

CONTRIBUIÇÕES DA TERAPIA DE ESQUEMAS (TE) EM CASOS DE RELACIONAMENTOS ABUSIVOS EM MULHERES – REVISÃO DE LITERATURA

Aline Aparecida de Oliveira¹
Katia de Medeiros Penna²

RESUMO: Relacionamentos abusivos estão presentes na sociedade de forma avassaladora trazendo inúmeros prejuízos para as mulheres, e configuram-se como um problema de saúde pública, pois trazem grandes impactos psicológicos, físicos e sociais. Reforça-se a importância da Terapia de Esquemas (TE) como forma de tratamento para os casos. O presente artigo visou a contribuição a TE em casos de relacionamentos abusivos, bem como os esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs) das vítimas em relações abusivas. O artigo foi elaborado por meio de pesquisa bibliográfica, a qual utilizou o método de revisão de literatura. Abusos ou negligências por parte dos pais ou cuidadores podem refletir em adultos com EIDs. Entende-se que as mulheres com EIDs podem permanecer em relacionamentos abusivos e apresentarem dificuldades para o rompimento das relações. É importante salientar a importância da psicoterapia voltada para a TE, além da rede de apoio formada pela família e amigos, a fim de amenizar impactos psicossociais nessas mulheres.

Palavras-chave: Mulheres. Relacionamentos Abusivos. Terapia de Esquemas. Tratamento.

1. INTRODUÇÃO

Relacionamentos abusivos apresentam como características, demonstrações de ciúmes, desejo de manter controle sobre a vida do parceiro afetivo em diversas formas que se traduzem em uma relação abusiva. Essa relação entra em um ciclo na qual a vítima sofre consequências emocionais que prejudicam sua vida como um todo. No que se refere a relacionamentos abusivos, a permanência em um relacionamento dessa forma entre homem e mulher pode estar associada à manutenção de um esquema, ou seja, pode estar ligada aos esquemas desadaptativos, aquelas vivências disfuncionais que a mulher vivenciou no passado.

A Terapia de Esquemas (TE) usa técnicas focadas na emoção, no processo de aliança terapêutica entre paciente e terapeuta. O enfrentamento aos esquemas desadaptativos permite que a vítima busque tratar traumas ocasionados por esquemas não atendidos na infância. Uma dessas técnicas é a reparentalização limitada, a qual ocorre no ambiente terapêutico, por meio da oferta de apoio e acolhimento à vítima.

¹Graduanda no curso de Bacharelado de Psicologia, UNIFUCAMP. E-mail: alineoliveira512017@outlook.com

²Psicóloga, Pedagoga, Mestre em Educação, Docente na instituição UNIFUCAMP. E-mail: katiamedeiros@unifucamp.edu.br

A presente pesquisa está baseada na escolha da Terapia de Esquemas (TE) como tratamento para casos de relacionamentos abusivos em mulheres. A TE tem como objetivo mudar a maneira como uma pessoa encara, interpreta e reage frente a situações de abuso. A TE auxilia pacientes a entender suas necessidades emocionais básicas, bem como a autoconfiança, autocontrole, autorrealização, e trabalhar na diminuição da intensidade de esquemas desadaptativos, além de alterar padrões cognitivos para o surgimento de novos esquemas adaptáveis.

Nessa perspectiva, a TE de Jeffrey Young, contribui de forma positiva para o tratamento de traumas ocasionados por relacionamentos abusivos. Os Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs) podem contribuir para que a mulher permaneça na relação. “Os EIDs são padrões emocionais e cognitivos responsáveis por processos de funcionamento da personalidade e ocorrem em ocasiões nas quais as necessidades emocionais que eram de suma importância, não foram atendidas na infância ou adolescência.” (Young; Klosko; Weishaar, 2008).

Dessa forma, este artigo tem como objetivo geral demonstrar a contribuição da TE em casos de relacionamentos abusivos. Os objetivos específicos deste texto enfatizam a caracterização do relacionamento abusivo, apresentando como os EIDs das vítimas podem levar a uma relação abusiva, discorrendo sobre os principais impactos psicológicos, físicos e sociais das vítimas. O questionamento que permeia este estudo se caracteriza por identificar quais são os EIDs das vítimas em relações abusivas e quais são os benefícios que a TE oferece para essas relações.

De acordo com o Conselho Nacional do Ministério Público (2018), a hipótese se refere a crenças reveladas por mulheres abusadas que as fazem ficar com medo de ficarem sozinhas, de serem mortas pelo atual ou ex-companheiro, medo de não conseguir alcançar estrutura financeira suficiente e estável, medo da opinião de terceiros, por autoestima baixa, crença de que não são boas ou suficientes e por isso, não merecem coisas boas.

Muitas permanecem nos relacionamentos para que os filhos não sofram pela separação dos pais. Visões equivocadas sobre o amor, aprisionamento em crenças disfuncionais de que o amor tudo suporta e amar é “resultado de sofrimentos”, “melhor estar sofrendo do que ficar sozinha”. Acostumam com a situação abusiva, demonstram dependência emocional pelo cônjuge e insegurança em terminar o relacionamento.

Segundo a ONU Mulheres (2013), uma das alternativas com visa à saúde das mulheres é o programa “Mulher, viver sem violência”, lançado em 2013. Porém, apenas em 2015 foram inauguradas as

primeiras casas, cujo objetivo é oferecer serviços integrados para as vítimas. Esse programa configura-se em uma rede de apoio que propicia melhorias na vida de mulheres em contextos da saúde física, mental e financeiro.

Como justificativa social existe uma estimativa da Organização Mundial de Saúde (OMS), de (2022), que segundo o portal G1, em 2018, 27% das mulheres de 15 a 49 anos sofreram por relacionamentos abusivos, seja por violência física ou sexual. Essa pesquisa foi realizada em 161 países.

No que se refere ao tema, o assunto sempre foi destaque nas mídias, jornais e internet. O presente artigo tem como justificativa científico/acadêmica levantar a importância da TE como intervenção para mulheres que passam por relacionamentos abusivos, aonde há violência psicológica.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Reflexões a respeito de relacionamentos abusivos

A socialização primária, a qual ocorre na infância, é a base essencial para o desenvolvimento de relacionamentos intrapessoais e interpessoais saudáveis para a vida da criança e futuramente em sua vida adulta. A família é primeiro contato da criança com o mundo e responsável pelo compartilhamento de vivências. É na socialização que a criança forma sua consciência, e a socialização secundária inicia-se na infância, quando o sujeito começa a perceber o mundo exterior, em formas que antes desconhecia. São impostos outras culturas, normas e papéis sociais diferentes.

