAHEIRIE; TONELI, 2009).

Devemos lembrar o significado original do termo “*paixão*”, que etimologicamente vem de *páthos*, que em grego significa “sofrer”, “suportar”, “deixar-se levar por” (ARANHA;

MARTINS, 2005, p. 244-245), onde, por conseguinte, na maioria das vezes, o grau de sofrimento determina a intensidade do “amor” sentido (CARDELLA, 1994).

A experiência da paixão, portanto, é um estado de êxtase, porém, em geral acompanhado de uma profunda sensação de solidão e frustração. Essa sensação está relacionada à incapacidade do indivíduo de manter e preservar o êxtase por um longo período e, conseqüentemente, o relacionamento, que quase sempre se desfaz quando o êxtase termina. (CARDELLA, 1994, p. 33)

A autora assinala que na paixão temos um fenômeno psicológico de curta duração, que inclui o mecanismo da projeção das próprias frustrações, decepções e sofrimentos atribuídos ao outro, envolvendo crenças, atitudes, ideais e, principalmente expectativas sobre o parceiro (CARDELLA, 1994).

Conforme destaca Jane Felipe (2006, p. 11) o amor é caracterizado "como romântico quando ele é regido por uma idealização que se estende aos seguintes aspectos: a ideia de intensidade (em si mesmo e no outro, para quem o amor se destina), a concepção de completude, de eternidade e de entrega". Podemos associar tal concepção de amor à ideia de Aristófanes em seu discurso sobre *Eros*, em que se trata de uma idealização que impõe que o amor só pode ser admitido se vivenciado em mistura e confluência, não sendo tolerada a ideia de afastamento, que é visto pelos seres como sinônimo de infelicidade e amargura. Desta forma, embora que com sofrimento, no amor romântico somente se é permitido amar e ser amado na entrega total e sem limites, configurando uma forma não saudável de manifestação amorosa. Neste amor o objetivo é a absorção de um parceiro no outro, com exclusividade como determinante, priorizando a esfera do casal confluyente e o sentimento de posse.

No que se refere ao “*Amor-paixão*” observa Sartre (1968, p.55):

O amor-paixão glorificado pelo mito (de Tristão e Isolda) foi realmente no séc. XII, data de seu aparecimento, uma religião, em toda a força desta palavra, e, especialmente, uma heresia cristã historicamente determinada. Donde se poderá deduzir que a paixão vulgarizada atualmente pelos romances e filmes é apenas o refluxo e a invasão anárquica nas nossas vidas de uma heresia espiritualista de que perdemos a chave.”

Além de Sartre (2005), Beauvoir (1990) também compartilhou do mesmo posicionamento em relação aos relacionamentos pautados na perspectiva do “*Amor-paixão*”, permeados por sofrimento para os sujeitos, visto que implicam a renúncia dos dois *eus* (singularidades) em prol de uma unificação irrestrita, abstrata e sagrada entre os parceiros.

Para Sartre (2005) isso ocorre a partir do sadismo e masoquismo, ambos propiciando a negação da liberdade e o aprisionamento dos amantes. Beauvoir (1990), por sua vez, destaca os aspectos deterministas nessas experiências amorosas, bem como a negativa às reservas e à existência concreta do parceiro, configurando o amor como um destino na vida dos sujeitos, em detrimento à experiência amorosa livre.

Esta utopia do *amor romântico*, contudo perdura há muitos séculos e hoje ainda representa o ideal socialmente compartilhado para as relações amorosas na atualidade. Geralmente o amor romântico é considerado pela cultura ocidental como a única forma de amor que leva a relacionamentos verdadeiros (CARDELLA, 1994). Além disso, a expressão “*amor romântico*” refere-se aleatoriamente a quase todas as formas de atração entre um homem e uma mulher, sendo explicitamente abordado nas canções, poesias, teatro, novelas, cinema, literatura etc. (CARDELLA, 1994).

Conforme podemos perceber, a *paixão* ou o *amor romântico* não possibilita relacionamentos integrados tal como o amor exótico anteriormente citado, pelo contrário, não há reconhecimento da singularidade do parceiro, nem respeito pelas suas diferenças, sendo assim pautado nas exigências egocêntricas de satisfação dos próprios ideais e desejos.

Outra manifestação do amor diz respeito ao amor a Deus, e refere-se à capacidade de amar plenamente, de experienciar a unidade de pertencer à ordem cósmica, ou seja, integrando-se amorosamente ao mundo e com o mundo (CARDELLA, 1994). Nitidamente é uma das formas mais profundas de manifestação do amor.

Em alusão ao amor-próprio, trata-se do sentimento de dignidade pessoal e respeito que temos por nós mesmos, cuja ausência impossibilita o estabelecimento de qualquer tipo de relação amorosa. Cardella (1994, p. 23) diferencia o amor-próprio do egocentrismo: “O indivíduo egocentrado interessa-se e preocupa-se consigo mesmo, buscando receber aquilo que não é capaz de oferecer. É incapaz de encontrar-se em estado de amor”. Já o amor por si mesmo traz a aceitação incondicional do próprio ser, sendo capaz de se perceber tal como é, respeitando os próprios defeitos e qualidades, por conseguinte, sendo capaz de manifestar a mesma aceitação pelo próximo.

A autora salienta que a partir da Idade Média, com todo o desenvolvimento da sociedade patriarcal, o poder, a autoridade, a lógica e a intelectualidade ganharam força e preponderância nas relações pessoais, em detrimento dos aspectos reais da experiência humana, tais como os sentimentos, a intuição, a sensibilidade e, sobretudo o amor

(CARDELLA, 1994). Como consequência disto, podemos observar hoje grande parte da sociedade sofrendo com questões referentes ao sentimento de solidão e vazio existencial, decorrentes em parte do avanço tecnológico presente, que naturalmente distancia o homem da própria natureza de investir na relação com *o outro*. Desta forma a capacidade de amar e sentir-se amado está intimamente relacionada a tal problemática, claramente aquém do desenvolvimento intelectual na maioria das pessoas.

Conforme foi possível constatar, o tema *amor* é de tamanha complexidade, e nitidamente podemos perceber que quem se dedica a estudá-lo profundamente se torna um eterno aprendiz. A diante iremos abordar o Transtorno da Codependência e o olhar da Gestalt-Terapia sobre este, bem como correlacionaremos também algumas das maiores dificuldades presentes em relacionamentos pautados pela ideia de um amor confluyente, sem fronteiras, cujo conceito de interdependência não se faz presente, configurando tais relações na base da dependência emocional e física, sendo, desta forma, gerador de diversos conflitos e sofrimentos.

3 O AMOR NA CODEPENDÊNCIA

Entre os jogos os mais frequentes são os jogos de dependência: “Não posso viver sem você, querido. Você é tão grande, bom e sábio. Você resolve os meus problemas em troca do dinheiro que lhe dou. Ou melhor ainda, porque gosta de mim tal como sou”. (PERLS, 1979, p.29)

3.1 O TRANSTORNO EMOCIONAL DA CODEPENDÊNCIA

Trazendo agora a exemplificação do Transtorno Emocional da Codependência, configurado como uma das manifestações de amor dependente e doentio temos, de acordo com Carvalho e Negreiros (2011) que se trata de uma relação permeada por uma dependência excessiva de um indivíduo em relação ao outro nos âmbitos psicológico, comportamental e emocional.

A respeito do surgimento do conceito de codependência, apontam Hemfelt, Minirth e Meier (1989) que este foi identificado décadas atrás nos Estados Unidos, a partir dos trabalhos de conselheiros junto aos alcoólicos e seu familiares, onde detectaram o alto grau de dependência dos alcoolistas para com as pessoas mais próximas. Atualmente, porém, sabe-se que a codependência se desenvolve tanto no relacionamento com dependentes de álcool, quanto com drogadictos, bem como com jogadores patológicos ou portadores de transtornos de personalidade. (BALLONE, 2008). Acrescentam ainda Hemfelt, Minirth e Meier (1989) os casos de relacionamento codependente também para com possuidores de qualquer obsessão compulsiva, como por exemplo, distúrbios na alimentação, compulsão por trabalho, por sexo, por consumo, ataques de raiva e modo de vida pautado em leis rígidas, sendo estas consideradas para os autores adicções no mesmo patamar do alcoolismo.

