

DEPENDÊNCIA EMOCIONAL NAS RELAÇÕES INTERPESSOAIS EM UNIVERSITÁRIOS¹

EMOTIONAL DEPENDENCE ON INTERPERSONAL RELATIONS IN UNIVERSITIES

Isadora Machado²

Rosane Romanha, MSC³

Resumo: O objetivo do presente estudo foi descrever a frequência de dependência emocional nos relacionamentos interpessoais em cento e oitenta e sete universitários dos cursos de Enfermagem, Educação Física, Farmácia, Fisioterapia, Psicologia e Odontologia. Trata-se de uma pesquisa quantitativa de caráter descritivo e se caracteriza como levantamento. Para a coleta de dados utilizou-se um questionário, aplicado de forma online, através de um website específico para pesquisas, construído com cinquenta e dois itens auto aplicáveis, relacionados às relações: parental, amorosa e de amizade. Cada item foi avaliado com uma escala de seis níveis, que abrangem de 1 - completamente falso sobre mim, até seis - me descreve perfeitamente. O resultado indica que os universitários não apresentaram índices de dependência emocional em seus relacionamentos, alegando que as afirmações referentes as relações amorosa, parental e de amizade não os descreviam. Apresentaram baixos índices de ansiedade de separação, necessidade de expressão de afeto constantemente e modificação de planos em seus relacionamentos.

Palavras-chave: Relacionamentos interpessoais. Dependência emocional. Universitários.

Abstract: The aim of the present study was to describe the frequency of emotional dependence in interpersonal relationships in one hundred and eighty-seven university students from the Nursing, Physical Education, Pharmacy, Physiotherapy, Psychology and Dentistry courses. This is a quantitative research descriptive and is characterized as a survey. For data collection, a questionnaire was applied, applied online, with a specific website for research, built with fifty- two self-applicable items, related to parental, loving and social relationships and each item evaluated with a six-level scale, ranging from 1 - completely false about me, up to six - describes me perfectly. The result indicates that college students do not show emotional dependency in their relationships. Showing that college claim that the statements concerning the loving, parental and social relationship not described. Alleging that the statements regarding love, parental and friendship relationships did not describe them They

1 Artigo apresentado como trabalho de conclusão de curso de graduação em Psicologia da Universidade do Sul de Santa Catarina, como requisito parcial para obtenção do título de Psicólogo (a).

2 Acadêmico (a) do curso de Psicologia. E-mail: isinhazimba@gmail.com

3 Professora orientadora. Mestre em Educação – Universidade do Sul de Santa Catarina – Unisul. E-mail- rosane.romanha@unisul.br

had low rates of separation anxiety, the need for constant expression of affection and changes in plans in their relationships.

Keywords: Interpersonal relationships. Emotional dependence. University students

INTRODUÇÃO

Os seres humanos são os únicos que apresentam características e habilidades distintas, que se diferenciam umas das outras. São seres de relação, que necessitam do contato com outros indivíduos para assegurar a sobrevivência. Pinto (2014) refere, que todos os indivíduos compartilham a capacidade de se relacionar de forma consciente e voluntária com outros indivíduos, bem como apresentam a oportunidade de formar vínculos, usando critérios pessoais que atendam a necessidade emocional de cada indivíduo.

O relacionamento entre as pessoas tem grande relevância para a estrutura da personalidade de cada sujeito. Em sua obra, Vygotsky (1931) apud Bissoli (2014) afirma que o desenvolvimento da personalidade depende da integração do indivíduo, desde os primeiros anos de vida. É na atividade social (relacionamentos) que a personalidade se configura. O modo como cada indivíduo se relaciona é resultado de inúmeros fatores que são considerados na literatura atual de alta complexidade. Pinto (2014) menciona entre outros fatores, as características psicológicas de cada pessoa, como ela se insere dos ciclos sociais e sua história de vida.

É na família que ocorre a primeira experiência de relacionamento interpessoal, é a relação na qual o ser humano é apresentado ao contato afetivo, formando a primeira rede de relações, onde os vínculos se estabelecem e os afetos se apresentam inicialmente. De acordo com Adolpho (2017) a afetividade é construída desde as primeiras experiências de vida, e a forma como se estabelecem os vínculos será internalizada por meio das linguagens não verbais (ações) e verbais (linguagem). Os padrões familiares adquiridos na primeira infância irão influenciar na vida adulta e nos relacionamentos posteriores. Ressalta-se assim, a importância de se desenvolver um ambiente familiar seguro, que possibilite a comunicação e a expressão de sentimentos, para que permita ao indivíduo obter no futuro confiança e autenticidade nos vínculos que venham a se estabelecer (ADOLPHO, 2017).

Já o relacionamento amoroso, está inserido no cotidiano e apresenta uma grande visibilidade nas mídias sociais, sendo o foco de sucessos na literatura e no cinema. Este,

tem sido objeto de estudos científicos, que visam compreender sua formação e seus efeitos nos seres humanos. Os relacionamentos amorosos têm inúmeras características como: confiança, respeito, cumplicidade e a principal delas: o amor. O autor Schlosser (2014) em sua obra, relata que o amor se manifesta com o desenvolvimento de um sentimento amoroso por alguém, tratando-se um tipo específico de atração social.

Posteriormente quando os indivíduos são inseridos na sociedade, é apresentada uma nova rede de relacionamento interpessoal: a de amizade. Segundo Souza e Hutz (2008) a amizade é um relacionamento entre pessoas que não são familiares, parentes ou parceiros sexuais, é caracterizada pelo compartilhamento de intimidade e pelas redes de apoio. As amizades podem influenciar as preferências pessoais e gerar inquietação quando não está presente em eventos sociais. Souza e Hutz (2008) comentam que nesses tipos de amizade podem existir características de interdependência.

