

**A (RE)ESTRUTURAÇÃO DO SELF DA MULHER DIANTE DA VIOLÊNCIA
PSICOLÓGICA E DEPENDÊNCIA AFETIVA: UM ESTUDO DE CASO À LUZ DA
ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA**

Ana Luisa Juchem Von Borstel¹
Chancarlyne Vivian²

Resumo

Este resumo apresenta um estudo de caso, de abordagem qualitativa, fundamentado em um relato de experiência de estágio em atendimento clínico, com o objetivo de analisar os impactos da violência psicológica e da dependência afetiva na estruturação do self de uma mulher, bem como os caminhos para sua reestruturação a partir da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), de Carl R. Rogers. A violência psicológica e a dependência afetiva configuram-se como fenômenos complexos, frequentemente associados a relações marcadas por assimetria de poder, que fragilizam a autoestima, a autonomia e a congruência do indivíduo consigo mesmo. Os atendimentos foram realizados na Clínica-Escola de Psicologia da UNOESC, campus São Miguel do Oeste/SC, com uma cliente de 42 anos, identificada por nome fictício, que vivenciava um relacionamento conjugal de longa duração permeado por violência psicológica e dependência emocional. A intervenção clínica pautou-se integralmente nos princípios da ACP, especialmente nas atitudes facilitadoras de empatia, consideração positiva incondicional e congruência por parte da estagiária. Os resultados evidenciaram que a internalização de condições de valor impostas pelo

companheiro contribuiu para a constituição de um self incongruente, sustentado por sentimentos de culpa, insegurança e desvalorização pessoal. Ao longo do processo psicoterapêutico, observou-se um movimento progressivo de fortalecimento do locus interno de avaliação, maior simbolização das experiências vividas e resgate da confiança em suas próprias percepções. A decisão autônoma pela separação configurou-se como um marco no rompimento do ciclo de violência e dependência. Conclui-se que a ACP se mostrou eficaz na promoção da reestruturação do self, favorecendo a autonomia, a congruência e o fortalecimento emocional de mulheres em situação de violência psicológica e dependência afetiva.

Palavras-chave: Psicoterapia; Violência Psicológica; Humanismo; Self.

Introdução

A violência psicológica e a dependência afetiva configuram-se como fenômenos complexos que impactam profundamente a constituição do self, especialmente em contextos relacionais marcados por assimetria de poder e sofrimento emocional prolongado. No âmbito da prática clínica em Psicologia, tais vivências demandam intervenções fundamentadas em abordagens que favoreçam a escuta sensível, o acolhimento e a promoção da autonomia subjetiva. Nesse sentido, a Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), desenvolvida por Carl R. Rogers, destaca-se por compreender o indivíduo como protagonista de seu processo de mudança, enfatizando a tendência atualizante e a capacidade de reorganização interna diante de experiências significativas.

O presente trabalho consiste em um estudo de caso, de abordagem qualitativa, fundamentado em um relato de experiência de estágio no contexto do atendimento clínico. Teve como objetivo analisar os impactos da violência psicológica e da dependência afetiva na estruturação do self de uma mulher, bem como os caminhos para sua reestruturação por meio de atendimentos psicoterapêuticos orientados pela Abordagem Centrada na Pessoa. Os atendimentos foram realizados na Clínica-Escola de Psicologia da

UNOESC, campus São Miguel do Oeste/SC, com uma cliente de 42 anos, identificada por nome fictício, que vivenciava um relacionamento conjugal de longa duração marcado por dependência afetiva e violência psicológica, sendo a intervenção pautada nas atitudes facilitadoras de empatia, consideração positiva incondicional e congruência por parte da estagiária.

