

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PSICANÁLISE
CURSO DE FORMAÇÃO EM PSICANÁLISE
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

Maria Cristina Gebara

DEPENDENCIA EMOCIONAL NA VISÃO PSICANALÍTICA

Sorocaba/SP

2023

**SOCIEDADE BRASILEIRA DE PSICANÁLISE
CURSO DE FORMAÇÃO EM PSICANÁLISE
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

Maria Cristina Gebara

DEPENDENCIA EMOCIONAL NA VISÃO PSICANALÍTICA

Artigo apresentado em cumprimento às exigências para a conclusão do Curso de Formação em Psicanálise.

Orientadora: Professora Marise Marcolan

Sorocaba/SP

2023

**SOCIEDADE BRASILEIRA DE PSICANÁLISE
CURSO DE FORMAÇÃO EM PSICANÁLISE
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

Maria Cristina Gebara

DEPENDENCIA EMOCIONAL NA VISÃO PSICANALÍTICA

Avaliado em _____ / _____ /

Nota Final:() _____

Professora Orientadora: Marise Marcolan

Professor(a) Examinador(a)

Sorocaba/SP

2023

Resumo

A dependência emocional é um estado em que uma pessoa se sente incapaz de viver sem o apoio e a aprovação de outra pessoa. Este trabalho de conclusão de curso tem como objetivo mostrar o que leva a pessoa a esse estado de dependência e as consequências ao longo da vida do dependente. Por meio de estudo de casos de pessoas e leitura de alguns livros, é possível entender melhor a respeito deste tema, compreendendo de que maneira a psicanálise pode contribuir com pessoas que procurem sua abordagem e que estejam vivendo nessas condições.

Palavras-chave: Dependência emocional, dependente, psicanálise.

Abstract

Emotional dependency is a state in which a person feels unable to live without another person's support and approval. This course completion work aims to show what leads the person to this state of dependence and the consequences throughout the dependent's life. Through case studies of people and reading some books, it is possible to better understand this topic, understanding how psychoanalysis can contribute to people who seek this approach and who are living in these conditions.

Keywords: Emotional dependence, dependent, psychoanalysis.

Introdução

Dependência emocional é um tema relevante e complexo que pode afetar os indivíduos em diferentes etapas da vida. Na visão da psicanálise, a dependência emocional é entendida como um tipo de relacionamento em que uma pessoa se torna excessivamente dependente de outra para suprir necessidades emocionais e afetivas.

Uma busca constante por tirar do outro algo que lhe dê segurança e colo, mas essas necessidades nunca são suficientemente supridas. Essa dependência pode levar a uma série de problemas e conflitos, incluindo baixa autoestima, falta de independência e uma sensação constante de insuficiência. Aqui, deixo documentadas algumas observações sobre as possíveis raízes da dependência emocional, conteúdo de leitura de livros e documentos aos quais me refiro ao final, assim como um estudo de caso utilizado como método de pesquisa.

Primeiras observações psicanalíticas a respeito de dependência emocional

A dependência emocional é um tema central na psicanálise e foi estudada por vários teóricos ao longo da história, algumas das primeiras descobertas psicanalíticas sobre a dependência emocional incluem:

- Complexo de Édipo: uma das primeiras descobertas psicanalíticas proposta por Sigmund Freud. Segundo ele, durante a fase fálica do desenvolvimento infantil, as crianças desenvolvem um desejo sexual inconsciente pelo progenitor do sexo oposto e uma rivalidade com o progenitor do mesmo sexo. Esse complexo pode resultar em uma dependência emocional em relação aos pais ou em dificuldades para estabelecer relações amorosas saudáveis na vida adulta.
- Identificação projetiva: Melaine Klein, psicanalista britânica, desenvolveu a teoria da identificação projetiva, que descreve como os indivíduos podem projetar partes de si mesmos em outras pessoas e tentar controlar essas partes

por meio da manipulação e da dependência emocional. Essa teoria pode ajudar a explicar por que algumas pessoas desenvolvem dependência emocional em seus relacionamentos.