Como referido, os relacionamentos são uma parte crucial da existência humana, os relacionamentos considerados saudáveis buscam incentivar a individualidade e a autonomia do sujeito. No momento em que existe uma disfuncionalidade, na qual o indivíduo se relaciona e demonstra um nível elevado de apego, é chamado de dependência emocional, que segundo Bution e Wechsler (2016) é um transtorno aditivo, em que o indivíduo necessita do outro para manter seu equilíbrio emocional.

Pessoas que se encontram em relacionamentos deste tipo, são prejudicadas psicologicamente, pois existe uma crença internalizada, de que não conseguem existir sem o amor/atenção do outro, tornando-os vulneráveis. Em muitos casos renunciam sua própria identidade para agradar ao outro, e como aponta Adolpho (2017), o indivíduo se obriga estar em um relacionamento conflituoso pela necessidade de se sentir cuidado e apoiado pelo outro.

Quando o indivíduo se encontra em um relacionamento de dependência podem surgir inúmeros sintomas que apontem este caráter. Bution e Wechsler (2016) em sua pesquisa, demonstraram que no perfil dos dependentes emocionais foram observados comportamentos de submissão, sinais de fissura e abstinência do outro, ausência de decisões, vazio emocional, medo da solidão, baixa tolerância à frustração, tédio, conflito de identidade, sensação de estar preso na relação e não conseguir abandonar o relacionamento.

O tema dependência emocional está alcançando uma maior afeição nas pesquisas científicas, com artigos explorando suas definições. Como apresentado nos estudos feitos

por Bution e Wechsler (2016) e de Guimarães e Silva Neto (2015). Porém, se tratando de relacionamentos interpessoais, estes estão interligados frequentemente com a relação amorosa e pouco visto na literatura referente aos relacionamentos parentais e sociais.

Como visto, o tema dependência emocional pode acarretar prejuízos significativos na vida da pessoa. Sua relevância científica indica a necessidade de estudos mostrando que podem haver sinais/sintomas da dependência emocional em outras categorias de relacionamentos interpessoais além da relação amorosa. Aponta ainda para a importância de compreender o significado da dependência emocional, localizando em quais relacionamentos interpessoais, como por exemplo as relações familiares, amorosas ou/de amizade, exista uma probabilidade de ocorrer. Os dados promovidos por essa pesquisa podem auxiliar profissionais da área da saúde para que tenham um alcance maior sobre o tema, resultando em uma conduta apropriada com pacientes que estejam enfrentando esta problemática. Sua relevância social demonstra que a dependência emocional apresenta uma frequência maior do que é presumido. Torna importante, então, alertar tanto comunidades científicas como a população geral para um olhar atencioso no modo como ocorrem seus relacionamentos e, havendo a existência de algum sofrimento procurar ajuda especializada.

Diante disso, o presente estudo buscou descrever a presença e a frequência de dependência emocional nos relacionamentos interpessoais em universitários, no âmbito das relações parental, amorosa e de amizade.

RELACIONAMENTO

Relacionamento interpessoal é um tema com grande visibilidade no mundo científico há um bom tempo, considerando que é uma condição que interfere no convívio direto das pessoas. Schollosser (2014) aponta algumas áreas para melhor se compreender um tema tão complexo e explicar sua necessidade. O autor aponta o relacionamento como um objeto de estudos científicos compostos por áreas de conhecimento como, a antropologia, etnologia, sociologia e comunicação. Já na área da ciência psicológica e seus campos, de acordo Schollosser (2014, p.18) ressalta que “o relacionamento é investigado com maior veemência nos campos da psicologia social, psicologia do desenvolvimento, psicologia da personalidade e psicologia clínica”. O tema relacionamento tem grande importância para a

psicologia, pois faz parte do cotidiano dos seres humanos e interfere na saúde mental dos mesmos.

As relações possuem funções que vão desde a sobrevivência até o conhecimento de si e dos outros. Santos (2017, p.1) relata que o homem é um ser social e gregário por natureza e estabelece relações para obter informações sobre si, sobre os outros e sobre o ambiente no qual está inserido e somente existe em função de seus inter-relacionamentos grupais. Sendo assim, os vínculos são imprescindíveis para ditar os caminhos que o indivíduo irá percorrer.

O ser humano, como ser de relação, tem alguns modos de estabelecer suas conexões, e esses modos irão refletir em seu bem-estar social e na sua saúde mental. Ou seja, se a pessoa tiver um vínculo saudável terá capacidade maior de segurança e autonomia para lidar com seus conflitos diários. Neste sentido, Leitão (2006) aborda que os modos em que ocorrem os relacionamentos irão definir a forma de convivência entre os seres humanos e destes com a natureza. Os relacionamentos, fazem a diferença entre sofrimento e bem-estar e definem como a vida social é construída em seu cotidiano (LEITÃO, 2006)

A forma como ocorrem as relações são consequência de uma série de condições subjetivas, que se desenvolvem desde o momento do nascimento e finalizam ao falecer. É um processo que está em constante transformação e depende principalmente de fatores sociais. Pereira (2019, p.2) cita que “o processo de relacionamento interpessoal é complexo, contínuo e permanente, e se desenvolve por meio de comportamentos, pensamentos, sentimentos, reações mentais e físicas, sendo a forma mais frequente de interação humana”.