Desse modo, a TE reforça que crianças que foram traumatizadas na fase primária constroem crenças disfuncionais para a vida, influenciando negativamente suas relações. As crenças disfuncionais são diretamente ligadas às condutas de como se relacionar com o outro.

O relacionamento abusivo é caracterizado por uma relação na qual o autor pratica violência psicológica, ciúme excessivo e comportamento manipulador e controlador. Para essa ocorrência, é necessário um laço afetivo entre o casal, de forma que o abusador se sinta confiável para exercer o domínio.

Assim, o relacionamento abusivo abrange uma construção de poder do homem perante a mulher que resulta na violência contra a mulher (Baldissera *et. al.*, 2021). Sendo assim, são impostas normas

sociais na sociedade que visam os comportamentos violentos e machistas dos homens e colocam as mulheres como seres submissos.

Dessa maneira, a violência contra a mulher se mostra comum em ambientes familiares. Grigori e Campos (2017), mostram que 37% das ocorrências de agressões e mortes devido a ciúmes ocorrem nos finais de semana. O uso de álcool é maior durante esses dias, permitindo o desencadeamento de comportamentos agressivos nos companheiros.

Segundo as pesquisas literárias, a violência mais predominante nos relacionamentos conjugais a respeito das mulheres, é a psicológica, sendo que frequentemente não é percebida como forma de violência pelas vítimas, até pela falta de conhecimento de que o emocional pode adoecer ou pelo fato de que não é algo notável fisicamente. Automaticamente isso pode fazer com que essas mulheres convivam com tamanha violência (Loureço; Costa, 2020).

Qualquer violência apontada para mulher é definida como uma forma de violência de gênero, pois é direcionada ao gênero feminino. A violência não escolhe classe social, aparência física ou idade. Todas as mulheres estão sujeitas, visto que o sofrimento é o mesmo, porém, o que muda é a forma de encará-lo.

A sociedade prega papéis de diferenciações entre homens e mulheres, levando o homem a ser o “chefe” em todos os seus papéis sociais, enquanto a mulher ainda é vista como um ser “frágil” e “submissa”, romantizando as atitudes violentas e machistas dos homens com suas companheiras.

Como afirma Soares (2005, p.34), “a violência doméstica não é somente uma questão de administração da raiva. Os agressores sabem como se controlar, tanto que não batem no padrão e sim na mulher ou nos filhos. Eles fazem isso porque não há nenhum custo a pagar.”

A violência psicológica é definida como uma violência que tem como objetivo controlar os comportamentos ou atitudes da mulher, através de ameaças, rebaixando o nível da vítima, humilhações, constrangimentos em público ou em casa, causando danos psíquicos, emocionais e mentais. A violência física pode vir juntamente com a psicológica, devido ao grau de violência do abusador.

A violência sexual se caracteriza pelo constrangimento da vítima a presenciar ou manter relação sexual sem sua vontade, quando tem seus direitos sexuais invadidos, como ser forçada a engravidar e/ou fazer uso de contraceptivos sem sua vontade ou a abortar.

Nessa mesma perspectiva, Nascimento e Souza (2018), compreendem que a violência à qual a mulher é submetida, inicia-se de modo sutil na maioria dos casos. Em relatos, as mulheres afirmam que

“ele parecia ser bom, só estava brincando.” “Ele só me apertou.” São situações que podem passar de comentários e brincadeiras a princípio inofensivas e terminar em feminicídio.

Assim, no começo da relação, todas as formas de violência citadas anteriormente, podem ser encaradas como brincadeiras seguidas ou não por pedidos de desculpas. A literatura cita quatro fases no relacionamento abusivo.

Quadro - Fases do relacionamento abusivo

Fases do relacionamento abusivo	
Primeira fase	Ocorre com o aumento da tensão, em incidentes que acontecem em relacionamentos onde não se percebe nitidamente agressões, mas com presença de agressões verbais. A vítima busca encontrar justificativas a fim de esclarecer tal acontecimento, obtendo ainda esperança de mudanças e controle da situação violenta.
Segunda fase	Marcada pela violência física, o agressor pode intimidar a vítima com gritos, ameaças, e até mesmo quebrar objetos significativos da mulher. Esses comportamentos evoluem para agressões físicas, como tapas, queimaduras, socos e utilização de objetos na agressão física. A vítima tem uma aceitação frente a essa fase, pois não questiona.
Terceira fase	Marcante por demonstrações e arrependimento e pedidos de desculpas, o autor procura criar justificativas para esclarecer os comportamentos abusivos, tirando sua responsabilidade do ato e jurando mudanças de atitudes.
Quarta fase	Caracterizada como lua de mel, mais conhecida como fase de reconciliação, na qual o agressor mostra ser uma pessoa diferente, tornando-se confiável para a visão da companheira, que imediatamente, nutre esperança de melhoras na relação. Mas, com o passar do tempo, a violência é retomada com maior intensidade, fazendo com que a vítima permaneça nesse ciclo e não consiga sair sem grandes intervenções.

Fonte: Adaptado de Pinto (2018) e Nascimento; Souza (2018).

Vale ressaltar que, em todos esses ciclos, ocorre a violência psicológica. Alguns fatores subjetivos podem contribuir para que a mulher permaneça em relações que trazem sofrimento. A identificação de um parceiro opressor ocorre quando ele desconfia a todo o momento das falas da mulher, sugerindo que a pessoa está o traindo, ou que a pessoa não o ama mais. Essa insegurança vem lado a lado com os ciúmes, faz ter comportamentos de controle, como, olhar o celular todos os dias para ter comprovação de não estar sendo traído.

O opressor controla até o que a parceira fala, veste e com quem a mesma vai conviver. Nota-se um perfil agressor, raivoso, descontrolado, frio, manipulador, aonde tudo é motivo de brigas por parte dele. A pessoa oprimida sente medo de ser ela mesma, com medo de alguma reação explosiva do autor.