- Ansiedade de separação: a ansiedade de separação é um fenômeno psicológico que ocorre em crianças quando elas são separadas de seus cuidadores. John Bowlby, psicanalista britânico, estudou a ansiedade de separação e desenvolveu a teoria do apego, que descreve como as crianças desenvolvem vínculos emocionais com seus cuidadores e como esses vínculos podem afetar seu desenvolvimento emocional na vida adulta. A dependência emocional pode ser vista como uma forma patológica de apego.
- Relações objetais: Donald Winnicott, psicanalista e pediatra inglês nos trouxe que as relações objetais são um aspecto central do desenvolvimento emocional humano, ele usa o termo objeto para se referir a uma pessoa ou coisa que é percebida como tendo uma existência separada do self. Segundo Winnicott, desde o nascimento, o bebê começa a desenvolver um senso de si mesmo em relação a seus objetos de cuidado geralmente sua mãe ou figura cuidadora principal.

A qualidade dessas relações é fundamental para o desenvolvimento emocional saudável. Winnicott enfatiza que é importante que a mãe ou figura cuidadora seja capaz de “sintonizar-se” com a necessidade do bebê e oferecer um ambiente que seja suficientemente bom, ou seja, que seja bom o suficiente para satisfazer às necessidades do bebê, mas também permita a frustração necessária para o desenvolvimento emocional saudável.

Winnicott também fala sobre o conceito de objeto transicional, que é um objeto geralmente físico que uma criança usa para ajudá-la a se sentir segura e confortável durante a transição da dependência para a Independência emocional. O objeto

transicional pode ser um cobertor, um ursinho de pelúcia ou qualquer outro objeto que a criança escolha para se apegar.

A presença deste objeto ajuda a criança a se sentir segura e confortável à medida que começa a explorar o mundo e a desenvolver um senso de Independência emocional.

Essas descobertas psicanalíticas foram importantes para a compreensão da dependência emocional e para o desenvolvimento de tratamentos psicológicos eficazes para esse problema

O termo “dependência” faz parte da linguagem contemporânea; é frequentemente usado no campo da psicopatologia, mas mais para conveniência descritiva do que para especificar uma modalidade relacional precisa relativa à sujeição de um sujeito a um objeto. Sigmund Freud usou o termo com pouca frequência, mas fez referência a ele em sua discussão sobre o princípio do prazer:

“Será justamente objetado que uma organização que era escrava do princípio do prazer e negligenciava a realidade do mundo externo não poderia se manter viva pelo menor tempo possível, de modo que não poderia ter entrado em existência. O emprego de uma ficção como essa é, no entanto, justificado quando se considera que o bebê desde que se inclua com ele o cuidado que recebe de sua mãe, quase percebe um sistema psíquico desse tipo” (FREUD, 1911).

Serge Lebovici (1991) observou que o estado original de dependência do ser humano é um postulado fundamental da teoria freudiana; é a *Hilflosigkeit* do bebê, ou impotência (*détresse* ou *désaide* em francês)

Comportamento de um dependente emocional

Uma pessoa com dependência emocional pode se comportar de várias maneiras:

1. **Busca constante por atenção e aprovação dos outros:** em alguns casos, o dependente se anula para agradar o outro, para se sentir aceito. Torna-se uma eterna criança em busca de atenção.
2. **Medo de ser abandonado ou rejeitado:** esse medo excessivo do abandono e da rejeição faz com que o dependente emocional não se conheça profundamente, pois nunca experimenta a solidão que tanto colabora com o autodesenvolvimento de cada um.
3. **Insegurança e baixa autoestima:** por estar acostumado a ser guiado por outra pessoa, o dependente não desenvolve a segurança e não tem autoestima equilibrada, pois acredita que precisa sempre da aprovação de outra pessoa para tudo.
4. **Necessidade de controlar ou manter o relacionamento a todo custo:** essa necessidade pode ser perigosa, pois nessa condição fica muito mais vulnerável a se envolver com pessoas com outros tipos de transtornos, o que faz com que seu sofrimento aumente.
5. **Dificuldade em tomar decisões:** não é capaz de tomar decisões por si só, justamente por não se conhecer, não acreditar em si mesmo, e estar sempre preocupado em agradar. Isso pode travar o dependente emocional em várias áreas de sua vida, como carreira, relacionamentos conjugais e amizades.
6. **Ansiedade ou depressão:** o dependente emocional comumente culpa as outras pessoas por seus problemas pessoais, pode se lamentar de coisas que já passaram e entrar em momentos de depressão, além de também sentirem ansiedade quando criam expectativas em relação ao outro.