As relações humanas, como já mencionadas, são significativas na vida dos seres humanos e de acordo com Pereira (2019) é a partir delas que são formados os sistemas e que se organiza a sociedade. Quando há prejuízo em uma das relações interpessoais poderá haver prejuízo nas relações sociais. Ou seja, se um indivíduo no seu cotidiano tem um vínculo familiar, de amizade ou amoroso, que o leva a um sofrimento psíquico, este poderá refletir no momento de estabelecer novas relações gerando grandes prejuízos.

John Bowlby (1901-1990), psiquiatra e psicanalista inglês, foi um dos pioneiros na conceituação sobre o apego. Em sua teoria, relata que apego são os vínculos afetivos estabelecidos entre os seres humanos, que visam a obtenção de segurança pessoal e que tem sua origem na infância (RODRIGUES, 2009). Bowlby (2002) apud Rodrigues (2019) aponta que, o comportamento de apego é considerado uma classe social de importância

equivalente, podendo ocorrer desde acasalamento até a relação parental. Bowlby categorizou o apego em três modelos, sendo eles: apego seguro, apego inseguro e apego ambivalente. No apego seguro há uma infância vivida com relações saudáveis e vinculações afetivas equilibradas, no apego inseguro a intimidação constante faz com que a segurança entre as partes, não se fortaleça, e por fim, o apego ambivalente trata de uma dificuldade na vida adulta em manter relacionamentos duradouros por causa da baixa autoestima em detrimento da deficiência de uma contínua relação de apego.

É intrínseco à relação humana os ciclos que se terão na trajetória de vida. Para Rodrigues (2009) é natural a passagem do papel da figura de apego, que antes ocupado pelos pais, passe posteriormente a se manifestar em um amigo e quando surge um par romântico, esse sistema de apego encontra um novo sentido. Nesse estudo, a ênfase será dada aos relacionamentos interpessoais, que serão divididos nas categorias: relacionamento parental, amoroso e de amizade.

RELACIONAMENTO PARENTAL

O relacionamento parental é formado pela relação de pais e filhos dentro de um contexto familiar. A representação social de família, durante os séculos, passou por inúmeras transformações até chegar no modelo atual. Para Vidigal (2010) a noção de família passou por três grandes mudanças, a família tradicional, família moderna, família contemporânea.

O ambiente familiar é a primeira experiência que o ser humano tem em termos de relacionamento, é a partir deste contato inicial com outro ser humano que serão desenvolvidos os vínculos afetivos. Por isso, é de profunda importância esse contato afetivo que a criança tem com os pais, pois é a partir desta conexão real e saudável que será guiada toda a sua vivência relacional. Adolpho (2017) descreve que é no ambiente familiar que as necessidades de afeto, desapego, segurança, aprendizagem e comunicação são estabelecidas. A criança, na fase primária da relação afetiva, vive com sua família de origem um modelo de interação relacional.

A relação parental é fundamental para o desenvolvimento, pois, é a partir da vivência dela, que a criança irá internalizar o que significa certo ou errado e reproduzir em sua vida adulta. Martini (2012) afirma que, normalmente a criança internaliza, além de um

modelo de relacionamento, diversas crenças, representações e percepções que podem ser mantidas ou modificadas através das experiências interpessoais. Tudo que é aprendido no período da infância poderá trazer sintomas na vida adulta. A criança é o reflexo das pessoas com quem mais convive diariamente, pois, o que os adultos fazem e o modo como agem e a reagem às situações, ela os imitará.

Adolpho (2017) comenta sobre a diferenciação também chamada de separação-individualização, que é o processo em que o indivíduo se torna autônomo e independente, através da separação emocional da família. Para atingir essa capacidade é necessário atingir um nível de confiança nas relações sociais e autossuficiência (sentir-se relaxado mesmo na ausência de circunstâncias externas). Adquirir a capacidade de separação de um indivíduo, irá permitir uma liberdade de transitar entre os relacionamentos sem obter requisitos de um apego que gera sofrimento ao indivíduo.

O processo de separação-individualização ocorre entre o primeiro e o terceiro ano de vida e a mãe tem um papel fundamental para auxiliar a criança nesse processo. Se este processo não for vivenciado adequadamente, o indivíduo possivelmente estará emocionalmente fusionado com sua família de origem, interferindo assim na autonomia do sujeito. Para Adolpho (2017) quando a dependência emocional é mútua, existe uma dificuldade ainda maior.

Uma relação parental disfuncional pode prejudicar o desenvolvimento do indivíduo para o futuro, apresentando dificuldades nos seus relacionamentos, sua comunicação e também na interpretação de suas próprias emoções. Assim, uma das consequências dessa disfuncionalidade, são os gatilhos geradores de ansiedade, que a pessoa poderá carregar consigo pela vida toda se não tratada e ressignificada (ADOLPHO, 2017).

RELACIONAMENTO AMOROSO

A temática do amor é um assunto constante na sociedade na atualidade, porém, já é observada desde as mitologias gregas quando citada Afrodite, considerada a deusa do amor. O tema também se faz presente nos romances clássicos, como Romeu e Julieta, escrita por William Shakespeare no ano de 1595. Atualmente, para algumas pessoas estar em uma relação amorosa é sinônimo de felicidade e satisfação. Ferreira (2009) comenta que na

sociedade ocidental, as relações amorosas ocupam um papel central na vida social e que ela tem sido base para as interações sociais.

A forma com a qual as pessoas são inseridas nos relacionamentos e o modo como se relacionam são determinadas pelo contexto social e histórico do indivíduo.