Desenvolvimento

A violência psicológica, manifestada por meio de condutas como humilhação, isolamento e desvalorização, e a dependência afetiva, caracterizada pela submissão e anulação do eu em função do outro, constituem fenômenos complexos que fragilizam profundamente a autoestima e a autonomia femininas, frequentemente enraizados em estruturas sociais patriarcais. Sob a ótica da ACP, compreende-se que tais experiências podem levar à atitudes de incongruência, em que a pessoa se distancia de sua experiência orgânica real para atender a condições de valor externas, resultando em um self fragilizado e inautêntico. As condições de valor, na teoria rogeriana, são obstáculos básicos à precisão de percepção e à tomada de consciência realista, constituindo um impedimento para o indivíduo viver plenamente no presente e estar aberto às experiências da vida (Rogers, 2009). A presença dessas condições condiciona a viver com base na expectativa do olhar do outro, condição comum na dependência afetiva e na violência psicológica. O processo terapêutico com Angelina permitiu identificar como a internalização de "condições de valor" impostas pelo ex-marido – como a culpa pela violência sofrida e a distorção da agressão como manifestação de amor – resultaram em um self incongruente. Sua autoestima estava externamente referenciada, gerando profunda insegurança e dificultando a ruptura do ciclo de violência e dependência. Através do vínculo terapêutico seguro e empático, foi possível observar um movimento progressivo de reestruturação. A cliente começou a resgatar a confiança em suas percepções, simbolizando suas experiências de forma mais adequada e integrando-as à sua estrutura de self. Um marco significativo foi a decisão autônoma de Angelina pela separação,

que representou a quebra concreta do ciclo de dependência e violência. A análise das falas ao longo das sessões evidenciou a transição de um estado de manifestações de insegurança e culpa para uma maior clareza e valorização de suas experiências internas, culminando em uma maior congruência entre seus sentimentos, percepções e ações. Esse processo ilustra a tendência atualizante se manifestando, facilitada por um relacionamento terapêutico que ofereceu as condições necessárias para o crescimento pessoal, conforme postulado por Rogers.

Considerações Finais

Conclui-se que a violência psicológica e a dependência afetiva são fenômenos que contribuem para fragilizar a estruturação do self da mulher, promovendo a incongruência e a submissão a valores introjetados externamente. Com a disponibilização de um espaço de escuta e acolhimento através das atitudes facilitadoras da ACP, uma reestruturação na maneira como a cliente se percebe em relação aos seus afetos se concretizou, demonstrando um maior nível de confiança em si mesma e em sua capacidade de agir a partir de seu locus interno de avaliação das experiências. A criação de um setting terapêutico pautado na aceitação incondicional, na compreensão empática e na congruência fortaleceu sua autonomia e capacidade de tomar decisões alinhadas com seu self real. O estudo reforça a importância do olhar humano para essas temáticas, destacando o potencial transformador da relação de ajuda no fortalecimento de mulheres em situação de violência e dependência afetiva.

Referências Bibliográficas

Amatuzzi, Mauro Martins.. Psicologia fenomenológica: uma aproximação teórica humanista. Estudos de Psicologia (Campinas), v. 26, n. 1, p. 93–100, jan. 2009.

Bution, Denise Catricala; Wechsler, Amanda Muglia. Dependência emocional: uma revisão sistemática da literatura. Est. Inter. Psicol., Londrina, v. 7, n. 1, p. 77-101, jun. 2016. Disponível em

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072016000100006&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 11 set. 2025.

Fonseca, Paula Martinez da; Lucas, Taiane. Violência doméstica contra a mulher e suas consequências psicológicas. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública, Salvador, 2006.

Hooks, bell. O feminismo é para todo mundo: políficas arrebatadoras. 13 ed. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2020.

Rogers, C. R.; Kinget, G. M. Psicoterapia e relações humanas (2ª ed.). Belo Horizonte: Interlivros, Vol 1-2. 1977.

Rogers, Carl. Terapia centrada no cliente. São Paulo: Martins Fontes, 1992. (Original publicado em 1951).

Rogers, C. R. Tornar-se pessoa (6ª ed.). São Paulo: WMF Martins Fontes. 2009.

Santos, Thayne de Oliveira; Camargo, Murilo Reis. Dependência emocional em relacionamentos conjugais: possíveis fatores e consequências. Psicologia USP, v. 35, p. e220002, 2024.

Silva, Daniele da. Silva; Renata Limongi França Coelho Violência contra as mulheres nos relacionamentos conjugais e a dependência emocional: Fator que influencia a permanência na relação. Revista Multidisciplinar Humanidades e Tecnologia (Finom), 20(1), p. 328-340. 2020.

E-mails: anavonborstel00@gmail.com
chancarlyne.vivian@unoesc.edu.br