7. **Falta de foco:** tem dificuldade em focar, pois não sabe exatamente o que quer, nem do que gosta. Acaba ficando disperso, pois está sempre em busca do outro.

8. **Dificuldade em encontrar objetivos originais:** pela necessidade exacerbada em agradar a todos, ele tende a “imitar” outras pessoas, e se perde pois não desenvolve seus dons naturais por falta de confiança em si mesmo.

Esses comportamentos são o resultado de uma necessidade profunda de ser amado e aceito, e pode levar a relações tóxicas e insalubres. É importante buscar ajuda profissional para compreender e superar a dependência emocional, porém existem estágios que o dependente nem se quer se dá conta do que está acontecendo apesar de sofrer.

Sobre as raízes da dependência emocional

Entre as raízes da dependência emocional há uma combinação de fatores pessoais, familiares e sociais. Mas na maioria dos casos algo aconteceu na infância, e isso ecoa para a vida adulta em algum momento.

A infância vivida com traumas, abusos e experiências negativas, como negligência ou falta de afeto deixam feridas profundas na psique que são difíceis de cicatrizar.

Padrões familiares disfuncionais também colaboram para uma possível dependência emocional, a falta de habilidade na comunicação e na resolução de conflitos no lar podem fazer com que a criança tenha dificuldades em estabelecer relacionamentos saudáveis e independentes. Ambientes em que os responsáveis pela criança têm um relacionamento tóxico podem moldar essa pessoa de forma prejudicial, causando sofrimento emocional, baixa autoestima e fazendo com que a criança siga em uma busca constante por ser vista pelos seus pais ou cuidadores que

posteriormente se torna um desejo de ser vista por seu cônjuge, por amigos ou colegas de trabalho.

Explorando as obras de Sigmund Freud, Melaine Klein, Jaques Lacan e Donald Winnicott, é unânime a observação feita a respeito da falta do desenvolvimento adequado do ego durante a infância, relacionado com dependência emocional.

Segundo Donald Winnicott, deve haver um equilíbrio entre paranoia e ingenuidade. Ele observa que existe um ponto importante para todos os seres humanos quando são crianças, e se encontra no meio entre os dois extremos denominados por “expectativa de perseguição” e “expectativa da capacidade de receber proteção”.

A partir desta base, o indivíduo pode se tornar capaz de substituir o cuidado recebido por um cuidar-de-si-mesmo, e pode dessa forma alcançar uma grande independência, que não é possível nem no extremo paranoide nem no extremo ingênuo.

Quando a dependência emocional é uma dominante na vida do indivíduo, existem mais chances de ele se envolver com pessoas que tenham outros transtornos de personalidade, como por exemplo o Narcisista. Uma breve descrição sobre esse transtorno a seguir:

Sigmund Freud, segundo sua teoria psicanalítica, afirma que o narcisismo surge num estágio da infância em que acontece o chamado autoerotismo, quando o prazer é concentrado no próprio corpo. Após essa fase a criança passa a eleger o outro como objeto de amor e satisfação, aprendendo a conviver com o diferente. Esse é o narcisismo saudável. O narcisismo, como transtorno, tem como característica, justamente a dificuldade de lidar com o outro. Aquele que é diferente de si mesmo. Ele interage com o mundo de maneira diferente na forma de perceber-se e sentir-se. (MUNDO PSICÓLOGOS, 2022)

O transtorno de personalidade narcisista, segundo o DSM-5 (Manual Diagnóstico e Estatístico de Doenças Mentais), tem como característica principal a pessoa sentir uma exagerada autoadmiração.

Seu senso de superioridade demasiado o faz acreditar que pode abusar das pessoas.

Sendo assim, um dependente emocional pode ter tido relações anteriores com um narcisista, ou pode vir a ter, pois devido a sua dependência ele se anula para tentar agradar demasiadamente, colaborando assim com a demanda de um narcisista.