As relações amorosas, portanto, são fruto de uma determinação social e histórica. O modo como iremos nos relacionar afetivamente e sexualmente com o outro, o que iremos procurar num parceiro, os valores esperados numa relação e o modo como esta irá se configurar é condicionado pelo tempo histórico em que o sujeito está inserido. (FERREIRA, 2019, p.1)

Os relacionamentos amorosos atuais têm assumido novas configurações. O significado de amor entre casal tem variado de acordo com a subjetividade de cada um. As autoras Smeha e Oliveira (2011) relatam que o amor não tem significado único, ele é definido de acordo com a subjetividade de quem vivencia o sentimento, pois a individualidade, a cultura, o ambiente familiar no qual o indivíduo está inserido será fundamental para objetivá-lo.

O relacionamento amoroso proporciona para os indivíduos experiências diversas, que auxiliam no cuidado das relações entre pessoas. Para Adolpho (2017) em uma relação amorosa, a pessoa passa por grandes experiências, experimenta diversos sentimentos e emoções, exercita a convivência e a relação com o outro, o que pode ajudar em suas relações interpessoais.

Para que um relacionamento amoroso seja reconhecido como saudável, o mesmo deve ser vivenciado de forma prazerosa, fazendo com que se tenha benefícios em diversas áreas e que proporcione bem-estar e satisfação (ADOLPHO, 2017). Porém, nem sempre ocorre de forma saudável. Entre alguns casais, o relacionamento amoroso pode ser vivido de forma adversa criando uma disfuncionalidade que só será percebida quando chegar em casos extremos, quando levar os indivíduos a procurarem ajuda. Esses comportamentos dentro da relação podem gerar uma submissão do companheiro. Em muitos casos, ocorre a aceitação de comportamentos como violência física, psicológica, sexual e negligência. Os indivíduos se inserem num relacionamento tóxico sem ao menos perceber que estão completamente dominados e submissos aos seus parceiros, gerando uma dependência emocional da qual não conseguem se liberar e se sentem culpados por tudo que acontece de ruim, na relação afetiva com seu par.

Portanto, por mais benefícios que as relações amorosas possam trazer a vida do sujeito, nem todas serão saudáveis, precisando em alguns casos, de ajuda psicológica e até mesmo do desligamento dessa relação.

RELACIONAMENTO DE AMIZADE

Quando se inicia uma discussão acerca dos relacionamentos interpessoais, logo se associa às relações parentais e amorosas. É esquecida que a relação de amizade também faz parte dessas relações e produzem grande influência no cotidiano das pessoas. Desousa (2012 p.325) afirma que “a dificuldade em se definir a amizade reside não só em seu caráter multifacetado, mas também no fato de que as teorias sobre relacionamentos interpessoais costumam se direcionar às relações parentais e românticas”.

A amizade é algo que é apresentado ao sujeito na infância, com colegas de escola, com vizinhos e que logo é ampliado, no momento que o sujeito se torna adolescente. Alguns estudos, conforme destaca DeSouza (2012), se dedicam a pesquisar o impacto do relacionamento de amizade no desenvolvimento humano durante todos os ciclos da vida e mostram a contribuição para o desenvolvimento dos itens como as habilidades sociais, a saúde, qualidade de vida, a longevidade das pessoas.

Na vida adulta, para a formação de uma amizade, tal relacionamento possui inúmeros aspectos para se obter uma aproximação, como por exemplo, o sexo, estado civil, idade, escolaridade, renda, traços de personalidade, interesses comuns e atividades compartilhadas. (DESOUSA, 2012). Na passagem para a vida adulta, as amizades tendem se estreitar e fortalecer. Desousa (2012) diz que no início da vida adulta há um afastamento da família de origem e é o momento de ingresso do adulto em outros ciclos sociais como: o meio acadêmico, o mercado de trabalho.

As relações de amizade trazem benefício direto para os indivíduos. Estes benefícios podem estar na aceitação, confiança e/ou intimidade com alguém. Assim proporcionando bem-estar para os envolvidos. Desousa (2012, p.326) cita que “a amizade é um relacionamento significativo que promove felicidade e satisfação por meio de recompensas instrumentais, apoio emocional e companheirismo”.

Os autores Souza e Hutz (2008) afirmam que existem aspectos negativos nas relações de amizade, que podem gerar atributos de dependência de ambos, como

desaprovação, desafio ou questionamentos regulares. Assim como também ciúmes, dependência e perda da identidade.

DEPENDÊNCIA EMOCIONAL

A dependência emocional é um assunto com grande pauta no universo científico em razão dos prejuízos psicológicos que podem acarretar nos indivíduos. Seu conceito abrange a necessidade de um indivíduo em ter uma pessoa na qual ele apoia e confia a sua existência. A dependência emocional segundo Bution e Wechsler (2016) é um transtorno aditivo em que o indivíduo necessita do outro para manter seu equilíbrio emocional. Essa necessidade pode ocorrer tanto nos relacionamentos parentais como nos amorosos ou de amizade.

Uma das explicações existentes sobre a dependência emocional aponta para componente neurobiológico, que é responsável na fixação do processo de ativação neuronal. Bution e Wechsler (2016) explicam que frequentemente, no início do namoro, é necessária essa atividade neuronal para aumentar a sensação de conforto em seu relacionamento. Também existe uma grande influência cultural associada à mídia, que retrata o amor idealizado, confirmando e legitimando que comportamentos como: obsessão e dependência exagerada são comuns nos relacionamentos. Sendo assim a dependência emocional é entendida como um transtorno multifatorial sendo influenciado pelos fatores neurológicos, psicológicos e sociais.