A violência que o relacionamento abusivo concede para as suas vítimas é de grande preocupação para a psicologia e para a saúde pública. Conforme dados da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2021), uma em cada três mulheres no Brasil destaca já ter sido vítima de algum tipo de violência cometida pelo companheiro.

Segundo estudos de Schraiber *et al.*, (2002), 41,8% das mulheres de São Paulo e 48,9% das mulheres de Pernambuco relataram ter sofrido, pelo menos uma vez na vida, violência psicológica vinda de seus parceiros, 33,7%, apresentaram ter sofrido violência física e 14,3% das mulheres explicitaram violência sexual, havendo consideráveis números dos tipos de violência.

É alarmante os altos índices de violência contra a integridade da mulher, tendo como conseqüências, intensas respostas emocionais que geram ou gerarão traumas pelo resto das suas vidas. No atendimento terapêutico de mulheres vítimas de relações abusivas, a TE é usada como uma forma de enfraquecimento dos EIDs e o terapeuta deve estabelecer as devidas orientações sobre as medidas protetivas contra a violência. Medidas essas que acontecem fora do ambiente terapêutico e que são de extrema importância para os direitos humanos dessas mulheres.

2.2 Impactos psicológicos , físicos e sociais das relações abusivas

De acordo com Sperandio (2022), os impactos relatados acerca de relacionamentos abusivos, envolvem ansiedade, depressão, transtorno de humor e transtorno de estresse pós-traumático. A violência contra a mulher é uma questão de saúde pública, pois afeta a mulher no seu estado emocional, familiar e econômico. O problema se encontra na violência contra a mulher, na violação dos direitos humanos que é quebrada no momento da violência, no momento em que a mulher se sente invadida e ofendida.

O relacionamento abusivo é caracterizado através de danos à saúde física e psicológica da vítima, através de submissão realizada pelo abusador (Silva, 2015)

Mulheres vítimas desse tipo de caso podem apresentar transtorno de stress pós-traumático, comportamentos compulsivos que visam minimizar a visão negativa de si mesmas e a ansiedade resultante da pressão psicológica e autoestima baixa que visa desencadear outros sintomas ou transtornos.

Sabe-se que o trauma da violência nas mulheres tem-se inúmeras conseqüências, trazendo malefícios para a saúde mental. Nos prejuízos psicoemocionais podem ocorrer, estresse agudo, depressão,

ansiedade, insônia, síndrome do pânico, transtornos alimentares, distúrbios sexuais, uso excessivo de álcool e outras drogas.

Segundo Sbardelloto *et al.* (2011), na maioria dos casos, as mulheres desenvolvem Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), o transtorno apresenta grande ansiedade generalizada por parte do indivíduo, medo excessivo e evitar tudo que remete ao evento.

O TEPT caracteriza-se como um distúrbio da ansiedade, em um conjunto de sintomas físicos, psíquicos e emocionais decorrentes de o sujeito ter sido vítima ou presenciado momentos ou situações traumáticas. Quando a pessoa se recorda do fato, ele revive o episódio, como se estivesse ocorrendo naquele momento o que ocorreu no passado e com a mesma sensação de dor e sofrimento.

Essa recordação é caracterizada por revivescência, e desencadeia alterações neurofisiológicas e mentais. É comum apresentarem problemas de saúde mental, pois a sua cognição fica distorcida, apresentando disfuncionalidade na sua autonomia, competência e na sua autoestima.

Contudo, além de todo o desgaste emocional da vítima, podem ocorrer atos cruéis de golpes físicos ocasionando sérios danos no corpo da mesma, como nos exemplos a seguir: acidentes vasculares, fraturas em membros inferiores ou superiores, dores crônicas, fibromialgia, hipertensão alterada, entre outras.

Diante disso, a sua produtividade poderá recair devido ao seu emocional estar abalado, desencadeando o desemprego e isolamento social. A violência que o relacionamento abusivo representa é de grande impacto negativo na vida profissional, fazendo com que as vítimas fiquem mais tempo desempregadas ou tendo um rendimento profissional abaixo do esperado. Pois, a violência gera um desgaste emocional tão imenso na vítima desencadeando insônia, perda de apetite, levando a perda de energia no emprego para executar tarefas, ou a não se sentir feliz para sair com amigos ou família.

A lei nº 11.340/2006, Lei Maria da Penha, criada para ajudar a diminuir violência doméstica e familiar, diz que mulheres vítimas de violência em relacionamentos abusivos têm direito a assistência jurídica. Elas podem recorrer a advogados, as que não podem devido ao custo, podem procurar na Defensoria Pública do estado em que mora para ganhar serviços gratuitos.

Desse modo, segundo a Câmara Municipal de São Paulo (2023), “esta lei define que o crime de violência psicológica contra a mulher pode ocorrer por meio de ameaça, constrangimento, humilhação, manipulação, isolamento, chantagem, limitação do direito de ir e vir ou qualquer outro método.”

Desde sempre, é visto na sociedade, uma forma distinta entre homens e mulheres, e dentre essas diferenças que são estabelecidas pela sociedade, as mulheres têm sido vítimas de violência, estimulado por inúmeros fatores. Um exemplo é a desigualdade salarial, a cultura não valoriza a mulher como um ser humano que tem seus direitos dentro da sociedade.

2.3 Terapia de Esquemas (TE)

A TE é uma abordagem da Psicologia Clínica desenvolvida por Jeffrey Young em 1990, psicólogo norte americano, que criou a pauta de uma boa estrutura familiar. Nesse sentido, para o desenvolvimento saudável da personalidade em sua fase adulta, é importante que a pessoa consiga identificar que estabeleceu boas relações com as pessoas desde a infância e teve suas necessidades básicas supridas.

O objeto de estudo e intervenção da terapia de Young são os esquemas desadaptativos que surgem na infância após vínculos e necessidades básicas não serem atendidas. Esses esquemas marcam emoções e definem comportamentos disfuncionais ou autodestrutivos na vida adulta. Os esquemas são padrões de sentimentos, percepções e ações da pessoa em relação às situações da própria vida.