A respeito da definição do transtorno, temos que para Hemfelt, Minirth e Meier (1989, p. 6), “num sentido mais amplo a codependência pode ser definida como uma adicção a pessoas, comportamentos ou coisas.” Concernente ao significado de “*adicção*”, cabe assinalar que este teve sua origem no Império Romano como *escravização* por determinação legal para pagamento de dívida, sendo esta a única solução para o indivíduo escapar do sofrimento psíquico (BENTO, 2006). Já no dicionário Aurélio (2014) *adicto* significa: “Que está com outro ou se lhe junta por afeição; Que depende de ou se submete a; Que ou quem é dependente de algo, geralmente de alguma substância.”³

Sendo assim, a adicção da codependência trata-se especificamente de um vício em outra pessoa que age sobre ela tal como uma droga, podendo atingir qualquer indivíduo do ciclo relacional mais íntimo do dependente ou portador do comportamento destrutivo, seja um parente, cônjuge, amigo, vizinho, cuidador ou outra pessoa significativa. Conforme aponta Oliveira (2004), enquanto o dependente se liga de maneira incontrolável ao seu objeto de desejo, o codependente, por sua vez, se sujeita incontrolavelmente na relação com este.

Nos âmbitos emocional, psicológico e físico, temos como sinais e sintomas da codependência: forte insegurança; senso de identidade frágil; autodepreciação; autoanulação; crença de incapacidade para enfrentar o mundo sozinho; pensamentos obsessivos e comportamentos compulsivos no relacionamento, às vezes associados a outras compulsões como a alimentar, de gastos, jogos etc.; foco excessivo na realidade do outro ao invés de focar na própria vida; ansiedade provocada pela tentativa incessante de querer mudar o outro e

³ Disponível em: <<http://www.dicionariodoaurelio.com/adicto>>. Acesso em: 10 jan. 2015.

controlá-lo; comportamentos manipulativos; culpa ou acusações permeadas pelo medo da perda; impulsividade; alta reatividade ou irritabilidade; necessidade de ajudar mesmo sem ter sido solicitado, assumindo responsabilidades que não lhe pertencem; sofrimento e frustração pela quase sempre “desvalorização” e baixo reconhecimento do outro; uso de sexo para ganhar aprovação; competição e disputa para ter sempre a razão; perfeccionismo; oscilação entre afeto, raiva e frustração; negação da realidade; estresse; sintomas psicossomáticos; ressentimentos; depressão; mau humor; e desespero (BEATTIE, 2007; HEMFELT; MEIER, 1989; STAMATEAS, 2010; ALLY, 2013; ZAMPIERI, 2004a; ZAMPIERI, 2004b, ZAMPIERI, 2004c).

Além disso, Hemfelt, Minirth e Meier (1989, p. 17) se propõem a elencar os dez principais traços específicos da codependência. São eles:

- 1 - O codependente é guiado por uma ou mais compulsões.
- 2 - Um codependente é compelido e atormentado pelo jeito que as coisas eram na família disfuncional de origem.
- 3 - A auto-estima (e muitas vezes a maturidade) do codependente é muito baixa.
- 4 - O codependente tem certeza de que a sua felicidade depende dos outros.
- 5 - Do mesmo modo, o codependente se sente desmesuradamente responsável pelos outros.
- 6 - O relacionamento do codependente com o cônjuge ou Outra Significativa Pessoa (OSP) é desfigurado pelo instável desequilíbrio entre dependência e independência.
- 7 - O codependente é um mestre da negação e da repressão.
- 8 - O codependente se preocupa com coisas que não pode mudar, e é bem capaz de tentar mudá-las.
- 9 - Além disso, a vida de um codependente é pontuada de extremos.
- 10 - O codependente está sempre procurando por alguma coisa que falta em sua vida.

Cabe destacar que, infelizmente, o referido transtorno emocional não possui ainda classificação específica catalogada em manuais psiquiátricos, talvez por seu reconhecimento enquanto patologia ser ainda recente.

No que concerne ao desenvolvimento desta patologia, afirma Ally (2013) que a maior parte dos codependentes vem de famílias disfuncionais, que possuem fragilidade emocional significativa. Podemos mencionar ainda, de acordo com Hemfelt, Minirth e Meier (1989) que indivíduos suscetíveis ao transtorno da codependência são filhos de pais mentalmente desequilibrados, imaturos, frustrados e carentes de uma visão realista do mundo e de si próprios. Por exemplo, pais que possuam uma autoimagem pouco desenvolvida ou distorcida; que sejam alcoolistas, drogadictos ou portadores de algum tipo de comprometimento

emocional severo; e que vivam brigando viciosamente ou tem um relacionamento amargurado, podendo até mesmo manterem-se juntos dentro de um relacionamento hostil pensando ser isto o melhor para os filhos, fatalmente incapazes de promover uma estruturação familiar saudável.

Claramente um lar fértil para o desenvolvimento da codependência é isento de limites saudáveis, carinho, atenção, respeito, equilíbrio entre os membros e, sobretudo confirmação. Conforme pudemos observar a partir das características do transtorno e das possibilidades de origem do seu desenvolvimento acima referenciadas, é possível perceber uma forte imaturidade psicológica nos indivíduos codependentes, que carregam principalmente a experiência da ausência de reconhecimento e confirmação, bem como a autoimagem negativa no decorrer das suas vidas, buscando obter o suprimento emocional de forma disfuncional pela relação de dependência com outro indivíduo portador de algum problema significativo.

Podemos ilustrar a condição emocional do codependente por meio do termo designado por Pimentel (2011, p. 77) de “*fome emocional*”, que significa o estado de indivíduos que vivenciaram na infância e juventude a falta de amor e o sentimento de abandono emocional, regulada pelas lacunas promovidas pelo descuido familiar dos pais ou do cuidador nos campos afetivo, educacional e social.

Aprofundando este conceito, de acordo com a autora, Perls (1975 apud PIMENTEL, 2011, p. 75)⁴, no seu livro *Ego, Fome e Agressão*, colocou que o sistema biológico dentário - que possibilita a criança mastigar e desestruturar alimentos através da agressão biológica - pode ser analogamente relacionado ao processo da digestão psicológica. Isto é, à capacidade de *digerir*, de quebrar em partes ou triturar as orientações e informações advindas da educação familiar e dos padrões sociais da cultura em que se vive. Neste sentido, a “*nutrição psicológica*”, termo cunhado por Pimentel (2011, p. 75) propicia ao indivíduo a capacidade de identificar as próprias necessidades; bem como considerar o poder pessoal para avaliar e escolher; eleger substâncias nutritivas para alcançar a independência psicológica; reconhecer a subjetividade e a alteridade como independentes, porém em relação; e formar a autoestima e autoconceito fortes, positivos, criativos e saudáveis.

Todavia, em contrapartida, quando a criança vivencia em seu ambiente familiar a desnutrição psicológica, tal como na família codependente, não lhe é possibilitado

⁴ PERLS, F.S. **Yo, hambre y agresión: los comienzos de la terapia gestaltista**. Cidade do México: Fondo de Cultura Económica, 1975.

desenvolver tais recursos. O que ocorre, então é a não aprendizagem do Eu livre para escolher e se movimentar no mundo com segurança, sendo assim incapaz quando adulta de dizer sim ou não de acordo com as suas demandas. Neste caso a criança vivencia a chamada *fome emocional* que, para Pimentel (2011) corresponde à baixa autoestima - não ser amado, valorizado; à solidão em meio à multidão; não ser capaz de iniciar e finalizar projetos; não ter carinho, atenção, incentivo; sentimento de menos valia, autodepreciação e autoimagem negativa; e incompreensão. Tal conjuntura reflete nas formas disfuncionais dos relacionamentos travados ao longo da vida deste indivíduo, sobretudo nos relacionamentos mais íntimos, como os conjugais que abordaremos agora.