Algo que também assombra a vida do dependente emocional é a instabilidade com seus relacionamentos, pois ele tende a sobrecarregar o outro com suas necessidades, fazendo que as pessoas se afastem. São muitas situações disfuncionais que acompanham a vida de uma pessoa que se encontra na dependência emocional.

Cada pessoa é única, por isso é fundamental que a ajuda seja respeitosa e despretensiosa, com uma escuta livre de julgamentos, assim como é a psicanálise.

A psicanálise atuando na dependência emocional – manejo clínico

O psicanalista pode ajudar o analisando primeiramente com o acolhimento, visto que uma das características do dependente emocional é a dor por se sentir rejeitado pelo objeto de sua dependência, se sentir inferior ou frágil e incapaz de ser inteiro. Após a fase de acolhimento, continuar identificando os padrões disfuncionais de pensamento e comportamento, e possíveis traumas passados, respeitando o tempo dele, incluindo experiências da infância.

O psicanalista pode observar problemas de saúde mental e emocional subjacentes como ansiedade ou depressão.

Trabalhar no aumento da autoestima e da autoconfiança, também podem trazer bons resultados, com o ego bem estruturado, se obtém um consciente com expressões equilibradas, Sigmund Freud aborda o tema ego e dependência emocional em seu livro “O ego e o Id” (1923)

Mais à frente (de 1932 a 1949), podemos encontrar essa teoria de maneira mais detalhada em obras de Melaine Klein, especialmente nas fases da primeira infância. Ela argumenta que uma relação infantil com a mãe não satisfatória podem levar a dependência emocional.

O desejo de ser amado e aceito é um tema que deve ser explorado nas sessões, juntamente com um trabalho de fortalecimento da identidade e o entendimento de que essa dependência busca preencher uma falta.

Abaixo, algumas das principais abordagens que podem ser utilizadas, dentro do contexto psicanalítico:

1. **Análise das relações passadas:** o psicanalista pode explorar as relações da infância que podem ter contribuído para a formação da dependência emocional.
2. **Desenvolvimento de um ego mais forte:** o psicanalista pode ajudar o analisando a desenvolver uma identidade mais forte e independente, para que ele não precise mais buscar aprovação e afeto dos outros.
3. **Trabalho com as defesas:** o psicanalista pode trabalhar com o analisando para identificar e revisar os mecanismos de defesa, que estão mantendo a dependência emocional.
4. **Aprendizado de habilidades de relacionamentos saudáveis:** o psicanalista pode apontar habilidades de relacionamentos saudáveis, como a capacidade de dizer “não” e de estabelecer limites claros.
5. **Trabalho sobre autoestima:** o psicanalista pode ajudar o analisando a melhorar sua autoestima e se sentir mais adequado e confiante consigo mesmo.

O psicanalista pode utilizar perguntas que levem o analisando a perceber que pode desenvolver sua comunicação, facilitando em suas resoluções de conflitos, assim estabelecendo relacionamentos saudáveis.

Estudo de Caso

Discurso da analisanda

Ana, aos 45 anos, solteira com uma vida financeira estável, devido à herança familiar, relata não ter disposição para nada e pensamentos suicidas. Relatava que o motivo de seu sofrimento era porque não conseguiu se casar; para ela ter um marido era condição “sine qua non” para poder então ser feliz.

Nessa altura da vida, ela havia perdido a esperança se sentir realizada, porque acreditava que nunca iria se casar. Sentia-se velha, e se posicionava como uma grande vítima da vida, pois nasceu com uma condição de má formação na pele, na metade de seu rosto, motivo pelo qual já havia se submetido a mais de 8 cirurgias ao longo da vida.

Criada dentro de costumes religiosos e culturais orientais, ela se limitava a buscar parceiros que viessem da mesma cultura e religião, e se sentia não merecedora de ser amada.

Ouvira isso da boca de sua própria mãe, durante toda sua adolescência. A mãe afirmava que nenhum homem ia amá-la devido as condições de seu rosto e que se alguém declarasse esse amor, seria apenas porque ela era herdeira de posses e teria uma boa condição financeira.

Devido a esse comportamento da mãe, ela sempre ia passar férias no Oriente. Relata que se sentia um pouco mais livre. Aos 14 anos, em uma de suas viagens ela recebe a notícia de que seu pai veio a falecer no Brasil.