Os EIDs ou padrões emocionais e mentais estão conectados com a personalidade do indivíduo e é estabelecida na infância, tendo influência na vida adulta, portanto, relações abusivas que aconteceram na infância, estarão sempre presentes nas crianças, e para elas, relações abusivas serão recorrentes, desencadeando relações abusivas nas suas relações futuras.

Portanto, o esquema é encontrado em um nível mais profundo da cognição, no qual não fica consciente pela pessoa, estando ligado a questões instintivas e inconscientes da mesma. Na prática, ele pode ser identificado quando uma pessoa reage impulsivamente, sem pensar a uma determinada vivência.

Isso ocorre porque situações do presente guardam ligações inconscientes com eventos do passado. Em uma pessoa com esquemas disfuncionais, as emoções e reações negativas aparecem devido a algum evento sem a pessoa saber de onde elas surgiram.

As emoções e os comportamentos desadaptativos são frutos de necessidades não atendidas na infância, fazendo com que a pessoa se torne um adulto carente, inseguro, resistente ao mundo, rígido, entre outros. Nesse contexto, a TE busca atuar sobre as raízes desses esquemas, por meio de técnicas emocionais, cognitivas e comportamentais. Auxilia o paciente a encontrar maneiras adaptativas de

satisfazer suas necessidades emocionais que não foram supridas na infância (Young; Klosko; Weishaar 2008).

Na TE existem cinco amplos domínios de necessidades não atendidas, conforme Young, Klosko; Weishaar (2008), e estão agrupados em 18 esquemas desadaptativos iniciais, conforme mostrado nos quadros a seguir. O quadro 1, na sequência, apresenta os cinco domínios de Desconexão e Rejeição dentro da TE.

Quadro 1 - Cinco domínios de Desconexão e Rejeição

Domínios de desconexão e rejeição	
Abandono/Instabilidade	Espera confiante pelo abandono e decepção em todas as suas relações.
Desconfiança	Sente que os outros irão magoar, abusar, humilhar e mentir algum dia ou que já estejam fazendo isso.
Privação Emocional	Espera não ser amada, respeitada, admirada pelos outros.
Defectividade/Vergonha	Sente vergonha de si mesma. Sente que não é digna de amor.
Isolamento Social/Alienação	Se sente diferente dos demais e sente que nunca será aceita pela sociedade.

Fonte: Adaptado pelos autores Young, Klosko e Weishaar (2008).

O quadro anterior se refere aos Esquemas de Desconexão e Rejeição. É resultante de um ambiente desprovido de segurança, afeto e acolhimento durante a infância, em que ocorre uma desconexão na relação do (a) filho (a) com seus pais, resultando em um adulto inseguro e desmerecedor da vida.

Na sequência, o quadro dois, mostrará os quatro domínios de autonomia e de desempenho prejudicados nos pacientes que sofreram de relacionamentos abusivos.

Quadro 2 - Quatro domínios de Autonomia e Desempenho Prejudicados

Domínios de autonomia e desempenho prejudicados	
Dependência/Incompetência	Sente que não consegue viver sozinha.
Vulnerabilidade	Vive para esperar por mortes, acidentes e coisas negativas.
Submissão	Sente que para agradar o outro precisa sempre buscar prevalecer as vontades do outro.
Fracasso	Sente que nada vai dar certo na sua vida, está destinado ao fracasso.

Fonte: Adaptado pelos autores Young, Klosko e Weishaar (2008).

O segundo quadro descreve sobre os Quatro esquemas de Autonomia e Desempenho Prejudicados. O negativismo, a autosabotagem e a falta de autonomia levam a dependência, vulnerabilidade, submissão e ao fracasso, desencadeando uma vida sem méritos. O terceiro quadro mostra os domínios de Limites Prejudicados.

Quadro 3 - Dois domínios de Limites Prejudicados

Domínios de limites prejudicados	
Superioridade/Grandiosidade	Sente superior aos outros.
Autocontrole/autodisciplina insuficientes	Não sabe controlar seus desejos imediatos para longo prazo.

Fonte: Adaptado pelos autores Young, Klosko e Weishaar (2008).

O terceiro quadro se refere aos Dois esquemas de Limites Prejudicados. Quando a criança tem todas suas vontades realizadas pelos pais ou ela acredita que é melhor do que todos, pois consegue tudo o que deseja. Automaticamente no futuro é um adulto que passa por cima de todos para conseguir realizar seus esquemas. A seguir, o quadro quatro apresenta os três domínios de Dedicção ao outro.

Quadro 4 - Três domínios de Dedicção ao outro

Domínios de dedicação ao outro	
Subjugação/Repressão	Esconde seus desejos, sentimentos por medo de ser decepcionada.
Autosacrifício/Altruísmo	Precisa sacrificar suas vontades pelo outro.
Busca de aprovação/reconhecimento	Busca por aprovação o tempo todo das pessoas a sua volta.

Fonte: Adaptado pelos autores Young, Klosko e Weishaar (2008).

O quarto quadro, mostrado anteriormente, se caracteriza pelos Três Esquemas de Dedicção ao Outro. Quando as necessidades emocionais da família são mais valorizadas do que os sentimentos da criança deixando todas as necessidades de lado, é iniciado esse tipo de esquema. O quinto quadro refere-se aos quatro domínios de hiper vigilância/inibição.

Quadro 5 - Quatro domínios de hiper vigilância/inibição

Domínios de hiper vigilância/inibição	
Negatividade/Pessimismo	Espera o mal, não foca nos pontos positivos.
Inibição Emocional	Inibe suas emoções por medo de acontecer algo negativo.
Perfeccionismo	Exige muito de si em todas as tarefas e relacionamentos.
Punitividade	Sente que todos os erros devem ser punidos.

Fonte: Adaptado pelos autores Young, Klosko e Weishaar (2008).

E por último, o quinto quadro descreve sobre os Quatro domínios de hipervigilância/inibição. Refere-se a quando os pais estão sempre corrigindo e inibindo as atitudes da criança para ela nunca errar ou quebrar regras que foram solicitadas pelos pais rígidos.

Vale ressaltar que nem sempre os EIDs ocorrem devido a traumas ou negligências na infância. Esses podem ocorrer em qualquer momento da vida, em situações adversas. E o no decorrer do processo em que pessoa for envelhecendo, os EIDs vão ficando mais rígidos e difíceis de serem modificados, resultando em sofrimentos e relacionamentos complexos nos quais os diálogos e resoluções de conflitos ficam inacessíveis.