3.1 A CODEPENDÊNCIA NOS RELACIONAMENTOS CONJUGAIS

Os sentimentos, nós os possuímos, o amor acontece... O amor não está ligado ao Eu de tal modo que o Tu fosse considerado um conteúdo, um objeto: ele se realiza entre o Eu e o Tu. Aquele que desconhece isso, e o desconhece na totalidade de seu ser, não conhece o amor, mesmo que atribua ao amor os sentimentos que vivencia, experimenta, percebe, exprime. (BUBER, 1974 apud CARDELLA, 1994, p. 20)⁵

Conforme visto no tópico acima, indivíduos codependentes possuem infalivelmente um autoconceito prejudicado. Entretanto, por ser esta uma qualidade determinante para que se haja a diferenciação entre si e o outro, bem como a apropriação real da autoimagem corporal, da expansão do Eu e do valor pessoal (VILLA-SÁNCHEZ; ESCRIBANO, 1999), responsáveis pela possibilidade de se relacionar consigo mesmo e com o outro de maneira saudável, no transtorno da codependência temos, pelo contrário, uma autoimagem defeituosa e distorcida.

Os relacionamentos afetivos permeados pela relação de dependência emocional se dão, conforme apontam Hemfelt, Minirth e Meier (1989), a partir da instauração de um contrato velado entre os cônjuges, que embora não tenha sido nem escrito, nem falado, compromete o casal a viver em função do preenchimento pelo outro, na falsa sensação de se tornarem-se uma pessoa inteira: “Você vai me preencher. Lá no fundo de mim tem alguma coisa faltando – eu sei que esta coisa é o amor – e você, que é o meu verdadeiro amor, pode suprir tudo isso.” (p. 125) Sendo assim, temos na codependência a crença de que uma meia-pessoa precisa da outra meia-pessoa para se completar, tentando cada um dos parceiros extrair do

⁵ BUBER, M. **Eu e Tu**. São Paulo: Moraes, 1974.

outro uma identidade pessoal, embora nenhum dos dois possuam este contorno próprio e sólido para emprestar. (HEMFELT; MINIRTH; MEIER, 1989)

Devido a tal conjuntura, na codependência os indivíduos são incapazes de estabelecer relacionamentos de vínculo genuíno. Pelo contrário, o que temos é uma necessidade de absorver e se aproveitar do outro (ZAMPIERI, 2004b). Segundo França (2012), para o adulto codependente deparar-se com seu vazio existencial é assustador, por isso ele acaba recorrendo a todos os meios que levem ao preenchimento desta lacuna pelos outros, transformando-se numa fonte insaciável de busca de aprovação e amor. Desta forma, o relacionamento afetivo pautado pela codependência é um solo fértil para a instauração de conflitos, sofrimento e mais adoecimento para os parceiros, onde, indivíduos carentes de nutrição psicológica trazem à tona o estado permanente de fome emocional que instaura e fomenta a relação de dependência emocional.

Ally (2013) informa que indivíduos codependentes elegem naturalmente parceiros ou estabelecem relacionamentos, de vínculo dependente, com pessoas que também apresentem algum tipo de transtorno psicológico ou adições, no qual podem exercer seus padrões de comportamento facilmente como: controle excessivo; manipulação do outro; autoritarismo; compulsão em agradar podendo chegar à submissão e atuar compulsivamente como salvador.

Tal conjuntura somada à baixa autonomia, baixa autoestima e insegurança, pode levar tais indivíduos a se submeterem passivamente a um relacionamento permeado de violência e destruição por anos a fio, sendo o comportamento do codependente, muitas vezes responsável pela manutenção da doença da pessoa problema a qual se relaciona. Sobre este aspecto, afirma Pimentel (2011, p. 77), que o estado de fome emocional pode se deslocar para os campos da compulsão alimentar, bebidas alcoólicas, consumo, sexo e da violência conjugal, foco deste trabalho. No que tange à violência psicológica, segundo a autora: “A violência psicológica é uma forma de brutalidade que atinge o autoconceito, a autoimagem e a autoestima de alguém. É gerada em diversos contextos de desnutrição psicológica.” (PIMENTEL, 2005, 2008 apud PIMENTEL, 2011, p. 69)⁶. Neste campo, portanto que se incidem os abusos, seja de ordem das agressões físicas, humilhações ou maus-tratos, configuram um relacionamento desprovido de experiências afetivas e amorosas.

⁶ PIMENTEL, A. Nutrição Psicológica. São Paulo: Summus, 2005. / PIMENTEL, A. Construção psicológica da subjetividade masculina. In: Pimentel, A.; MOREIRA, A. C. (Orgs). **Psicologia, instituição, cultura**. Belém: Amazônia Editora, 2008.

No que tange às manifestações dos abusos nas relações conjugais permeadas pela violência psicológica, estes podem ser tipicamente ativos ou passivos. Nos casos do abuso ativo temos manifestações fáceis de se ver, como a violência física (bater, espancar, incluindo molestações e relação sexual, ilegais nas jurisdições), bem como os abusos ativos verbais, derivados da impaciência e intolerância que a convivência evoca, ocorrendo ataques de raiva ou de fúria que levam à violência verbal (ofensas, gritos, acusações permeadas por ódio), e que deixam marcas que são sentidas sem serem vistas. Tomemos como exemplos de abuso ativo verbal: “Você me deixa doente!”; “Se não fosse por você eu seria uma pessoa feliz!” (HEMFELT; MINIRTH; MEIER, 1989, p. 51). Cabe destacar que se tratam de agressões de caráter progressivo, onde o desrespeito à singularidade e a mistura violenta acabam fomentando o desrespeito à integridade física e moral, causando a deterioração da relação.

Sobre os abusos passivos, Hemfelt, Minirth e Meier (1989) afirmam que por vezes não são reconhecidos como tais, inclusive podendo não ser intencionais, embora seus efeitos sejam os mesmos. São eles: o abandono velado das funções matrimoniais; o abuso verbal passivo, que configura a ausência de confirmação e apoio; o abuso sexual passivo onde, embora não haja o toque indevido, não há o contato apropriado - carinhos ou abraços, e configuram, portanto, da mesma forma o desrespeito e a indolência (HEMFELT; MINIRTH; MEIER, 1989). A violência psicológica se trata, enfim de uma modalidade de agressão bastante presente no interior das relações conjugais (PIMENTEL, 2011), sobretudo as codependentes em que se observa notoriamente a ausência do respeito a si mesmo e ao outro.

Um ponto de suma importância é o caráter de amor incondicional que a relação codependente pode apresentar, no princípio da união. Dois seres que, enfim encontram a sua “outra metade” sentem-se preenchidos, e vivenciam a sensação de felicidade plena. Contudo, passada esta fase inicial do relacionamento ficam nítidos os padrões disfuncionais de conformidade do cônjuge codependente, tais como: comprometer seus próprios valores e integridade para evitar a rejeição e a raiva do outro; hipersensibilidade aos sentimentos do outro, fazendo com que os assumam como seus; lealdade extremada, sendo incapaz de romper situações penosas, permanecendo nestas por muito tempo; supervalorização das opiniões e dos sentimentos dos outros, temendo expressar pontos de vista e sentimentos contrários; deixar de lado interesses pessoais e em prol do que pensa que os outros querem; podem aceitar o sexo como substituto do amor (CODA, 2012).

Ao passo que estes começam a se deparar com a realidade de que as emoções não podem ser preenchidas como almejavam, passam do alto grau de expectativa sobre o outro à severa frustração, e o casamento se dissolve rapidamente sob uma tempestade de amarguras, decepções e raiva. Todavia, devido ao sentimento de um pelo outro ser veementemente intenso, o casal ilusoriamente tem a certeza de que aquilo é amor e não conseguem enxergar o que há de errado com tal ânsia devoradora que eles cultuam.