Ana é a caçula de 3 filhos, e aos 18 anos, o irmão mais velho foi morar sozinho, e o irmão do meio se casou, então ela passou a viver numa casa grande apenas com sua mãe.

Ela concluiu a faculdade de Farmácia, e relata que foi a mãe quem escolheu o curso que deveria fazer, e nunca permitiu que ela levasse colegas da faculdade em

casa, nem mesmo para fazer os trabalhos. Durante o período de estudos não formou laços de amizade. Mais tarde, recém-formada, arrumou um trabalho em outra cidade e foi morar sozinha, quando teve sua primeira relação sexual aos 27 anos, em um relacionamento secreto que teve com um rapaz que não pertencia à comunidade de sua religião. Porém, três meses depois, sua mãe foi visitá-la e iniciou um discurso de abandono, relatando se sentir assim já que a filha preferia morar sozinha. A mãe usava sua condição de viúva para dizer à filha que estava sozinha e que ela deveria voltar a morar com ela.

Naquela mesma semana, a mãe se acidentou, quebrou o pé, então ela abandonou o trabalho, e assim elas voltaram a morar juntas.

Aos 30 anos Ana se apaixonou por um rapaz de sua religião, em uma viagem que fez para o Oriente, e contou a sua mãe respeitando os costumes para que ela pudesse falar com a família do rapaz. No entanto, na mesma semana escutou sua mãe, em um chá da tarde entre mulheres, induzindo uma outra moça a procurar o tal rapaz para se casar pois ela acreditava que ele seria um bom partido para ela.

Ao questionar a mãe sobre o porquê de ela não ter procurado a família do rapaz para formalizar o namoro, como é de costume desta comunidade até os dias de hoje, e ainda incentivou que outra família o fizesse, Ana volta a ouvir que aquele rapaz somente se interessaria por ela por interesses financeiros, pois mesmo após tantas cirurgias ela ainda não tinha uma aparência digna para qualquer homem.

Foi quando ela decidiu que faria uma última cirurgia mais delicada, para alcançar o melhor resultado. Após esta cirurgia, Ana relata que, durante a recuperação, sua mãe não cozinhava nada para servir, e nem ajudava com os cuidados, e ela precisou fazer tudo para se recuperar sozinha.

Aos 34 anos, ela se envolve com um rapaz do Oriente de maneira secreta, e começa um romance as escondidas com ele. O romance já durava cinco anos, entre suas idas e vindas para o Oriente. Por algumas vezes o rapaz pedia dinheiro e ela enviava sem relatar a ninguém, na esperança de que ele iria abrir um negócio e se estabelecer financeiramente para pedir sua mão em casamento, mas isso nunca acontecia.

Aos 41 anos, sua mãe inicia um quadro de insuficiência renal, e após dois anos seguidos ela se dedica dia e noite a cuidar de sua mãe, fazendo diálise peritoneal em

casa, e não a deixa sozinha nem por um dia, até que sua mãe chegue ao leito de morte. Ana conta que horas antes da mãe morrer ela presencia sua cunhada, esposa de seu irmão, ajoelhada aos pés de sua mãe, e escuta um pedido inusitado de uma nora para uma sogra. A cunhada pedia para a sogra que abençoe a filha para que ela possa se casar, nesse momento Ana escuta a mãe dizer para a nora, que a filha não nasceu para se casar e sim para cuidar dela.

Essa conversa entre sua cunhada e sua mãe marcou-a profundamente, Ana relata sempre se recordar desse momento com muita dor.

Após a morte de sua mãe, ela passa a viver sozinha e continua o romance escondido com o rapaz. Sempre enviando dinheiro para ele, mas ele se recusava a assumir o relacionamento pois se sentia inferior a ela financeiramente.

Assim ela investia em viagens para que eles pudessem se encontrar. Em uma dessas viagens, o rapaz teve uma crise e decidiu deixá-la sozinha em um país estranho a que eles nunca haviam ido; ele foi embora, relatando não se sentir confortável caso alguém descobrisse que eles estavam juntos.