O foco de quaisquer relações é evitar brigas, enfatizando a busca por diálogos e resoluções de problemas nas relações para se obter ambientes equilibrados. De acordo com Rosa e Bassan (2019), a comunicação verbal e corporal é de extrema importância para que os desejos, pensamentos, sentimentos e intenções sejam demonstrados de forma saudável. Sendo assim, é crucial que haja respeito, compreensão e comunicação para o estabelecimento e a manutenção de uma relação conjugal respeitosa.

Todavia, ocorre o contrário quando a vítima nasce e se torna uma criança sem suas necessidades emocionais básicas realizadas. É imensa a probabilidade de vir a se tornar um adulto dependente de pessoas, na espera de suprirem suas necessidades não acolhidas na infância, aceitando migalhas e abusos psicológicos na tentativa de suprir necessidades internas.

No que se refere ao abusador, este estabelece esquemas desadaptativos quando não tem suas necessidades estabelecidas enquanto criança, estabelecendo-se em um perfil manipulador, violento, possessivo, autoritário e controlador para suprir sua falta, originalizando-se em uma relação abusiva.

O psicólogo deve ter uma postura empática, tendo compreensão sobre como o indivíduo se comporta, todavia, fortalecendo mudanças e destinando novos objetivos juntamente com o paciente. Em atendimentos de casos de violência contra a mulher, é de suma importância, ter um olhar atento à violência.

Em caso de risco à integridade física, o mesmo deverá quebrar o sigilo do código de ética da psicologia, respaldada pelo artigo 10º do Código de Ética (Conselho Federal de Psicologia, 2005).

Uma das técnicas que a TE usa no processo terapêutico nesses casos para tentar diminuir a violência na vida dessas mulheres é a reparentalização limitada. Acessar os esquemas por meio da reparentalização limitada entre terapeuta e paciente pode ser alcançado por meio de roleplay (interpretações de papéis) no qual o terapeuta age de forma saudável e dialoga com o a criança vulnerável do outro, visando atender suas necessidades emocionais que nunca foram supridas (Paim.; Cardoso 2019).

A reparentalização limitada é uma estratégia terapêutica da TE, cuja finalidade é promover experiências positivas de cuidado e afeto que não foram realizadas pelos cuidadores no período da infância. No início, o terapeuta ocupa o papel do cuidador, que posteriormente será substituído pelo modo adulto saudável da paciente.

A reparentalização limitada pode ser aplicada por exercícios de imagem mental para a paciente ter acesso a uma memória da infância ou adolescência, o terapeuta reescreve a cena, agindo de forma empática e adaptativa com a necessidade emocional da criança naquele momento da cena (Wainer; Paim; Erdos, 2016).

Torna-se importante então, a respeito da TE, lutar contra as vozes internalizadas dentro do ser, quebrando as crenças disfuncionais que foram criadas através do convívio desadaptativo da família em momento de infância, haja vista, uma mudança em suas perspectivas cognitões através de técnicas cognitivas (Paim; Cardoso; Bertho, 2019).

3. METODOLOGIA

O presente artigo foi elaborado por meio de pesquisa bibliográfica, a qual utilizou o método de revisão de literatura. Foram empregados artigos acadêmicos relacionados com o tema proposto, visando às contribuições da Terapia de Esquemas em casos de relacionamentos abusivos.

As consultas bibliográficas foram feitas por intermédio de buscas nas bases Google Acadêmico, SciELO, Pepsic e sites, com o tema proposto para o melhor entendimento da temática, com a utilização das palavras chaves: terapia de esquemas, tratamento, relacionamentos abusivos e mulheres. Foram encontrados artigos acadêmicos nos quais tinha como intuito encontrar informações, discussões e objetivos semelhantes.

Acerca da pesquisa bibliográfica, Fonseca (2002, p.32 apud Engel; Tolfo, 2009, p.37), nos informa que [...] a partir do levantamento de referências teóricas já analisadas, e publicadas por meios escritos e eletrônicos, como livros, artigos científicos, páginas de web sites, qualquer trabalho científico inicia-se com uma pesquisa bibliográfica, que permite ao pesquisador conhecer o que já se estudou sobre o assunto.

Nessa revisão de literatura foi utilizado o recorte temporal entre os anos 2000 e 2023. No entanto, foi preciso utilizar materiais mais antigos pela magnitude do tema e pelo autor principal da pesquisa, Jeffrey Young, fundador da Terapia de Esquemas, desenvolvida por esse autor em 1990.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Relacionamentos abusivos configuram-se como uma demanda complexa que gera imenso impacto emocional, comportamental e social em suas vítimas. A TE caracteriza-se como um tratamento próspero para essa problemática, que visa o rompimento dos esquemas desadaptativos, em questões psicológicas que voltadas para a permanência da mulher nesse tipo de relacionamento.

O presente artigo objetivou a contribuição da TE em casos de relacionamentos abusivos e os EIDs das vítimas em relações abusivas. É de suma importância acessar os domínios esquemáticos das mulheres, vítimas de relacionamentos abusivos para compreender as violências sofridas e as dificuldades que elas apresentam para chegar ao rompimento dessas relações.

De acordo com Young (2008), os EIDs são originados através de vivências negativas ao longo da infância ou do modo de como foi o relacionamento dos pais com a criança. Desse modo, há uma relação direta entre a figura materna, paterna ou cuidadores no desenvolvimento psicológico e emocional do indivíduo, sendo assim, resultará em como se relacionará afetivamente na vida adulta.

Segundo Rossini (2001), quando o ser humano ou a criança não estão bem afetivamente, seu papel social mostra-se sem vitalidade. Crianças que experienciam uma infância vasta de amor, atenção, cuidado, carinho e segurança vinda de seus pais ou cuidadores, possuem a chance de se tornar alguém mais realizado individualmente.

Todavia, ocorre o contrário quando isso não é depositado para a criança, como por exemplo, no domínio de Desconexão/ Rejeição, que envolve o esquema de Abandono/ instabilidade que o indivíduo percebe. As mulheres que possuem este esquema desadaptativo podem apresentar uma crença

disfuncional de que nunca vão poder ter um relacionamento de forma segura, pois acreditam que todas as relações são de fracassos e que a qualquer momento vão ser abandonadas.