Na relação de dependência emocional, na obra de Adolpho (2017) são apresentados dois elementos da dependência. O primeiro elemento é quando a pessoa se sente impedida de cuidar de si mesma, podendo ocorrer com mais frequência nas relações parentais e o segundo, é quando o indivíduo precisa ter uma ligação emocional com alguém, o que pode ocorrer nas relações amorosas. Na concepção de Adolpho (2017) a dependência emocional está dividida entre emocional e funcional. Na dependência funcional o indivíduo se sente incapaz de cuidar de si mesmo, necessitando de uma pessoa para que possa depender, já a dependência emocional o indivíduo necessita de uma ligação emocional e um senso de cuidado com o outro. Ambas provocam danos psicológicos por causa da ausência de autonomia.

Bustion e Wechsler (2016) em seu estudo, expandem e especificam os elementos presentes na dependência emocional em quatro, sendo eles: motivacional, afetivo, comportamental e cognitivo. O componente motivacional indica uma necessidade de suporte, orientação e aprovação. O afetivo está relacionado com a ansiedade sentida pelo indivíduo nos momentos que precisa ser independente. O comportamento condiz com a submissão em interações interpessoais. E o último componente, cognitivo, corresponde a percepção do objeto como impotente e ineficaz.

O comportamento de se ter um cuidado excessivo com o outro é uma das condutas preocupantes, visto que, no momento em que a pessoa dependente renúncia seus interesses antes valorizados, ela passa a investir nos interesses do outro, para certificar que terá amor do outro. Adolpho (2017) menciona que a dependência emocional é vista como uma disfunção comportamental na qual a pessoa renúncia sua identidade em função de agradar o outro e por temer a realidade de ficar só. Há uma crença de não conseguir existir sem o amor do outro, tornando-se vulnerável e necessitando do amor e da atenção do outro para só assim se sentir vivo e feliz.

No momento em que a pessoa se encontra como dependente emocional, apresenta características essenciais em seu comportamento, acerca destas características Bustion e Wechsler (2016) citam: comportamentos de submissão ao outro, sinais de fissura e abstinência na ausência do objeto amado, ausência de decisões nos relacionamentos, sentimentos de insatisfação, vazio emocional, medo da solidão, baixa tolerância à frustração, tédio, desejo de autodestruição e sentimentos negativos, falta de consciência sobre seus problemas, sensação de estarem presos ao relacionamento e de que não conseguirão deixá-lo, conflitos de identidade, foco excessivo no outro e autonegligência, assunção de toda a responsabilidade pelos acontecimentos e necessidade de ajudar o parceiro, tentando resolver todos os problemas.

Há um grande sofrimento na pessoa emocionalmente dependente, pois existem inúmeros fatores que agravam sua situação, um deles, é o medo de se arriscar e perder o objeto de desejo e a sensação que o mesmo lhe traz, fator esse que gera um incômodo muito maior do que se possa imaginar. Não é fácil um dependente aceitar sua disfunção emocional e por ter uma grande resistência, conseqüentemente, não procuram ajuda necessária, tornando tudo mais difícil, é preciso ressaltar que o primeiro passo para uma melhora, é admitir a sua condição. Fabeni (2015) descreve que muitas pessoas apontam a dependência

afetiva, como um problema clínico, e que enquanto o sujeito se mantiver em um relacionamento, que traz um sofrimento imenso, colocará em risco o seu bem-estar físico e emocional.

MÉTODOS

A presente pesquisa trata-se de um estudo quantitativo por considerar fundamental que, para se chegar à concretização de seus objetivos, deve-se partir da mensuração das características do fenômeno pesquisado, sendo assim os resultados serão quantificados para uma análise integrada. Quanto ao seu caráter, que é descritivo, visto que irá proporcionar a descrição de características de uma determinada população e que exige uma série de informações sobre o objetivo principal da pesquisa. Se caracteriza como pesquisa de levantamento pois trata-se de uma busca de conhecimento sobre característica da população-alvo, que no presente estudo visa estudar a dependência emocional nos relacionamentos interpessoais em universitários. Para Gil (2002) As pesquisas de levantamento caracterizadas por uma interrogação direta, na qual se deseja conhecer um comportamento específico. Há uma questão que é investigada em um grupo significativo de pessoas acerca do problema estudado e posteriormente realizada uma análise quantitativa para obter conclusões dos dados coletados.

PARTICIPANTES

Os participantes da pesquisa foram universitários de uma Universidade, localizada no Sul de Santa Catarina, com idades entre 18 e 50 anos, devidamente matriculadas em cursos na área da Saúde tais como Educação Física, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Odontologia e Psicologia. Atualmente estima-se 2.600 universitários matriculados nas graduações citadas. Este número foi utilizado para realizar o cálculo de população/amostra: 2600 universitários, erro de 7% e confiança de 90%, assim resultando na estipulação de 150 participantes.

O estudo contou com a participação de 187 universitários ao total, sendo que 152 participantes responderam na íntegra o questionário, enquanto outros trinta e quatro

responderam parcialmente. Em relação ao sexo 153 (82,3%) participantes são do sexo feminino e 33 (17,7%) do sexo masculino. Com a relação a idade, a maioria dos participantes está na faixa etária entre 18 a 24 anos (79,5%), o que corresponde à 148 acadêmicos. Em relação a quantidade de participantes de cada curso, foram: estudantes de Psicologia 72 (38,7%), Fisioterapia 31 (16,7%), Enfermagem 27 (14,5%), Farmácia 22 (11,8%), Odontologia 21 (11,3%) e Educação Física com 17 (7%) participantes.

