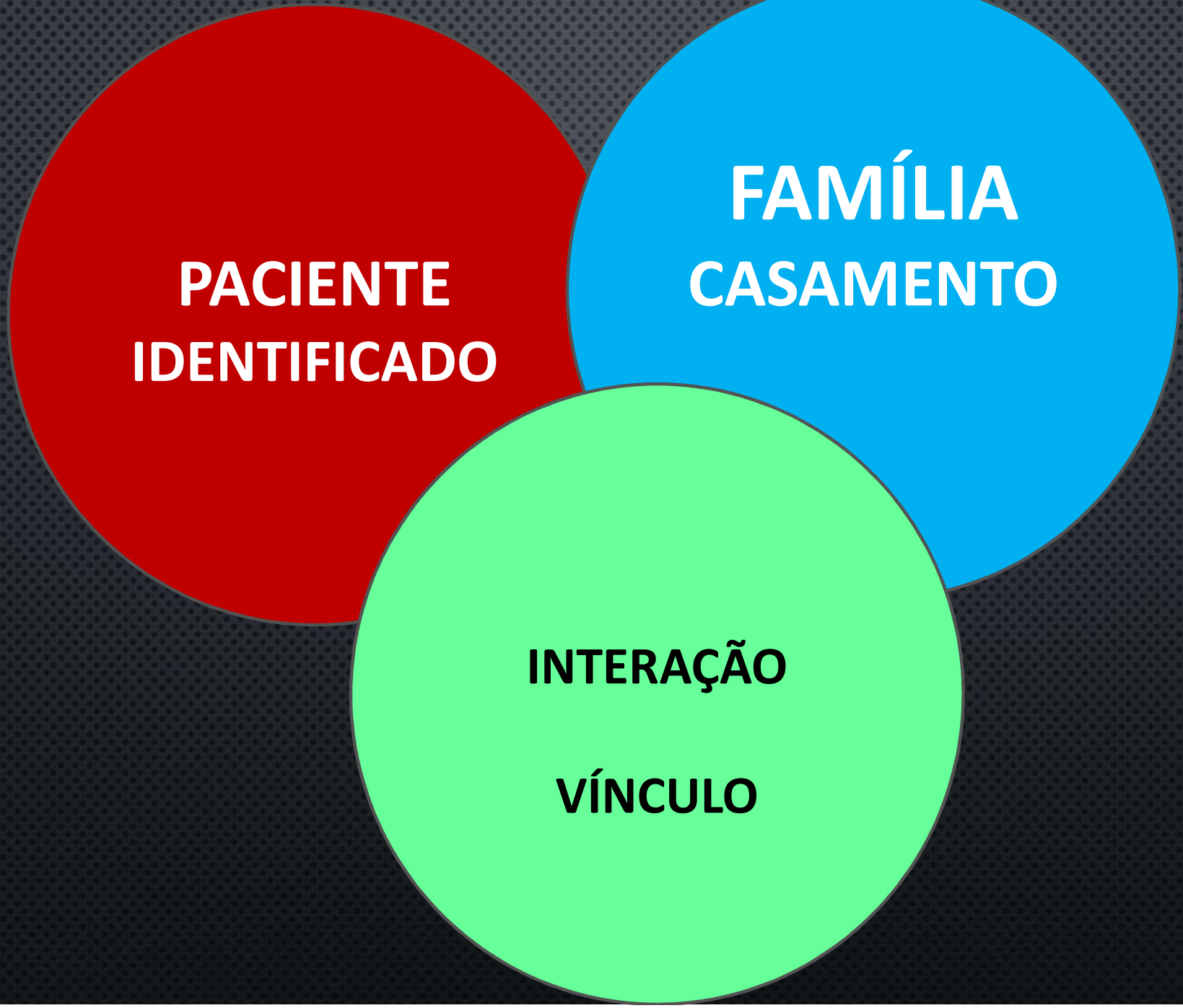


WESLEY  
ASSIS

AULA 6

# CODEPENDÊNCIA: A DOENÇA DO VÍNCULO



**PACIENTE  
IDENTIFICADO**

**FAMÍLIA  
CASAMENTO**

**INTERAÇÃO  
VÍNCULO**

## O QUE É CODEPENDÊNCIA ?

É UMA SÍNDROME EMOCIONAL ONDE A PESSOA TEM UMA NECESSIDADE IMPERIOSA DE CONTROLAR...

1. COISAS
2. PESSOAS
3. CIRCUNSTÂNCIAS
4. COMPORTAMENTOS

NA TENTATIVA DE CONTROLAR SUAS PRÓPRIAS EMOÇÕES.