Estas crenças resultam na aceitação de relações marcadas pelo controle do parceiro pelo meio da violência. Porque os esquemas já fazem parte da vida da vítima devida à sua trajetória e tornam-se normais para elas. As características dos esquemas estão relacionados às características do agressor, ocorrendo nitidamente à relação abusiva. (Calvete; Estévez; Corral, 2007).

Em casos de relacionamentos abusivos, às vítimas na maioria das vezes se sentem culpadas ou tem visões distorcidas de si mesmas para justificar tais atos da violência que passam. Essas características vão de encontro com o esquema de Defectividade/ vergonha, que tem como ideia central que elas não são dignas do amor das pessoas.

Esse esquema influencia a mulher a achar que elas são os motivos das brigas, dos ciúmes, de forma que se sintam responsáveis pelos comportamentos abusivos dos abusadores. Os EIDs são variáveis e aquele que estiver mais ativado e próximo do dia a dia, a mulher pode se sentir pertence e merecedora do sofrimento que um relacionamento abusivo pode oferecer se tornado passiva da violência.

Famílias que prezam primeiramente pelos seus desejos emocionais e não valorizam as necessidades das crianças são responsáveis pela formação dos esquemas de domínio Orientação para o outro. Como objetivo de obter aprovação, amor, aceitação ou mesmo aliviar a dor dos outros.

As crianças aprendem a colocar o foco nos sentimentos e respostas dos demais e não nos seus. Tornando um adulto que não se coloca em primeiro lugar, não satisfazendo seus desejos.

Como já fundamentado no texto, os EIDs de Domínios de Desconexão e Rejeição/Autonomia e Desempenho Prejudicados/ Limites Prejudicados/ Dedicção ao outro e hipervigilância/inibição influenciam a entrada em um relacionamento abusivo e/ou pode ser causa para mulheres permanecerem nessas relações.

De acordo com Baldissera *et al.* (2021), no que se diz respeito a TE, as técnicas vivenciais são consideráveis, a mediação é realizada com o esquema a nível emocional, como por exemplo o uso de imagens mentais do passado a fim de descobrir a origem dos esquemas, identificando e ressignificando cada um de acordo com as situações vividas.

Diante disso, as vítimas aceitam abusos e padrões punitivos de seus companheiros devido as suas crenças que foram formadas desde sua infância devido à forma de tratamento que seus pais ou seus cuidadores ofereceram. Pais ou cuidadores disfuncionais prejudicam mulheres a saírem de seus

relacionamentos abusivos, pois acreditam que são merecedores das brigas, dos gritos, das chantagens e manipulações. Dessa forma, a parentalidade na infância carrega crenças sociais e culturais que podem sustentar ideias abusivas de relacionamento.

O intuito do tratamento da TE, é a quebra dos domínios esquemáticos, por meio disso, existe a técnica da carta aos pais que foram punitivos, quando a paciente escreve uma carta relatando toda sua dor e sua história de abusos (Baldissera *et al.* 2021).

A técnica da cadeira vazia entra em uma hipótese de contribuição para casos de relacionamentos abusivos, envolve modos esquemáticos com a finalidade de ouvir, acolher nutrir as necessidades de afeto da criança vulnerável, combater os pais internalizados e focar nos EIDs para combatê-los de maneiras adaptáveis (Baldissera *et al.* 2021).

Diante da técnica da cadeira vazia, ela pode auxiliar no modo pais internalizados disfuncionais, porque ao representar o cuidador abusivo da sua infância a cadeira vazia faz reviver cenas de sofrimento, porém de uma maneira segura, com um ambiente de fala que visa o acolhimento para vítima de violência.

Sendo assim, a hostilidade pode ser expressa de forma adaptativa quando direcionada ao devido alguém, ao invés de descarregada ao parceiro ou a si mesma pela falta de valorização consigo mesma (Young; Klosko; Weishaar, 2008). Na devida técnica, a cadeira vazia, o terapeuta ajuda a vítima a falar do abusador (que está representado na cadeira vazia) todo o mal que já ocorreu, diminuindo as dores e sofrimentos.

Um dos intuitos das intervenções é preparar a paciente (vítima) para que ela possa aos poucos durante a caminhada se tornar a sua própria terapeuta após o término da psicoterapia, o que é cabível pelo excelente processo de psicoeducação que ocorre ao longo do tratamento, aos enfrentamentos dos esquemas desadaptativos que levará ela ao equilíbrio de seus traumas, suas vivências fracassadas e de afeto que não recebia adequadamente.

De acordo com todos os levantamentos bibliográficos, os resultados da TE como tratamento para mulheres em relações abusivas se mostram eficazes diante das técnicas experiências e emocionais citadas a cima, as quais possuem efeito colaborativo para mudança dos EIDs (Young; Klosko; Weishaar, 2008).

Sob essa perspectiva, as mudanças levam às vítimas a não se colocarem nas mesmas situações abusivas ou para que elas possam identificar a violência, pois a exposição diária diante a esse fenômeno leva a naturalização da experiência (Cerqueira; Mendes, 2022).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente artigo teve como objetivo a contribuição da TE como intervenção e possível tratamento de mulheres em casos de relacionamentos abusivos, desta forma, elucidar quais os EIDs dessas mulheres que as levam para esses relacionamentos. As relações abusivas consistem em conflitos e se mostraram relacionada aos EIDs. Através de todo o levantamento da pesquisa, é válido considerar que EIDs podem caracterizar-se em relacionamentos abusivos na vida adulta.

A temática é de suma importância para a sociedade, visto que, é um assunto freqüente, que está explícito nas vidas de inúmeras mulheres e nas mídias. Conforme foi os resultados da temática estudada, é possível considerar que os EIDs em mulheres com relações abusivas contribuem para que as mesmas continuem nas relações evitando o término. Isso porque elas podem ter os Domínios de Desconexão e Rejeição/Autonomia e Desempenho Prejudicados/ Limites Prejudicados/ Dedicção ao outro e hipervigilância/inibição.