Mesmo com o comportamento do rapaz demonstrando falta de compromisso, ela insistia em manter essa relação às escondidas, mas se sentia humilhada e sozinha. Já sem a presença física da mãe, ela ainda vivia dentro de tudo que a mãe havia imposto; mesmo sendo uma mulher madura, ela fazia questão de seguir protocolos culturais, imaginando que deveria ser pedida em casamento para seus irmãos, e que precisava muito de alguém para se casar e ser feliz.

Aos 43 anos, Ana encontrou um outro rapaz que relata ter demonstrado interesse em se casar com ela. Em apenas dois encontros e algumas conversas pelo celular, já foi suficiente para ela acreditar que seu momento de felicidade chegara, e que ele iria pedi-la em casamento para seus irmãos, porém algumas poucas semanas adiante, o rapaz que pertencia a sua comunidade religiosa formalizou o noivado e logo se casou com uma moça bem mais jovem que ela.

Foi neste momento que ela iniciou o seu processo de análise. Ela relatava pensamentos suicidas, e descrevia o mundo como um lugar injusto e triste, além de culpar sua mãe por toda tristeza que sentia, mesmo tendo a mãe falecido já havia alguns anos.

Manejo

Nesse contexto, o efeito manifesto é o sofrimento causado pela falta de uma mãe amorosa, com todas as roupagens de uma dependente emocional, devido à rejeição. Efeito que se estendeu a seus irmãos, algumas amigas mais próximas e a todos com quem manteve relacionamentos amorosos.

Após dois meses de análise, Ana volta a se envolver com o tal rapaz com quem mantivera o relacionamento secreto desde os 34 anos; nessa altura eles mantinham essa relação a distância, com encontros presenciais apenas quando ela viajava para o oriente já há quase 10 anos. Nesse momento ela acreditou que eles iriam se casar. Durante quatro sessões semanais seguidas, ela somente conseguia relatar o quanto estava feliz porque estava a preparar toda a documentação para que ele fosse ao Brasil; ele precisava de um visto para entrar no país e eles finalmente poderiam oficializar a união. Ela fazia planos de como seria o pedido oficial dele para seus irmãos e planejava a festa de casamento, bem como imaginava quando teriam filhos e quantos seriam.

Finalmente os documentos estavam prontos, chegando o dia de ela comprar a passagem de avião para que ele viesse, mas o rapaz inesperadamente em uma chamada de vídeo disse que não iria mais, pois ela era 10 anos mais velha que ele, e ele não se sentia confortável com essa diferença de idade. Inclusive afirmando que acreditava que a trairia por ela ser mais velha.

Nessa altura estávamos iniciando o quarto mês de análise individual. Foi quando investi na associação livre explorando o momento de acolhimento; após alguns meses pude focar em ajudá-la a estruturar o ego e a olhar para a relação com sua mãe. Iniciamos um processo profundo de autoconhecimento, de cuidados com o ego pouco desenvolvido e de transição para um amadurecimento, no qual ela iniciou uma jornada de autorresponsabilidade.

Após dois anos e meio de análise, aos 46 anos de idade, ela relata se sentir finalmente livre e motivada. Faz atividade física diariamente, se interessa por livros e voltou a viajar sozinha. Foi quando o tal rapaz voltou a procurá-la, dizendo estar arrependido de não ter se casado com ela, e que sentiu falta dela nesses dois anos.

Nesse momento ela disse seu primeiro não para ele, que foi entendido como um sim para ela mesma. Ana afirma que não iria mais voltar aquele tipo de relação e que estava melhor sem ele na vida dela, chegando ao momento no qual ela verbaliza:

— “Me senti aliviada por dizer “não”, além de fortalecida.

Ana assumiu então a parte em que ela mesma busca se cuidar, se reconhecer e não repetir mais a dependência de outra pessoa para ser feliz. A analisanda continua comparecendo a suas sessões, relata estar se sentindo em descoberta de um mundo novo, experimentando situações e trabalhando em seu autoconhecimento e sua autoestima.

Considerações

Não posso deixar de mencionar neste momento do trabalho, observações feitas por Sigmund Freud conhecidas mundialmente como: recordar, repetir, elaborar.