## A NATUREZA DA SÍNDROME DA CODEPENDENCIA



- IDENTIFICÁVEL
- PREVISÍVEL
- PROGRESSIVA
- TRATÁVEL

“SERIA UMA PESSOA QUE TEM A VIDA FORA DE CONTROLE (AUTOABANDONO) POR VIVER UMA RELAÇÃO DISFUNCIONAL COM OUTRA PESSOA COM COMPORTAMENTO PROBLEMÁTICO”



A DEPENDÊNCIA E A CODEPENDÊNCIA É A  
SÍNDROME DA ...

**ILUSÃO DO CONTROLE**





PERMISSIVO

SALVADOR

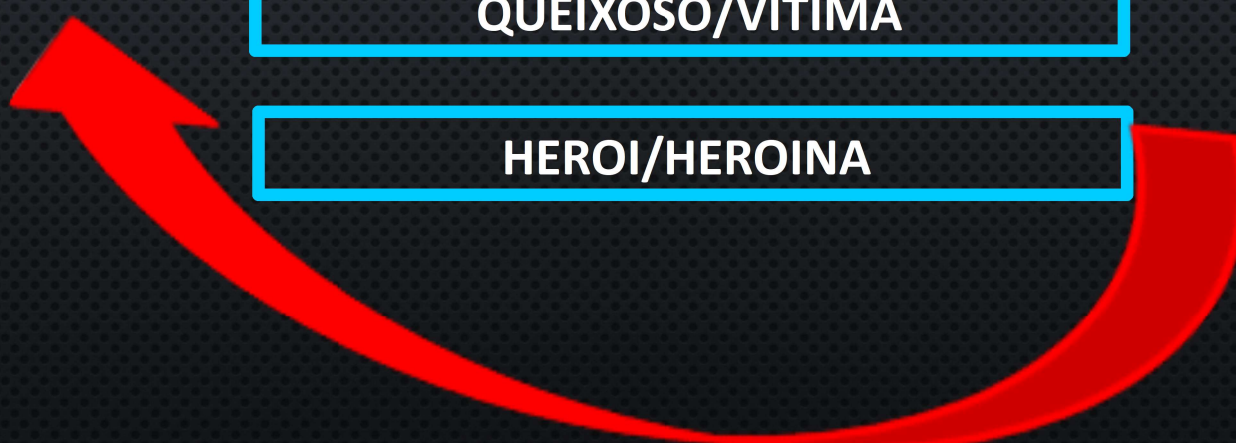
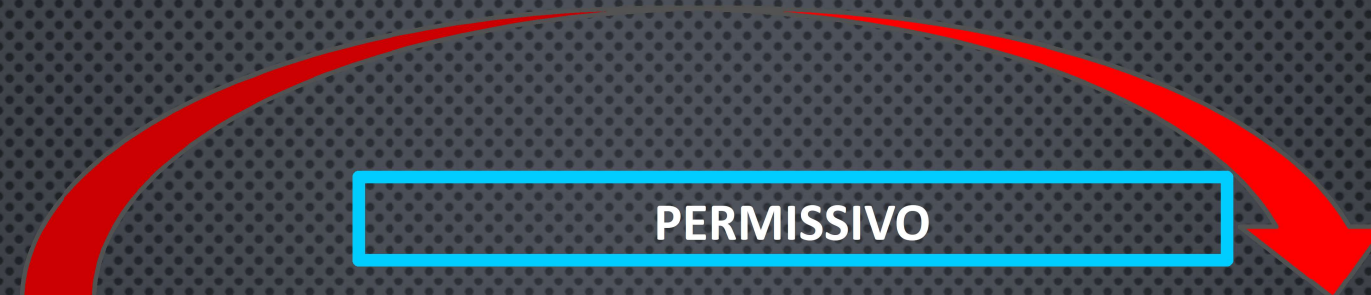
BABÁ/ CUIDADOR

PARTICIPADOR

ALIENADO/ RIGIDEZ

QUEIXOSO/ VITIMA

HEROI/ HEROINA





**PERMISSIVO**

Permite que a pessoa continue a ter o seu comportamento disfuncional/destrutivo ou nega que a pessoa tenha algum problema.

**SALVADOR**

Cria desculpas para o comportamento da pessoa, ou “salva-a” de situações desagradáveis (esconder de outro familiar um problema ou comportamento errado de um filho).

**BABÁ**

Cuida de todos os aspectos familiares e financeiros que mantém a pessoa unida.

Racionaliza o comportamento destrutivo da pessoa como sendo algo normal, permitindo que ele aconteça ou mesmo participando dele.

**PARTICIPADOR**

Torna-se uma superpessoa para preservar a imagem da família.