Tabela 01. Dados de identificação

	n (%) n = 187
Sexo	
Feminino	153 (82,3)
Masculino	33 (17,7)
Idade	
18 anos – 24 anos	148 (9,6)
24 anos – 32 anos	32 (17,2)
32 anos – 44 anos	4 (2,2)
44 anos – 50 anos	2 (1,1)
Curso	
Psicologia	72 (38,7)
Fisioterapia	31 (16,7)
Enfermagem	27 (14,5)
Farmácia	22 (11,8)
Odontologia	21 (11,3)
Educação Física	13 (7,0)

Fonte: Dados da pesquisa, 2020.

INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS

Para a coleta dos dados foi aplicado um questionário, construído com 52 itens autoaplicáveis, cada item avaliado com uma escala de seis níveis, que vão de 1 - completamente falso sobre mim, até seis - me descreve perfeitamente. A construção do questionário teve como base a pesquisa de Hoyos e Arredondo, na Universidade da Colômbia no ano de 2006, que teve como objetivo a construção e a validação de um instrumento para avaliar a dependência emocional no âmbito amoroso. Referido estudo, foi realizado com base teórica, o modelo de terapia cognitivo de Beck, levando em consideração a construção do perfil cognitivo específico para pessoas com dependência emocional, que são vistos como

características psicológicas: concepção que tem de si mesmo e de outros, a identificação de estímulos ameaçadores e as estratégias interpessoais. Para o presente estudo, foi realizada pelos pesquisadores, uma tradução literal e posteriormente uma adaptação para os contextos de relação parental e de amizades, das questões do instrumento, com o intuito de ampliar e modificar as questões que envolvem outras categorias de relacionamentos interpessoal. Foram criadas quatro categorias nos questionários: concepção de si, relacionamentos amorosos, relacionamento parental e relacionamento de amizade. Considerando os aspectos éticos envolvidos na pesquisa e seguindo protocolo de aprovação pelo CEP Unisul, sendo ele 3.839.456. O procedimento de coleta de dados foi realizado de forma online, com um website específico para pesquisas, disponível durante um mês para facilitar o acesso. Foi divulgado em redes sociais da pesquisadora, um link para a realização da pesquisa e solicitado para os centros acadêmicos de cada curso mencionados, que compartilhassem a publicação para obter um maior alcance dos universitários.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os dados coletados foram analisados com auxílio do software IBM *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 21.0. As variáveis qualitativas foram expressas por meio de frequência e porcentagem.

Os participantes responderam à um questionário, no qual foram divididas quatro categorias. A primeira categoria mostra afirmações em que os universitários compreendem sobre si, está localizada na tabela 02, onde apresenta o resultado das respostas dos 187 participantes questionados. A segunda categoria são afirmações relacionadas às relações amorosas encontradas na tabela 03 e 04. Posteriormente, encontram-se as afirmações sobre a relação parental incluída na tabela 05. E na quarta categoria estão as afirmações relacionadas às relações sociais localizada na tabela 06 e 07.

Tabela 02. Percepção Sobre si

	Respostas, n (%)					
	n = 187					
	a	b	c	d	e	f
Me sinto desamparo quando estou sozinho	36 (19,9)	56 (30,9)	39 (21,5)	26 (14,4)	17 (9,4)	7 (3,9)
Eu não tolero a solidão	53 (29,3)	45 (24,9)	36 (19,9)	20 (11,0)	18 (9,9)	9 (5,0)
Sou capaz de fazer coisas imprudentes, arriscar minha vida, para preservar o amor do outro	85 (47,0)	35 (19,3)	22 (12,2)	18 (9,9)	9 (5,0)	12 (6,6)
Sinto um forte sentimento de vazio quando estou sozinho (a)	54 (29,8)	51 (28,2)	30 (16,6)	16 (8,8)	19 (10,5)	11 (6,1)
Sou alguém carente e fraco (a)	67 (37,0)	52 (28,7)	24 (13,3)	8 (4,4)	17 (9,4)	13 (7,2)

Fonte: Dados da pesquisa, 2020

a. completamente falso sobre mim

b. mais falso sobre mim do que verdadeiro

c. um pouco, mas verdadeiro sobre mim

d. moderadamente verdadeiro sobre mim

e. em grande parte, verdadeiro sobre mim

f. me descreve perfeitamente

Os dados mostrados na tabela 02, indicam que há uma maior frequência de respostas nas opções A e B equivalente à 59,00% das respostas, o que pode indicar que os universitários participantes do estudo se veem como pessoas seguras, independentes e capazes de manter um relacionamento saudável sem prejudicar sua saúde mental.

Uma observação a ser feita é de que a afirmação “Me sinto desamparado quando estou sozinho(a)” foi indicada por sessenta e cinco dos participantes nos quesitos C e D, equivalente a 37% das respostas e vinte e quatro participantes assinaram a opção E e F equivalente a 13,3%. Comparando os dados, pode se pensar que há uma ambivalência com relação à estes sentimentos, ao mesmo tempo em que se percebem seguros e independentes, uma parte dos universitários se sentem abandonadas ou desprotegidas quando estão isolados do contato social.

Na vida humana, as relações interpessoais são indispensáveis para sobrevivência. Quando um indivíduo se percebe socialmente isolado e sem apoio social pode ser tomado por diversos pensamentos e comportamentos disfuncionais que poderão afetar a sua saúde mental. Rodrigues (2018, p.334) aprofunda sobre o assunto, mencionando que “a solidão, por sua vez, refere-se a um sentimento complexo, multidimensional e subjetivo resultante da percepção desagradável inerente à falta de apoio ou rede social”.