Deste modo, o resultado é que a partir daí ambos começam a se sentir sugados e sufocados, devido a cada um estar tentando puxar do outro o pedaço que lhe falta, e desenvolvem em seu interior o sentimento de que estão sendo violados – a violência – explorados. Deste modo, este sentimento de violação vai se tornando fonte de hostilidade e ressentimento e, depois de instalada a relação de dependência mútua, ao invés de serem desenvolvidas relações familiares pautadas no afeto e no “*verdadeiro amor*”, são desenvolvidas relações de recíproca fome de amor (HEMFELT; MINIRTH; MEIER 1989, p. 113).

De acordo com os autores (HEMFELT; MINIRTH; MEIER, 1989) tal fato se dá pela baixa percepção realista de si mesmo, que leva o codependente no relacionamento conjugal a buscar se absorver para dentro do seu cônjuge, na falta de uma delimitação de si próprio, derivada da incerteza de “*quem sou eu?*”, acabando por se misturar confusamente na identidade deste, configurando assim um padrão recorrente de estabelecimento de relacionamentos afetivos disfuncionais e destrutivos.

Relacionando agora a codependência à ótica da Gestalt-terapia, tema do próximo capítulo, podemos observar em tal transtorno um padrão disfuncional e cristalizado de relacionamento pautado pelo vínculo dependentemente doentio. Tal forma de se relacionar, para esta teoria diz respeito à resistência ou bloqueio de contato denominado *Confluência*. O indivíduo confluyente, dependente emocionalmente possui severa resistência às diferenças, à mudança, ao novo e, sobretudo à separação. Conforme aponta Perls (1997, p. 252), no relacionamento confluyente “não há nenhuma satisfação consciente nele, mas somente uma sensação de segurança.”.

Estamos nos referindo à condição de inexistência de barreira entre o indivíduo e o meio, no qual a sensação é que ambos são um só. Deste modo, Perls (1988) coloca que o homem que está em confluência patológica amarra suas necessidades, emoções e atividades

em um amontoado de completa confusão até que não mais se dá conta do que quer fazer e de como está impedido de fazê-lo.

Portanto, a partir de uma união sem a delimitação de fronteiras sadias entre o Eu e o outro, conforme nos aprofundaremos a seguir, vemos nitidamente uma mistura entre dois indivíduos que buscam ser um só, negligenciando as próprias necessidades em prol da sensação de pertencimento. Mesmo sendo a relação confluyente, para a Gestalt-terapia caracterizada como um padrão de relacionamento patológico que violenta de forma velada à individualidade, identidade, singularidade e tudo aquilo que faz com que haja diferenciação entre os indivíduos, estes são reféns do apego ao antigo, do medo da mudança, da separação e da individuação (D'ACRI, 2007).

A partir da premissa de que relações codependentes, confluentes e prevalentemente dependentes não se tratam da manifestação do amor, e sim de uma natureza simbiótica que transforma o outro em “objeto” para a satisfação das próprias necessidades emocionais básicas, temos um movimento contrário a real capacidade de amar e aceitar a si e ao outro como seres únicos, inteiros e diferenciados (CARDELLA, 1994).

4 O AMOR CONFLUENTE À LUZ DA GESTALT-TERAPIA

Na confluência, o ter presente é reduzido a nada. No contato, o ter presente é intenso. (PERLS, 1979, p. 108)

Tratando dos aspectos não saudáveis que percorrem as relações amorosas, temos dentro da perspectiva da Gestalt-terapia alguns mecanismos psicológicos, conhecidos como resistências ou *bloqueios de contato*, que se caracterizam por impedir o crescimento individual global e, por conseguinte, a atualização do potencial amoroso. De acordo com Cardella (1994) os bloqueios ocorrem na fronteira de contato entre o indivíduo e o meio, e dizem respeito às atitudes, crenças, sentimentos e mecanismos de defesa do indivíduo. Destacam Ginger e Ginger (1995) que tais resistências podem ser consideradas saudáveis quando dentro de uma perspectiva de reação a adaptação, contudo, no presente trabalho nos ateremos especificamente à sua configuração neurótica, cristalizada e contrária ao equilíbrio psicossocial.

Primeiramente, vamos discorrer a respeito do conceito de contato para a referida abordagem. Segundo Ribeiro (2007), trata-se da totalidade emocional e do jeito do indivíduo ser e se expressar, no qual a união e a separação estão contidas e promovem a equilibração organísmica. Para o autor (RIBEIRO, 2007, p. 49):

Contato é um ato de autoconsciência totalizante, envolvendo um processo no qual as funções sensoriais, motoras e cognitivas se unem, em complexa interdependência dinâmica, para produzir mudanças na pessoa e na sua relação com o mundo, através da energia de transformação que opera em total interação na relação sujeito-objeto.

Ribeiro (2007) coloca que no contato nos dividimos entre *observador da realidade externa* – que me observa e me influencia; e *observado* – quando observo a mim mesmo, me distinguindo do mundo externo. Ou seja, é pelo contato, fruto da relação de *awareness*⁷ do ser particular com o ambiente que nos percebemos como únicos e singulares, sendo capazes de

⁷“Awareness” é um dos conceitos fundamentais da Gestalt-terapia, por isso preferimos não traduzi-lo. Segundo Yontef (1998, p. 215), “awareness é uma forma de experienciar; é o processo de estar em contato vigilante com o evento mais importante do campo indivíduo/ambiente, com total apoio sensorio motor, emocional, cognitivo e energético”.

reconhecer nossos limites, dificuldades e potencialidades. Além disso, é através do contato que nos integramos com o que está externo a nós, assimilando o que é nutritivo e rejeitando o que é nocivo, primando, essencialmente pela manutenção da nossa qualidade de vida psíquica e orgânica.

A palavra 'contato' tem sido utilizada para definir o intercâmbio entre o indivíduo e o ambiente que o circunda dentro de uma visão de totalidade, visto que organismo e meio são um todo indivisível. Contato, desse modo, refere-se aos ciclos de encontros e retiradas no campo organismo/meio (SILVEIRA; PEIXOTO, 2012, p. 15)

Aponta Silveira (2012) que no contato temos o encontro de singularidades, que se estranham e se entranham permitindo que surja uma terceira singularidade. Contudo, um bom contato ocorre somente quando se entende que (01) pessoa + (01) pessoa = duas (02) pessoas, sendo a união delas derivada da relação. (FUKUMITSU, 2011). Referente a isto, inteira Ribeiro (2007, p. 50):

O contato é fruto da relação de diferença eu-mundo, eu no mundo. Síntese harmoniosa de diferenças, torna-se uma força transformadora porque traz no seu processo, elementos buscados na semelhança existente entre seres diferentes e cujas energias confluem na produção de um terceiro elemento unificador.

O contato acontece numa fronteira, numa instância permeável de energia pulsante. (POLSTER; POLSTER, 2001) Diferentemente daquela fronteira que estamos acostumados a retratar no senso comum, cuja separação entre espaços é em si sua função principal, a *fronteira de contato* não separa o organismo do seu ambiente, pois significa a totalidade entre estes. É a fronteira de contato que delimita, diferencia e protege, e por ser permeável, permite a troca entre o eu e o não-eu, possibilitando a experiência, o encontro com as diferenças, com o novo, num relacionamento fluido de aproximação e retraimento, que leva à transformação. (FUKUMITSU, 2011)

Assim como o contato, os bloqueios de contato também acontecem na fronteira, sobretudo quando as funções desta encontram-se adoecidas e não há mais o respeito dos limites entre organismo e ambiente. Como pudemos observar, fronteiras sadias são permeáveis, permitindo transações entre o organismo e o meio (YONTEF, 1998). Deste modo, se a fronteira de contato encontra-se fechada, leva ao isolamento do organismo que se fecha para o exterior, e tenta ser auto-suficiente. Assim como, por outro lado, se a fronteira de

contato está aberta demais a autonomia do organismo fica prejudicada, perdendo a própria identidade independente devido à confluência/fusão com o meio. (YONTEF, 1998) Portanto, na fronteira de contato adoecida vemos o total mergulho/fusão ou a separação/isolamento, configurados na dificuldade de diferenciação do indivíduo com o meio e na fluidez desregulada no processo de ir e vir, tornando-se um grande impedimento para o contato. Neste ponto, conforme salienta Cardella (1994) temos o surgimento de uma auto-regulação neurótica.