Encontramos no processo analítico realizado com Ana as observações feitas por Freud (1914) sobre a tendência a repetir na análise os sentimentos, afetos e fantasias referentes às experiências iniciais que não foram bem integradas.

Ana pode usar o espaço da análise para trazer à tona aspectos cruciais de seu psiquismo, como a grande carência de um objeto materno consistente, a magnitude de suas angústias e carências e a falta de estrutura do ego, onde posteriormente admitiu não conhecer profundamente o próprio self.

O recordar na análise, descrito por Freud, apoia-se na concepção de que algo já presente no indivíduo será trazido à tona, algo que ele já é capaz de representar inconscientemente.

Segundo a obra, em seu tratamento, o analisando irá recordar, rememorar diferentes formas de conteúdo. Ou seja, ele provavelmente conseguirá retornar à origem dos sintomas.

Sigmund Freud assinala que “o paciente não recorda coisa alguma do que esqueceu ou reprimiu, mas expressa-o pela atuação ou atua-o. Ele o reproduz não como lembrança, mas como ação; repete-o, sem, naturalmente saber o que está repetindo”. Logo, essa será uma viagem aos desejos esquecidos e às experiências da infância.

Esse retorno não se dá por apego pelo passado. Por outro lado, acontece pela necessidade de, no presente, no sofrimento, retornar e compreender o que se viveu, para que se tenha condições de reinventar o futuro.

A análise de Ana incluiu momentos de muita regressão, que iam ao encontro das observações de Winnicott (1954-1955), que afirma que o indivíduo defende seu self contra o fracasso ambiental específico por meio de um congelamento da situação de fracasso.

Há uma convicção inconsciente, que pode se tornar uma esperança consciente, de que em algum momento surgirá a oportunidade de uma experiência que descongelará a situação de fracasso.

O indivíduo, por meio da regressão, reexperimentará essa experiência, mas agora em um meio ambiente que fará a adaptação adequada.

Neste caso, a regressão faz parte do processo de cura.

Considerações Finais

A dependência emocional é um tema relevante, que pode afetar a vida de muitas pessoas e prejudicar a capacidade de se relacionar de maneira satisfatória e saudável.

O dependente pode desenvolver angústia, depressão e ansiedade, a um nível intenso que se somatize e apareçam sintomas físicos.

Esta condição pode perpetuar por muitos anos sem que dependente tenha clara consciência do que está realmente acontecendo.

O dependente emocional, além de permitir a falta do afeto na infância assombrar sua vida adulta, inconscientemente pode disseminar essa falta para seus descendentes, cônjuges, amigos e colegas de trabalho em forma de manipulação, devido a sua carência. Isso pode causar em sua vida um negativo efeito em dominó.

A terapia psicanalítica pode reconhecer e apoiar o dependente na estruturação de seu ego, e na inclusão da autorresponsabilidade em sua própria vida.

Referências bibliográficas

BOWBY, J. Apego e Perda: Apego - A Natureza do Vínculo (Volume 1). São Paulo: Martins Fontes, 2021.

FREUD, S. **Obras Completas**. São Paulo: Imago Editora, 1996.

KLEIN, M. **The Ego and the Good Object**. Nova York: Princeton University, 1991.

LACAN, J. **The Object Relation: The Seminar of Jacques Lacan, Book IV**. Nova York: Polity Press, 2021.

MUNDO PSICÓLOGOS. **Codependente e narcisista – relação complementar**.

Disponível em: [https://br.mundopsicologos.com/artigos/codependente-e-narcisista-relacao-](https://br.mundopsicologos.com/artigos/codependente-e-narcisista-relacao-complementar#:~:text=Sigmund%20Freud%2C%20segundo%20sua%20teoria,a%20conviver%20com%20o%20diferente)

[complementar#:~:text=Sigmund%20Freud%2C%20segundo%20sua%20teoria,a%20conviver%20com%20o%20diferente](https://br.mundopsicologos.com/artigos/codependente-e-narcisista-relacao-complementar#:~:text=Sigmund%20Freud%2C%20segundo%20sua%20teoria,a%20conviver%20com%20o%20diferente). Acessado em 11.jun.2023.

WINNICOTT, D. **Natureza Humana**. São Paulo: Imago Editora, 2007.