Como consequência, Rodrigues (2018) também aponta que o estado de solidão pode estar ligado a efeitos negativos no bem-estar, saúde física, psicológica e social do indivíduo. Esta condição pode, igualmente, prejudicar seu desempenho em outras esferas da vida como trabalho, estudo, família.

RELAÇÃO AMOROSA

A tabela 3 e 4 são compostas de respostas de 161 universitários, em relação a dezoito afirmações referentes à categoria de relação amorosa, sendo que 26 universitários não responderam este quesito, deixando os dados ausentes.

Tabela 03. Relação amorosa. Parte 1

	Respostas, n (%)					
	n = 187					
	a	b	c	d	e	f
Me preocupa a ideia de ser abandonada pelo mp	40 (24,8)	24 (14,9)	26 (16,1)	17 (10,6)	29 (18,0)	25 (15,5)
Para atrair mp, procurar elogiá-la e divertir-la	13 (8,1)	31 (19,3)	32 (19,9)	29 (18,0)	34 (21,1)	22 (13,7)
Faço o possível para ser o centro das atenções na vida do mp	54 (33,5)	43 (26,7)	22 (13,7)	18 (11,2)	17 (10,6)	7 (4,3)
Eu preciso constantemente de expressões de carinho do mp	20 (12,4)	42 (26,1)	33 (20,5)	23 (14,3)	22 (13,7)	21 (13,0)
Se mp não ligar ou não aparece no horário combinado, fico angustiado (a) ao pensar que ela esta com raiva de mim	70 (43,5)	31 (19,3)	15 (9,3)	15 (9,3)	20 (12,4)	10 (6,2)
Quando mp fica ausente por alguns dias, me sinto angustiado (a)	26 (16,1)	32 (19,9)	30 (18,6)	21 (13,0)	21 (13,0)	31 (19,3)
Quando discuto com mp, fico preocupado em deixar de amar	52 (32,3)	33 (20,5)	24 (14,9)	16 (9,9)	15 (9,3)	21 (13,0)
Ameacei me machucar para que mp não me deixe	147 (91,3)	4 (2,5)	5 (3,1)	1 (0,6)	1 (0,6)	3 (1,9)
Eu preciso muito que mp seja expressivo comigo	24 (14,9)	39 (24,2)	33 (20,5)	20 (12,4)	24 (14,9)	21 (13,0)
Preciso ter uma pessoa, para quem eu seja, mas especial que os outras.	54 (33,5)	31 (19,3)	28 (17,4)	19 (11,8)	18 (11,2)	11 (6,8)

Fonte: dados da pesquisa, 2020

mp. Meu/minha parceiro (a)

a. completamente falso sobre mim

b. mais falso sobre mim do que verdadeiro

c. um pouco, mas verdadeiro sobre mim

d. moderadamente verdadeiro sobre mim

e. em grande parte, verdadeiro sobre mim

f. me descreve perfeitamente

Na tabela 03 foi possível perceber que a maior frequência de resposta está localizada dos itens A e B equivalente 50,31% de frequência das respostas, o que dá um entendimento de que a metade da população participante do estudo não apresenta indícios de sofrer com a dependência emocional em um relacionamento amoroso. Pode-se assim entender, que como se trata de uma população jovem, com idade entre 18 a 24 anos, eles podem ter autonomia, e tem fácil acesso à informações sobre o tema e liberdade em seus relacionamentos, o que resultaria em um em relacionamento sem cobranças excessivas.

A segunda afirmação da tabela 03 - “Para atrair a atenção do meu parceiro procuro diverti-lo” - foi uma questão onde a frequência E e F se sobressaiu, totalizando 34,78% das respostas. Compreende-se que o ato de procurar divertir seu/sua parceiro/a são comuns em relacionamentos e em muitos casos é recíproco, e auxiliam na manutenção do bem estar no convívio social. Para Soares (2014) ter um bom humor, considerando suas diversas possibilidade de interações, é um facilitador, traz benefícios e fortalece as relações pessoais e interpessoais.

Em relação a afirmativa “Ameacei me machucar para que meu parceiro não me deixe”, os resultados mostraram uma diferença significativa das respostas. 93,78% da população responderam o item A e B. Em um consenso com a frequência demonstrada na tabela 03, é possível observar que um número significativo de universitários não arriscaria sua vida ou sua integridade física para obter a atenção do seu parceiro. Na literatura o ato de se machucar é utilizado como estratégia de enfrentamento para a resolução de problemas, assim como na elaboração de estratégias para lidar com situações de estresse (ARCOVERDE e SOARES, 2012).

Na afirmação inserida na tabela 03 “Quando meu parceiro(a) fica ausente por alguns dias, me sinto angustiado” o resultado mostra que cinquenta e oito universitários (36,02%), assinalaram a opção A e B, cinquenta e um universitários (31,67%) assinalaram a opção C e D e cinquenta e dois universitários (32,29%) assinalaram as opções E e F. Nesta afirmação as respostas ficaram divididas entre as opções. Podendo-se assim entender que a ansiedade de separação, que pode estar associada a um sentimento de tristeza e preocupação quando se está distante fisicamente do parceiro, encontra-se presente nas relações dos acadêmicos. Levy e Gomes (2011) falam que a ansiedade está relacionada com perder o objeto amado podendo aumentar a cobrança e a avidez.