Mais especificamente, o indivíduo com a qualidade de contato empobrecida reduz drasticamente a ampliação da, isto é, a capacidade de integração daquilo que faço (o que) e a maneira de interagir (como). Este passa a se relacionar consigo mesmo e com o mundo de forma distorcida, deixando de compreender a realidade das experiências e se afastando das próprias necessidades (FUKUMITSU, 2011). Temos aqui um solo fértil para a instauração da neurose, considerada por Fritz Perls um sintoma de maturação incompleta: “Um neurótico é incapaz de enxergar o óbvio. Ele perdeu os sentidos.” (PERLS, 1979, p. 33).

Conforme citamos anteriormente, contato pleno é mudança, é auto-regulação organísmica, é saúde. A partir do momento em que o indivíduo perde a capacidade de discriminar o que sente, faz e necessita, interrompe o contato e cai num ciclo de repetição doentio onde não há lugar para o novo, nem tampouco para a satisfação plena das necessidades. É a partir daí que temos as chamadas resistências ou bloqueios de contato, consideradas por Ribeiro (2007, p. 53) como “formas desesperadas de manter, a qualquer custo a relação organísmica eu-mundo como uma tentativa de equilíbrio possível”. Embora estas sejam formas disfuncionais de contato e prejudiquem o processo de auto-realização, garantem inadequadamente proteção e segurança ao indivíduo.

No tocante aos bloqueios de contato, iremos nos ater no presente estudo àquele caracterizado pela mistura/fusão entre os indivíduos, claramente observado nos relacionamentos codependentes, em que a fronteira de contato é ausente, não havendo consciência e discriminação entre o eu e o outro, sendo a separação tida como ameaçadora. Estamos nos referindo ao bloqueio da *Confluência*⁸, cujo senso de Eu do indivíduo vai para o fundo, enquanto que a figura torna-se o “*nós*”, cristalizada, numa tentativa de diminuição das diferenças. Para Perls (1997, p. 252), “confluência significa a não-existência ou a

⁸ O significado do termo “confluência”, de acordo com Aurélio (2014), diz respeito à ação de confluir, dirigir-se ao mesmo ponto, de forma a juntar-se, unir-se. Disponível em: <<http://www.dicionariodoaurelio.com/confluencia>>. Acesso em: 10 jan. 2015.

não-consciência de fronteiras”. Sendo assim, conforme assinala Ribeiro (2007, p. 50) temos que:

[...] na razão em que mergulho minha realidade na realidade do outro, e vou extinguindo as relações subjetivas eu-mundo dentro de mim mesmo, perco minha individualidade e o sentido de minha individuação. Posso terminar confluindo neuroticamente com o mundo fora de mim. O contato deixa de ser um processo transformador positivo para se tornar negativamente transformador.

Tal bloqueio de contato pode ser observado nos diversos tipos de relacionamentos interpessoais, sendo veementemente evidenciado nos relacionamentos codependentes entre familiares, cônjuges, amigos, etc. Deste modo, especialmente nos relacionamentos afetivos, temos a distorção do significado do amor como contato pleno para a forma confluyente de amar, aquela idealizada no “amor-romântico” ou “amor-paixão”, vivida de forma intensa e cristalizada, sem espaço para as diferenças e singularidades, sendo, por conseguinte permeada pela angústia de separação e sofrimento.

Para a Gestalt-terapia, conforme afirma Cardella (1994) o amor nada mais é do que contato, isto é, a capacidade de se aproximar e se afastar do outro com fluidez, respeitando seus limites e primordialmente a diferenciação, permitindo que amemos e confirmemos este outro tal como ele é, aceitando a sua singularidade. Entretanto, no amor confluyente “*nós existimos, eu não*”, sendo a redução das diferenças uma forma para sentir-se melhor, mesmo que gere sofrimento (RIBEIRO, 2007, p. 62).

Correlacionando os preceitos gestálticos à temática da Codependência nos relacionamentos afetivos, podemos observar com clareza a evitação do contato, sobretudo na busca incessante do mergulho de uma realidade noutra, na tentativa de transformar (01) pessoa + (01) pessoa = uma (01). Nestes casos, afirmam Polster e Polster (2001) que devido à interrupção do contato, vivenciar a própria subjetividade e alteridade se tornam experiências perturbadoras e dolorosas. O contato aqui, portanto, deixa de ser fonte de cura, e passa a ser fonte de adoecimento, comprometendo o crescimento pessoal e a qualidade dos relacionamentos.

Ao aprofundarmos na estrutura relacional do codependente é possível perceber que se trata de uma patologia neurótica, decorrente de uma maturação incompleta, em que há clara perda dos próprios sentidos, do próprio fluxo de funcionamento orgânico,

impossibilitando, assim o indivíduo de ver o óbvio e desembocando em ajustamentos disfuncionais e cristalizados num ciclo relacional viciante e destrutivo (PERLS, 1979).

Concernente à minha prática clínica junto a clientes que apresentam severa necessidade de fusão com o outro, pude notar um esforço deliberado e constante pela busca de se sentirem semelhantes nos seus diversos relacionamentos interpessoais, essencialmente nos amorosos. Tais clientes acabam apresentando obediência/subordinação patológica a valores, preferências e atitudes de outrem por forte resistência ao afastamento. (YONTEF, 1998) Além disso, estes clientes também investem substancialmente em “*agradar*” os outros mesmo sem terem sido solicitados, vivenciando em consequência disto constantes concessões pessoais e sensação frequente de insatisfação (RIBEIRO, 2007). Tais tentativas são, na realidade, frustrantes e não nutridoras, haja vista a negação das próprias necessidades e da própria singularidade em prol da sensação de pertencimento ao outro.

Além disso, observei que clientes emocionalmente dependentes possuem nos seus relacionamentos mais íntimos extrema dificuldade em saber o que é deles - o que lhes pertence, e o que é do outro - o que não lhes pertence, apresentando intensa dificuldade com limites nas diversas áreas das suas vidas. (PERLS, 1988, p. 52). Especificamente no transtorno da codependência, trata-se de pessoas que em fusão com o outro acabam assumindo completamente responsabilidades que não são suas, ou permitindo que assumam as suas próprias responsabilidades, mesmo que discordem (HEMFELT; MINIRTH; MEIER, 1989; RIBEIRO, 2007). Esta dificuldade com os próprios limites e com os limites alheios os levam a se relacionar naturalmente “invadindo” ou “se deixando invadir”, podendo nem perceber que agem desta forma.

A respeito desta permissividade contida no relacionamento confluyente, Ginger e Ginger (1987) expõem que se trata de uma forma de impedir qualquer possibilidade de confronto, mas também qualquer contato verdadeiro – ambos que implicam na diferenciação entre duas pessoas distintas, necessários em qualquer transformação e crescimento pessoal. Sendo assim, de acordo com Cardella (1994) o indivíduo confluyente apresenta bloqueios de crescimento cristalizados e permanece em estado de conflito, sofrimento e insatisfação, sendo estas polaridades opostas ao estado amoroso.

Assim como o bloqueio de contato da confluência, o transtorno emocional da codependência também apresenta um padrão relacional configurado pela ausência de fronteiras, de limites saudáveis. A partir disto, podemos considerar que pessoas que possuem a

fronteira nula perdem a capacidade de travar relacionamentos íntimos saudáveis, sendo os relacionamentos mais “bem sucedidos”, normalmente entre duas ou mais pessoas também confluentes e, especialmente no caso da codependência, o relacionamento se dá sempre com um cônjuge portador de algum problema significativo. Tais clientes apresentam cristalização e repetição de padrões concernentes às exigências às semelhanças e a baixa tolerância às diferenças nos seus relacionamentos, o que torna a abertura às novas experiências um risco muito grande, comprometendo, desta forma, a possibilidade ao crescimento (POLSTER; POLSTER, 2001).