Com isso, são esquemas enraizados favorecendo os pensamentos negativos, autosabotadores, menosprezando os seus valores como ser humano que foram adquiridos pelas vivências desagradáveis de seus pais ou cuidadores nas suas infâncias.

A intervenção da TE é contribuir para que as vítimas busquem formas adaptativas de satisfazer suas necessidades emocionais que não foram supridas na infância, visando o acolhimento emocional. Nesse sentido, consistem as técnicas, bem como a reparentalização limitada, a técnica da cadeira vazia, e a carta escrita pela paciente a fim de diminuir suas dores reprimidas.

Para diminuir os prejuízos de uma relação abusiva é importante contar com uma rede de apoio que vise enaltecer a vida das mulheres. Todo tipo de violência contra a mulher é um problema de saúde pública, pois afeta sua vida emocional, social, o desemprego, a dependência psicológica, econômica e ao uso de substâncias, assim como o surgimento de transtornos psicológicos.

Respalda-se a importância da Lei Maria da Penha, destacando um atendimento mais célere para a mulher, para ela resolver todas as ações cíveis que fazem parte da violência, as redes de apoio de amigos e pais desde a infância da criança, levando segurança, afeto, dependência, resolução de conflitos para se tornar um adulto bem resolvido consigo mesmo e o apoio da família em uma possível separação na vida adulta.

Conclui-se então, que no contexto terapêutico, o psicólogo precisa adotar uma postura ativa, empática e estabelecer um ambiente calmo e seguro para atender todos os danos psicossociais sofridos pelas vítimas, tendo como intuito ajudá-las para obter uma vida privilegiada pelos seus direitos com enfoque na TE para possível tratamento.

ABSTRACT: Abusive relationships are overwhelmingly present in society, causing countless losses for women, and are a public health problem, as they have major psychological, physical and social impacts. The importance of Schema Therapy (ST) as a form of treatment for cases is reinforced. This article aimed to contribute to ST in cases of abusive relationships, as well as the Initial Maladaptive Schemas (IMS) of victims in abusive relationships. The article was prepared through bibliographical research, which used the literature review method. Abuse or neglect by parents or caregivers can reflect on adults with IMS. It is understood that women with IMS can remain in abusive relationships and experience difficulties in breaking off relationships. It is important to highlight the importance of psychotherapy focused on ST, in addition to the support network formed by family and friends, in order to alleviate psychosocial impacts on these women.

Keywords: Abusive Relationships. Schema Therapy. Treatment. Women.

REFERÊNCIAS

BALDISSERA, D.; PAIM, K.; PREDEBON, B. M.; FEIX, L. F. Contribuições da Terapia do Esquema em relacionamentos conjugais abusivos: uma revisão narrativa. **PSI UNISC**, 2021. Disponível em: online.unisc.br/seer/index.php/psi/article/view/15386. Acesso em: 16 de outubro 2023.

BRASIL. Lei nº 11.340, de 7 de agosto de 2006. **Cria mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher**. Termos do § 8º do art. 226 da Constituição Federal, da Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação contra as Diário Oficial da União, Brasília, 8 ago 2006. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/111340.htm. Acesso em: 20 de maio de 2023.

BRASIL. ONU Mulheres. **Governo Federal lança o programa “Mulher, Viver sem Violência.”** Brasília, 2013. Disponível em: onumulheres.org.br/noticias/13-03-13-governo-federal-lanca-o-programa-mulher-viver-sem-violencia/. Acesso em: 20 de maio de 2023.

BRASIL. Conselho Nacional do Ministério Público. **Violência contra a mulher : um olhar do Ministério Público brasileiro / Conselho Nacional do Ministério Público**. – Brasília: CNMP, 2018. Disponível em: https://www.cnmp.mp.br/portal/images/FEMINICIDIO_WEB_1_1.pdf. Acesso em: 14 de novembro de 2023.

BRASIL. Organização Mundial da Saúde (OMS). **Violência contra a mulher**. 2021. Disponível em: brasil.un.org/pt-br/115652-oms-uma-em-cada-3-mulheres-em-todo-o-mundo-sofre-viol%C3%Aancia. Acesso em: 16 de outubro de 2023.

BRASIL. Câmara Municipal de São Paulo. **Lei Maria da Penha garante avanços na luta contra violência doméstica e familiar**. 2023. Disponível em: <https://www.saopaulo.sp.leg.br/mulheres/lei-maria-da-penha-garante-avancos-na-luta-contra-violencia-domestica-e-familiar-2/>. Acesso em: 17 de novembro de 2023.

CALVETE, E.; ESTÉVEZ, A.; CORRAL, S. Violência entre parceiros íntimos e sintomas depressivos em mulheres: Esquemas cognitivos como moderadores e mediadores. **Pesquisa e terapia comportamental**. Volume 45, Edição 4, abril de 2007 , páginas 791-804. Disponível em: doi.org/10.1016/j.brat.2006.07.006. Acesso em: 10 de outubro de 2023.

CERQUEIRA, L. C. D.; MENDES, D. L. **Os esquemas iniciais desadaptativos (EIDS) de mulheres em situação de violência conjugal e a terapia do esquema como estratégia de intervenção**. 2022. Disponível em: [C:/Users/Luiz/Downloads/604-2214-4-PB%20\(6\).pdf](C:/Users/Luiz/Downloads/604-2214-4-PB%20(6).pdf). Acesso em: 28 de outubro de 2023.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Código de Ética Profissional dos Psicólogos**, 2005. Disponível em: cfp.org.br/wp-content/uploads/2012/07/codigo-de-etica-psicologia.pdf. Acesso em: 03 de junho de 2023.

GRIGORI, P.; CAMPOS, J. **Violência contra a mulher**: fins de semana são dias com mais ocorrências. [S. l.]: Correio Brasiliense. 2017. Disponível em: correiobrasiliense.com.br/app/noticia/cidades/2017/07/15/interna_cidadesdf,609909/violencia-contra-a-mulher-fins-de-semana-sao-dias-com-mais-ocorrencia. Acesso em: 03 de agosto de 2023.

GERHARDT, T. E.; SILVEIRA, D. T. **Métodos de Pesquisa**. Coordenado pela Universidade Aberta do Brasil – UAB/UFRGS e pelo Curso de Graduação Tecnológica – Planejamento e Gestão para o Desenvolvimento Rural da SEAD/UFRGS. – Porto Alegre: Editora da UFRGS, p. 37. 2009. Disponível em: lume.ufrgs.br/handle/10183/52806. Acesso em: 24 junho de 2023.