**HEROI/HEROINA**

Culpa a pessoa e torna-a bode expiatório de todos os problemas

**QUEIXOSO/VITIMA**

Desliga-se da família e age como se não ligasse para o problema ou para a pessoa.

**ALIENADO/RIGIDEZ**





## RECONHECENDO A ILUSÃO DE CONTROLE AUTO ABANDONO

### Padrões de negação

- Dificuldades de identificar suas próprias emoções.
- Minimizar, alterar ou negar o que se está verdadeiramente sentindo.
- Perceber-se completamente desinteressado por suas necessidades e dedicar-se ao bem estar dos outros.

### Padrões de auto estima :

- Dificuldades em tomar decisões
- Julgar severamente tudo o que se pensa, diz ou faz (nunca é “bom o suficiente”).
- Sente-se envergonhado ao receber reconhecimentos, elogio ou presentes.
- Não pede para outros conhecerem suas necessidades ou desejos
- Espera aprovação dos outros com relação aos seus pensamentos, sentimentos e comportamento acima da própria aprovação



## RECONHECENDO A ILUSÃO DE CONTROLE AUTO ABANDONO



### Padrões de complacência

- Assume compromissos acima dos próprios valores e integridade para evitar rejeição ou raiva dos outros.
- Muito sensível com relação ao que outras pessoas estão sentindo a seu respeito.
- Extremamente leal, permanecendo muito tempo em situações prejudiciais.
- Considera as opiniões e sentimentos dos outros muito mais do que os seus próprios e tem medo de divergir de opiniões e sentimentos.
- Se afasta dos seus próprios interesses e passatempos para fazer o que os outros querem.





## RECONHECENDO A ILUSÃO DE CONTROLE AUTO ABANDONO

### **Padrões de Controle:**

- acredita que a maioria das outras pessoas são incapazes de tomarem conta da própria vida
- tenta convencer os outros de que eles " deveriam pensar como eles verdadeiramente sentem"
- fica ressentido quando outros não aceitam a sua ajuda
- oferece aos outros livremente conselhos e direções sem ser questionado
- sente a necessidade de ser necessário para se relacionar com os outros



# ESTÁGIOS DE PREGRESSÃO DA CODEPENDÊNCIA

**REAÇÃO UNIVERSAL**

**COMUM EM DOENÇAS AGUDAS**

**I  
N  
I  
C  
I  
A  
L**

**TENTATIVAS NATURAIS  
PARA RESOLUÇÃO DE  
PROBLEMAS E  
AJUSTAMENTO  
FAMILIAR**

**RESPOSTA NORMAL A SITUAÇÃO  
ANORMAL**

**O SUPERENVOLVIMENTO É QUE TORNA A SITUAÇÃO NEGATIVA**

**IMPEDE O RECONHECIMENTO DE REAÇÕES DANOSAS(DQ)  
IMPEDE A AUTONOMIA DO PACIENTE/EMOÇÃO EXPRESSA  
BUSCA MUDAR O OUTRO**



## O QUE CARACTERIZA A CODEPENDENCIA É O COMPORTAMENTO RÍGIDO

- NÃO FALE DE PROBLEMAS E CONFLITOS
- NÃO EXPRESSE SENTIMENTOS
- SEMPRE SE COMUNIQUE DE FORMA INDIRETA
- NÃO SEJA EGOISTA
- FAÇA O QUE EU DIGO, NÃO FAÇA O QUE EU FAÇO
- É PROIBIDO BRINCAR E RELAXAR
- É PROIBIDO ERRAR; SACRIFIQUE-SE

### SINTOMAS

- SENTIMENTOS DE CULPA
- MEDO E INSEGURANÇA
- RAIVA E FRUSTRAÇÃO
- VERGONHA E BAIXA AUTOESTIMA
- INSATISFAÇÃO





**O QUE CARACTERIZA A CODEPENDENCIA É O  
COMPORTAMENTO RÍGIDO**

- **MARIDO QUE CERCEIA O CRESCIMENTO PROFISSIONAL DA MULHER.**
- **A MÃE QUE FAZ O IMPOSSIVEL PARA O FILHO NÃO SAIR DE CASA (OPORTUNIDADE, CASAMENTO, ESTUDO)**
- **O CHEFE QUE NÃO PERMITE AO EMPREGADO CRESCER DENTRO DA EMPRESA.**
- **A NAMORADA (O) QUE EXIGE DO PARCEIRO 24 HS. DE DEDICAÇÃO INCONTESTÁVEL E ABSOLUTA.**
- **A ESPOSA (O) QUE PREFERE DEIXAR O MARIDO DEPENDENTE DE ALCOOL BEBER EM CASA A IR AO BAR, OU QUE COMEÇA A BEBER JUNTO, PARA DAR APOIO.**