Na realidade, percebo nitidamente em tais clientes que a dificuldade de amar e relacionar-se começa consigo mesmo. Na relação de dependência emocional patológica, conforme vimos, isenta de fronteira de contato, temos a qualidade do contato empobrecida. Desta forma, tais indivíduos submetidos à indiferenciação perdem a sua identidade (YONTEF, 1998), tornando baixíssimo o autoconhecimento e o reconhecimento dos próprios sentimentos, ações e principalmente necessidades, devido à constante auto-anulação, em prol das necessidades do outro. Por isso podemos notar que indivíduos confluentes apresentam forte sentimento de insegurança, baixa-estima e frustração, onde não se sentem capazes de se responsabilizar pela própria alimentação emocional, colocando altas expectativas de se sentirem “completas” no outro, tornando-se dependentes da nutrição psicológica no “nós” (PIMENTEL, 2011; POLSTER; POLSTER, 2001).

Em minha experiência de atendimento junto a indivíduos portadores do transtorno da codependência, pude observar nitidamente tal dificuldade, onde estes se colocam atados emocionalmente à outra pessoa “problemática”. Particularmente, costumo associar esta atadura ao cordão umbilical que liga o bebê à mãe, no qual, nos indivíduos codependentes este canal imaginário parece ser a principal fonte provedora de alimentos emocionais e de vida. Sem filtragem ou discriminação daquilo que está exterior a eles acabam assimilando passivamente tanto os alimentos positivos quanto os nocivos (PERLS, 1997).

A respeito da autopercepção destes, o autodesprezo, vulnerabilidade, passividade e submissão às apreciações e críticas dos outros, como se não tivessem seus próprios olhos, ouvidos e consciência são evidenciados. Além disso, conforme vimos no capítulo anterior os indivíduos codependentes possuem um histórico disfuncional da família de origem, e questões decorrentes desta desnutrição psicológica perduram no decorrer das suas vidas (HEMFELT; MINIRTH; MEIER, 1989; PIMENTEL, 2011).

Outro ponto claramente observado no *setting* terapêutico é a dificuldade dos clientes codependentes realizarem escolhas. Conforme aponta Ribeiro (2007, p. 52), “Uma pessoa com dificuldade de contato raramente sabe escolher”. Não sabendo selecionar o que é bom para si mesmo, a responsabilidade do direcionamento da própria vida é transferida ao outro, sendo mais fácil deixar que outros decidam por eles. Sobre tal aspecto, assinala Perls (1979, p. 29):

Entre os jogos os mais frequentes são os jogos de dependência: “Não posso viver sem você, querido. Você é tão grande, bom e sábio. Você resolve os meus problemas em troca do dinheiro que lhe dou - ou melhor ainda, porque gosta de mim tal como sou”

Tornando-se um hábito absorver-se da vida e do sofrimento do outro, por vezes me deparei com clientes codependentes apresentando necessidade de falarem das queixas e demandas de outrem no seu processo terapêutico, devido à severa dificuldade de falarem de si próprios, se colocando como incapazes de se reconhecerem e se responsabilizarem por suas necessidades e problemáticas. Neste sentido, acredito que a terapia torna-se um processo muito difícil de ser vivido para tais, pois vai contra a manutenção do ciclo de autoanulação e irresponsabilidade com os próprios sentimentos/comportamentos, trazendo à tona a busca pela própria existência, muitas vezes recebida de forma confrontativa e ameaçadora.

Diante desta perspectiva, os clientes codependentes estão sempre se referindo a eles mesmos na projeção do outro, muitas vezes negando suas próprias características, que são naturalmente enfatizadas na “pessoa problema” (HEMFELT; MINIRTH; MEIER, 1989). Um contexto bastante observado em diferentes indivíduos codependentes é: “*eu acho que ele deveria se cuidar, se tratar, fazer coisas por ele mesmo, pois só pensa na droga e só vive em função dela!* (ou qualquer outro objeto de compulsão/dependência)” – sendo que o próprio cliente atua de forma idêntica, vivendo a vida do outro e esquecendo de si mesmo.

Toda dependência emocional destes configura o medo do desapego, sobretudo pelo antigo, já acomodado e conhecido. Correr o risco de vivenciar situações novas e diferentes torna-se uma possibilidade de desestruturação deste equilíbrio obsoleto, e tudo que colocar em risco a manutenção desta confluência é rejeitado. Em consonância a tal conjuntura, destaca Ribeiro (2007) que, o estado de tudo igual, ou não-ameaça mantém os mecanismos de defesa do indivíduo programados para lidar com a rotina, não vivenciando o ter que escolher, a ameaça ou o possível perigo.

Segundo Hemfelt, Minirth e Meier (1989), para a manutenção da atadura emocional ao outro o codependente assume alguns papéis como forma de restringir veementemente o seu próprio sentido de identidade pessoal. Passando a “*ser e viver*” tanto a identidade quanto os problemas da outra pessoa, pode adquirir posturas até mesmo consideradas vangloriosas para si próprio e para a sociedade. Estamos nos referindo às posturas de “salvador” que acoberta e minimiza o prejuízo causado pelo outro; de “mártir”, que sacrifica a própria vida em prol do dependente, realizando diversas tentativas para este se recuperar do seu problema, o que lhe traz uma fugaz sensação de realização, utilidade e auto-afirmação; de “opressor” que culpabiliza o outro inteiramente pelos seus insucessos e problemas, não olhando para a própria responsabilidade; e de “vítima”, supervalorizando a autopiedade (HEMFELT; MINIRTH; MEIER, 1989).

Cabe destacar que muitos relacionamentos confluentes podem ser erroneamente confundidos com relacionamentos “perfeitos”, unidos e amorosos, em que se vê superficialmente uma totalidade harmônica entre dois seres completamente distintos que se misturam num só, sem a vivência das próprias alteridades e diferenças, numa relação não de amor, mas de dependência recíproca (POLSTER; POLSTER, 2001).

Polster e Polster (2001, p. 106) assinalam a respeito de tal conjuntura:

A confluência é uma corrida para quem tem três pernas, organizada entre duas pessoas que concordam em não discordar. É um contrato não expresso, muitas vezes com cláusulas ocultas e letras pequenas que talvez sejam conhecidas por apenas um dos sócios.

Segundo Cardella (1994), o relacionamento afetivo confluyente traz características de simbiose e dependência mútua, na qual o afastamento do outro é sentido como atemorizante. Desta forma, os casais confluentes vivenciam uma inibição de romper qualquer equilíbrio conquistado, onde nenhum dos parceiros se autoriza a menor atividade separada, considerada como “traição” (GINGER; GINGER, 1987).

Não obstante, quando uma das partes sente que violou o contrato, é tomada pelos sentimentos de culpa ou ressentimento, e se vê obrigada a ressarcir tal rompimento de alguma forma. Nestes casos os Polster e Polster (2001) colocam um desdobramento da confluência para a retroflexão⁹, quando um dos parceiros se permite viver algo da sua individualidade.

⁹“Processo através do qual desejo ser como os outros desejam que eu seja, ou desejo que eu seja como eles próprios são, dirigindo para mim mesmo a energia que deveria dirigir a outrem.” (RIBEIRO, 2007, p. 62).

Tida como uma transgressão, a culpa desta individualidade pode levar o indivíduo a punir a si mesmo, se desvalorizando e se desqualificando. Os autores afirmam ainda que o contato real com as exigências impostas por uma vida pode levar a uma ruptura da confluência, e geralmente acontece em casamentos em que os cônjuges por fim estão fartos um do outro.

Neste sentido, na maioria das vezes é somente quando ocorre a separação conjugal e diante da sensação de vazio que ela traz, que os indivíduos vão buscar ajuda psicológica. Percebo que os clientes que vivenciam uma separação abrupta se assemelham a órfãos, parecendo não haver nenhum sofrimento que supere o de se verem sozinhos, independentes, desligados daquela pessoa. Por isso, costumamos ver no trabalho junto a estes a busca imediata da recuperação daquela relação, mesmo que reconheçam ser dependentemente doentia. Por se tratar de uma patologia em que o novo é tido como ameaçador, torna-se mais fácil se submeter ao antigo que ao risco da mudança, como forma de resgatar o equilíbrio e a sensação de totalidade antes conquistada (RIBEIRO, 2007).