LOURENÇO, L. M.; COSTA, D. P. Violência entre parceiros íntimos e as implicações para a saúde da mulher. Rev. **Interinst. Psicol.**, Belo Horizonte, v. 13, n.1, p. 1-18, jan. 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202020000100010. Acesso em: 17 de novembro de 2023.

NASCIMENTO, D.E.; SOUZA, K.V.S. Relações abusivas: um olhar cognitivo comportamental. **Colegiado de Psicologia**, Itabuna, 2018. Disponível em: repositorio.pgskroton.com/handle/789/21296. Acesso em: 03 de junho de 2023.

PAIM, K.; FALCKE, D. Perfil discriminante de sujeitos com histórico de violência conjugal: o papel dos esquemas iniciais desadaptativos. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental Cognitiva**. Volume XVIII no 2, 112 -129. 2016. Disponível: rbtcc.com.br/RBTCC/article/view/887. Acesso em: 16 de outubro de 2023.

PAIM, K.; CARDOSO, B. L. A. A química esquemática e as escolhas. **Terapia do esquema para casais**: base teórica e intervenção. Porto Alegre: Artmed, 2019. P. 31-44. Acesso em: 04 de junho de 2023.

PAIM, P.; CARDOSO, B.L.A. **Terapia do esquema para casais**: base teórica e intervenção. Porto Alegre : Artmed, 2019. Disponível em: google.com.br/books/edition/Terapia_do_Eschema_para_Casais/XjqgDwAAQBAJ?hl=pt-BR&gbpv=1&printsec=frontcover Acesso em: 20 de maio de 2023.

PINTO, M.G. **Permanecer, abandonar ou retomar à relação abusiva**: percepção de mulheres vítimas de violência conjugal. 116 p. Dissertação de Mestrado em Criminologia. Faculdade de Direito da Universidade do Porto, Porto. 2018. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt.pdf>. Acesso em: 04 de junho de 2023.

Portal G1. **27% das mulheres de 15 a 49 anos sofreram violência doméstica durante a vida**. Por g1, 2022. Disponível em: <https://g1.globo.com/saude/noticia/2022/02/16/27percent-das-mulheres-de-15-a-49-anos-sofreram-violencia-domestica-durante-a-vida-diz-estudo-da-the-lancet.ghtml>. Acesso em: 03 de agosto de 2023.

ROSA, A. F.; BASSAN, G. **Relacionamentos abusivos**: na perspectiva da análise do comportamento. Anápolis: [s.n]. 2019. Disponível em: <C:/Users/Luiz/Downloads/RELACIONAMENTOS%20ABUSIVOS%20->

NA%20PERSPECTIVA%20DA%20AN%C3%81LISE%20DO%20COMPORTAMENTO%20(1).pdf.
Acesso em: 23 de setembro de 2023.

ROSSINI, M.A.S. **Pedagogia afetiva**. 2. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2001. Acesso em: 28 de outubro de 2023.

SBARDELLOTO, G.; SCHAEFER, S. L.; JUSTO, R. A.; KRISTENSEN, H. C. **Transtorno de Estresse Pós-Traumático: evolução dos critérios diagnósticos e prevalência**. Rio Grande do Sul. 2011.
Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusf/a/szPNZDJmvMM6PzPNJvXRFQz/?format=pdf&lang=pt>.
Acesso em: 14 de novembro 2023.

SCHRAIBER, L. B.; OLIVEIRA, A. F. P. L.; JUNIOR, I. F. .; DINIZ, S.; PORTELLA, A. P.; LUDERMIR, A. B.; VALENÇA, O.; COUTO, M. T. Visibilidade/invisibilidade no estudo epidemiológico da violência sexual contra a mulher (VSCM) na cidade de São Paulo e Zona da Mata de Pernambuco. **V Congresso Brasileiro de Epidemiologia**, 2002. Disponível em: [scielo.br/j/rsp/a/8G54ZFwvFgLQsQtmKtFvtYt/](https://www.scielo.br/j/rsp/a/8G54ZFwvFgLQsQtmKtFvtYt/). Acesso em: 16 de outubro de 2023.

SILVA, S. A. **Análise da violência doméstica na saúde das mulheres**. Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano. São Paulo, v. 25, n. 2, 2015. Acesso em 17 de novembro de 2023.

SOARES, B. M. **Enfrentando a violência doméstica contra a mulher: orientações práticas para profissionais e voluntários**. Secretaria Especial de Políticas para Mulheres. Brasília, p.34. 2005. Disponível em: https://cesecseguranca.com.br/wp-content/uploads/2011/06/manual_enfrentando_violencia1.pdf. Acesso em: 03 de março de 2023.

SPERANDIO, E. **Relacionamentos abusivos podem originar fadiga, dores locais e alteração de hormônios**. Saúde com ciência. Belo Horizonte. 2022. Disponível em: <https://www.medicina.ufmg.br/relacionamentos-abusivos-podem-originar-fadiga-dores-locais-e-alteracao-de-hormonios/>. Acesso em: 14 de novembro de 2023.

WAINER, R.; PAIM, K.; ERDOS, R. Estratégias Terapêuticas: reparentalização limitada e confrontação empática. In: R. Wainer, K. Paim, R. Erdos, & R. Andriola (Eds.). **Terapia Cognitiva Focada em Esquemas: integração em psicoterapia** (1st ed., s.p.). Porto Alegre: Artmed. 2016. Disponível em: https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=e4WPCgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT41&ots=q7eu2AbKX4&sig=VKsdsL-1kOoKpTjh8va1a7g1otU&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false. Acesso em: 16 de outubro de 2023.

YOUNG, J. E.; KLOSKO, J. S.; WEISHAAR, M. E. **Terapia do esquema: guia de técnicas cognitivo-comportamentais inovadoras**. Porto Alegre: Artmed, 2008. Disponível em: portalrelacionandose.com.br/wp-content/uploads/2019/05/TERAPIA-DO-ESQUEMA-YOUNG.pdf . Acesso em: 01 de março de 2023.