Ao passo, todavia, dos indivíduos não reatarem, buscam emendar um novo relacionamento como um meio à sobrevivência, por vezes podendo ser isento de satisfação consciente, tendo importância somente pela sensação de segurança reestabelecida (PERLS, 1997). Tal conjuntura se dá pelo desespero intenso mediante a solidão. Nestes casos é comum ouvir queixas como: *“não entendo esta separação, nós sempre nos demos tão bem”*, *“não sei o que vou fazer da minha vida sem ele/a”*; *“perdi o meu chão”*; *“perdi a vontade de fazer tudo em minha vida”*; *“sem ele/a nada mais faz sentido”*, *“sinto um vazio muito grande”*, como se estivéssemos lidando com um ser amputado ou nu, diante da realidade da vida.

Diz a física que *“dois corpos não podem ocupar o mesmo lugar no espaço”*, isto quer dizer que dois indivíduos não podem ter exatamente a mesma mente (POLSTER; POLSTER, 2001). Desta forma, dentro de uma relação de confluência patológica entre cônjuges, sobretudo no transtorno da codependência, a disfuncionalidade da dependência mútua altera o significado real do amor, que ao invés de fomentar a integração e diferenciação na relação, permitindo que se veja o outro tal como ele é, respeitando este ser como único e singular, se confunde, em contrapartida com uma violência relacional velada, que invade e se deixa invadir, perdendo de vista, sobretudo a alteridade e o crescimento dos indivíduos.

Deste modo, nos relacionamentos interpessoais, especificamente os amorosos, nos quais atitudes e mecanismos emocionais patológicos estão presentes, temos um grande

gerador de sofrimento. Sendo assim, fica claro que a confluência é uma base frágil para um relacionamento e, isento de estruturação, tem como alicerce a dependência recíproca, e não o amor.

5 CONCLUSÃO

Este trabalho teve como objetivo abordar os aspectos disfuncionais presentes nas relações amorosas pautadas pelo vínculo de dependência patológica, no qual pudemos salientar o Transtorno Emocional da Codependência nos relacionamentos conjugais, visto a partir da ótica da teoria da Gestalt-terapia.

Conforme apresentamos no princípio do estudo, a tentativa de se compreender o fenômeno do amor e suas múltiplas formas é um tema ainda bastante recorrente na atualidade, apesar de já ter sido intensamente explorado na literatura universal, por séculos a fio. Após percorrermos brevemente por algumas das suas importantes concepções, vimos a partir do *Amor mútuo* de Aristófanes em “*O Banquete*”, e do *Amor-românico* da Idade Média, o quanto as relações afetivas podem ser marcadas pela idealização de um amor pautado pelo vínculo da dependência emocional. Sendo, portanto, a principal característica desta manifestação do amor a absorção de um parceiro no outro, possibilitada pela isenção de barreiras ou limites, a busca pela fusão é considerada por muitos indivíduos como sinônimo da felicidade plena e solução ao pavor da solidão.

Todavia, esta perspectiva de relacionamento é na realidade um solo fértil para a instauração de conflitos, sofrimento e adoecimento dos indivíduos. Pudemos constatar, a

partir da exemplificação da estrutura patológica do amor no Transtorno Emocional da Codependência que as relações conjugais codependentes vivenciam a experiência de amar basicamente pela necessidade de fusão e mistura com outro indivíduo portador de algum tipo de adicção ou problema significativo, no qual o codependente se autoanula em prol das necessidades alheias e da sensação de pertencimento, bem como apresenta a compulsão em agradar e se responsabilizar por problemas que não são seus, sobretudo, pelo pavor da separação. Além disso, evidenciamos que a origem do desenvolvimento da codependência está associada ao estado de fome emocional dos indivíduos que buscam, nos seus relacionamentos amorosos, suprir as sequelas emocionais deixadas pelas marcas de uma infância permeada pela experiência da ausência de reconhecimento, confirmação, amor, carinho e respeito à sua singularidade.

Ao nos aprofundarmos nesta dinâmica relacional, a partir dos preceitos da Gestalt-terapia, foi possível destacar o cerne da estrutura conjugal codependente a partir do bloqueio de contato da Confluência. Tal mecanismo de resistência, conforme apresentamos, diz respeito à evitação do contato pleno, na busca incessante do mergulho de uma realidade noutra. Deste modo, na tentativa de diminuir as diferenças, transformar (01) pessoa + (01) pessoa = uma (01) torna-se o objetivo principal da relação. Percebemos ainda que no relacionamento confluyente não há espaço para a apreciação e o reconhecimento das singularidades dos indivíduos que, pelo contrário, perdem veementemente a capacidade de discriminar o que realmente sentem, fazem e necessitam, impedindo, assim a satisfação das próprias necessidades, o crescimento pessoal e, por conseguinte do potencial amoroso e do relacionamento.

Devemos destacar, entretanto, que foi a confluência que inspirou Perls a compor a “Oração da Gestalt”:

Eu sigo meu caminho, você segue o seu. Eu não estou neste mundo para corresponder às suas expectativas, e você não está neste mundo para corresponder às minhas. Você é você e eu sou eu... E se, por acaso, nos encontrarmos, é maravilhoso! Se não, nada podemos fazer!

Desta forma, quando falarmos do verdadeiro significado do amor, estamos falando de contato, isto é, a capacidade de se aproximar e se afastar do outro com fluidez, respeitando seus limites e primordialmente a diferenciação, permitindo amar e confirmar este outro tal como ele é, aceitando a sua singularidade. Portanto, no estado amoroso somos capazes de

aceitar as diferenças e convivemos com as mudanças do outro, diferentemente do que percebemos na relação confluyente e codependente onde se evita a todo custo qualquer possibilidade de mudança, sendo vista como ameaçadora da manutenção do relacionamento doentio.

Partindo do pressuposto de que o potencial amoroso é desenvolvido a partir da capacidade do indivíduo de ser único, inteiro e diferenciado, nos relacionamentos dependentemente emocionais o que vemos é um intenso sofrimento e infelicidade, justamente por envolver, sobretudo, a perda da identidade dos indivíduos. E, ao ignorarem a possibilidade do reconhecimento da própria singularidade e do outro, bem como das diferenças, perdem de vista a riqueza da autenticidade e do encontro com o novo. Sendo assim, tratando-se de uma configuração disfuncional de relacionamento, vai contra ao objetivo real do *amor*, que é o de possibilitar o verdadeiro Encontro entre os indivíduos, envolvendo acima de tudo maturidade emocional, responsabilidade pela própria existência, auto-sustentação e independência em relação aos demais.

Não obstante, diferentemente do que se possa pensar, o contrário de codependência não é independência, mas interdependência. Isto é, o reconhecimento de si e do outro, a partir da autoconfiança e autoestima desenvolvidas, valorizando-se a importância da mutualidade e reciprocidade, contudo, mantendo-se o autoconceito preservado, não havendo assim espaço para a necessidade de complementação pelo outro enquanto fonte única de sobrevivência emocional. Tal como observamos no funcionamento sadio da fronteira de contato, é justamente o seu caráter permeável que possibilita a troca entre o eu e o “não-eu”, bem como a experiência do encontro com as diferenças, com o novo, num relacionamento fluido de aproximação e retraimento, que leva à transformação.

Durante o desenvolvimento do trabalho foi possível perceber o quanto a aplicação dos preceitos teóricos da Gestalt-terapia foram elucidadores sobre a estrutura relacional do Transtorno Emocional da Codependência, possibilitando um novo olhar sobre o seu conceito, ainda pouco disseminado. Primordialmente foi possível constatar no mecanismo de resistência do contato da Confluência o quanto a dependência emocional expressa o funcionamento relacional do indivíduo com ele mesmo, bem como com o outro e com o mundo. Neste aspecto pudemos nos aprofundar especificamente nos alicerces frágeis estabelecidos pela relação codependente, tendo como base o conceito de amor confluyente para a abordagem, no qual pudemos concluir claramente que em tal patologia o que é desenvolvido não é um

vínculo genuíno entre os cônjuges, que de maneira cristalizada tentam extrair do outro os suprimidos deficientes de si próprio, na busca de encontrar a própria identidade no parceiro.

Deparamo-nos também com a limitação do tema, onde, infelizmente não foi possível aprofundarmos nos demais bloqueios de contato existentes e, para nós, nitidamente evidentes em tal patologia, como por exemplo: fixação, deflexão, introjeção, projeção, proflexão, egotismo e, especialmente retroflexão. Não obstante emergiu também o desejo do aprofundamento nas possíveis soluções desta abordagem a tais bloqueios onde, segundo a visão de homem pautada na capacidade de autorregulação orgânica, pudemos vislumbrar a importância da capacidade de ressignificação das experiências e conflitos existenciais a partir do contato, do autoconhecimento e reconhecimento das próprias disfuncionalidades e potenciais, e a partir da tomada de consciência de quem se é temos um agente facilitador para as mudanças e transformações que levam à saúde emocional e relacional do indivíduo. São, contudo, temas interessantes para uma próxima pesquisa.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARANHA, M. L. A.; MARTINS, M. H. P. **Temas de filosofia**. 3. ed. São Paulo: Moderna, 2005.

ALLY, E. Z. **Codependência ou Dependência Emocional: o que é?** São Paulo, 2013. Disponível em: <<http://www.elizabethzamerul.com.br/codependencia.php>>. Acesso em: 23 mar. 2015.

BALLONE, G. J. **Codependência**. Disponível em: <<http://www.psiqweb.med.br/site/?area=NO/LerNoticia&idNoticia=24>>. S.l., 2008. Acesso em: 22 fev. 2015.

BEATTIE, M. **Co-dependência nunca mais**. Rio de Janeiro: Nova Era, 2007.

BEAUVOIR, S. **O Segundo Sexo: a experiência vivida**. Tradução de S. Milliet. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990. v.2.

BENTO, V. E. S. Tóxico e adicção comparados a paixão e toxicomania: etimologia e psicanálise. **Psicologia USP**, São Paulo, v. 17, n. 1, p. 181-206, 2006. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-65642006000100011&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 06 jan. 2015.

BRAZ, A. L. N. Origem e significado do amor na mitologia greco-romana. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 22, n. 1, p. 63-75, 2005. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2005000100008>. Acesso em: 28 jan. 2015.

CARDELLA, B. H. P. **O amor na relação terapêutica: uma visão gestáltica**. 4. ed. São Paulo: Summus, 1994.

CARVALHO, L. S.; NEGREIROS, F. A co-dependência na perspectiva de quem sofre. **Boletim de Psicologia**, São Paulo, v. 61, n. 135, p. 139-148, 2011. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0006-59432011000200002&script=sci_arttext>. Acesso em: 21 mar. 2015.

CHAUÍ, M. **Introdução à Filosofia: dos pré-socráticos a Aristóteles**. São Paulo: Companhia das Letras, v. 1, 2002.

CODA. O que é Codependência. Codependentes Anônimos. S.l., 2012. Disponível em: <<http://www.codabrasil.org.br/o-que-e-codependencia-2/>>. Acesso em: 15 mar. 2015.

D'ACRI, G. Confluência. In: D'ACRI, G.; LIMA, P.; O., Sheila. **Dicionário de**

Gestalt-terapia: “Gestaltês”. São Paulo: Summus, 2007b. p. 52-54.

FELIPE, J. Do amor (ou de como glamourizar a vida): apontamentos em torno de uma educação para a sexualidade. In: III Seminário Corpo, Sexualidade e Gênero: discutindo práticas educativas, 2006, Porto Alegre. **Anais eletrônicos...** Porto Alegre: UFRGS, 2006. CD-ROM.

FRANÇA, S. M. **Co-dependência:** quando o amor se transforma num inferno. S.l., 2012. Disponível em: <<http://oficinadepsicologia.blogs.sapo.pt/143738.html?thread=77178>>. Acesso em: 24 mar. 2015.

FUKUMITSU, K. O. **Suicídio e Gestalt-terapia.** 2 ed. São Paulo: Digital Publish & Print, 2012.

GINGER, S.; GINGER, A. **Gestalt:** uma terapia do contato. 4 ed. São Paulo: Summus, 1995.

HEMFELT, R.; MINIRTH, F.; MEIER, P. **O amor é uma escolha:** recuperação para relacionamentos codependentes. Rio de Janeiro: Fator Meio Consultoria, Produções, Editora Ltda. 1989.

JAEGER, W. **Paidéia:** a formação do homem grego. Tradução de A. M. Parreira. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

JAPIASSÚ, H. **Introdução ao pensamento epistemológico.** Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1934.

OLIVEIRA, A.P. Co-dependência é um distúrbio mais frequente do que se imagina. **Folha de São Paulo Online**, São Paulo, 12 ago. 2004. Disponível em: <<http://www1.folha.uol.com.br/folha/equilibrio/noticias/ult263u3696.shtml>>. Acesso em: 22 fev. 2015.

PERLS, F. S. **Escarafunchando Fritz:** dentro e fora da lata de lixo. São Paulo: Summus, 1979.

PERLS, F.; HEFFERLINE, R.; GOODMAN, P. **Gestalt-terapia.** 2 ed. São Paulo: Summus, 1997.

PERLS, F. **A Abordagem Gestaltica e Testemunha Ocular da Terapia.** 2 ed. Rio de Janeiro: LTC, 1988.

PIMENTEL, A. **Violência Psicológica nas Relações Conjugais:** pesquisa e intervenção clínica. São Paulo: Summus, 2011.

PLATÃO. **O Banquete.** 3. ed. Mem Martins: Europa-América, 2000.

PLATÃO. **O Banquete**. [S.l.: s.n.]. 2013. (Coleção Clássicos da Literatura). Livro Digital.
POLSTER, E.; POLSTER, M. **Gestalt-terapia Integrada**. São Paulo: Summus, 2001.

PRETTO, Z.; MAHEIRIE, K; TONELI, M. J. F. Um olhar sobre o amor no ocidente. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 14, n. 2, p. 394-403, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-73722009000200021&script=sci_arttext>. Acesso em: 20 jan. 2014.

RIBEIRO, J. P. **O ciclo do contato**: temas básicos na abordagem gestáltica. 4 ed. São Paulo: Summus, 2007.

SARTRE, J. P. **Situações I**. Tradução de R. M. Gonçalves. Lisboa: Publicações Europa-América, 1968.

SARTRE, J. P. **O Ser e o Nada**: ensaio de fenomenologia ontológica. Tradução de P. Perdigão. 13. ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2005.

SILVEIRA, T. M.; PEIXOTO, P. T. C. **A Estética do Contato**. Rio de Janeiro: Arquimedes Edições, 2012.

STAMATEAS, B. **Emoções tóxicas**: como se livrar dos sentimentos que fazem mal a você. Rio de Janeiro: Julio Silveira, 2010.

VILLA-SÁNCHEZ, A.; ESCRIBANO, E. A. **Medição do autoconceito**. Bauru: Edusc, 1999.

YONTEF, G. M. **Processo, Diálogo e Awareness**: ensaios em gestalt-terapia. 3 ed. São Paulo: Summus, 1998.

ZAMPIERI, M. A. J. **Co-dependência**: O transtorno e a intervenção em rede. São Paulo: Agora, 2004a.

ZAMPIERI, M. A. J. Transtorno de personalidade codependente: discussão sobre a classificação diagnóstica e manifestações sistêmicas. **Revista Brasileira de Psicoterapia**, Porto Alegre, v. 6, n. 2, p. 123-134, 2004b.

ZAMPIERI, M. A. J. **Padrão de Codependência e Prevalência de Sintomas Psicossomáticos**. Dissertação (Pós-graduação em Medicina e Ciências Correlatas) - Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto, São José do Rio Preto São José do Rio Preto, 2004.

ZINKER, J. **Processo Criativo em Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 2007.