Ou seja, a ansiedade de perder o parceiro faz com que a pessoa sinta que seu relacionamento possa estar fragilizado, tendo atitudes de desconfiança, levando a ativação de pensamentos disfuncionais e destrutivos relacionados a perda e solidão. Lemos e Londono (2006) descrevem que a ansiedade de separação reforça pensamentos, atribuindo significados e superestimando seu parceiro, citam também a necessidade de se viver calmo e feliz como opção direta para não sentir a angústia que a solidão gera.

Tabela 04. Relação amorosa. Parte 1

	Respostas, n (%)					
	n = 187					
	a	b	c	d	e	f
Quando tenho uma discussão com mp, me sinto vazio.	44 (27,3)	28 (17,4)	36 (22,4)	22 (13,7)	17 (10,6)	14 (8,7)
Me sinto triste se mp não expressa constantemente seus sentimentos.	35 (21,7)	34 (21,1)	31 (19,3)	31 (19,3)	16 (9,9)	14 (8,7)
Receio que mp me deixe.	63 (39,1)	27 (16,8)	19 (11,8)	18 (11,2)	15 (9,3)	19 (11,8)
Se mp propõe um programa, deixo todas as atividades que tenho para estar com ele (a).	41 (25,5)	36 (22,4)	34 (21,1)	22 (13,7)	16 (9,9)	12 (7,5)
Se eu não sei onde está mp, me sinto desconfortável.	35 (21,7)	34 (21,1)	36 (22,4)	18 (11,2)	16 (9,9)	22 (13,7)
Se eu tenho planos e mp aparece, eu os troco apenas para ficar com ele (a).	61 (37,9)	35 (21,7)	30 (18,6)	23 (14,3)	8 (5,0)	4 (2,5)
Eu me afasto dos meus amigos quando estou em uma relação amorosa.	84 (52,2)	29 (18,0)	18 (11,2)	14 (8,7)	12 (7,5)	4 (2,5)
Me divirto somente quando estou com mp	114 (70,8)	26 (16,1)	14 (8,7)	4 (2,5)	2 (1,2)	1 (0,6)

Fonte: dados da pesquisa, 2020

mp. Meu/minha parceiro (a)

a. completamente falso sobre mim

b. mais falso sobre mim do que verdadeiro

c. um pouco, mas verdadeiro sobre mim

d. moderadamente verdadeiro sobre mim

e. em grande parte, verdadeiro sobre mim

f. me descreve perfeitamente

Igualmente como na tabela 03, os dados apresentados na tabela 04 mostram que a maior frequência de respostas está nas opções A e B se igualando a 56,36 % das frequências. Confirmando majoritariamente que os universitários não possuem visivelmente índices de dependência emocional na relação amorosa.

A oitava afirmação da tabela 04 - “Me divirto somente quando estou com meu parceiro”- foi uma questão que mostrou grande frequência de respostas nos item A e B, equivalendo à 87,5% das respostas. Entende-se que os acadêmicos conseguem se divertir na

presença de outras companhias, como familiares e amigos, por exemplo, e, não necessitam estar acompanhado do seu parceiro/a. Assim favorecendo os índices de não haver a dependência emocional no relacionamento amoroso apontados na tabela 03 e 04.

Algumas afirmações localizadas nas tabelas 03 e 04 - Eu preciso constantemente de expressões de carinho do meu/minha parceiro (a)./ Eu preciso muito que meu/minha parceiro (a) seja expressivo comigo./ Preciso ter uma pessoa, para quem eu seja mais especial que os outros/ Me sinto triste se meu/minha parceiro (a) não expressa constantemente seus sentimentos.), tem como tema em comum investigar se os universitários necessitam de expressões de afeto constantemente de seus parceiro(a). Em média, cinquenta e quatro universitários assinaram a opção C e D e trinta e seis universitários assinaram a opção E e F.

Compreende-se que um número significativo de universitários não necessita de expressão de afeto constantemente em seus relacionamentos. Lemos e Londono (2006) falam que a expressão afetiva é uma necessidade que o sujeito tem em ter expressões constantes de afeto com seu parceiro, reafirmando o amor que sente e acalmando o sentimento de insegurança. Lemos e Londono (2006) desconfiam que toda a necessidade de amor incondicional leva a dependência emocional, porque necessita da constância de afeto do parceiro para se sentir amado. Trinta e seis universitários é um número significativo a ser observado, pois mesmo se tratando de uma minoria, necessitar de uma expressão de afeto/carinho regularmente pode indicar uma carência afetiva ocasionando uma dependência futura.

As afirmações localizadas na tabela 03 e 04 - Se eu tenho planos e meu/minha parceiro (a) aparece, eu os troco apenas para ficar com ele (a)./ Eu me afasto dos meus amigos quando estou em uma relação amorosa./ Me divirto somente quando estou com meu/minha parceiro(a) tem como tema em comum investigar se os universitários modificam seus planos para estar com seu parceiro. Em média cento e seis universitários responderam as opções A e B e trinta e oito universitários, assinalaram a opção C e D e quatorze universitários assinalaram a opção D e F.

Compreende-se assim que os universitários não cogitam mudar de planos para estar na companhia de seu parceiro. Tendo a liberdade de fazer as coisas que gostam, sair com seus amigos sem se sentirem culpados e frustrados com esse comportamento. Smeha e Oliveira (2013) comentam que os jovens desejam manter um relacionamento saudável com seu parceiro ideal e não abrem mão de manter sua rotina de solteiro e a convivência com amigos.

Assim, de acordo com os dados apresentados, os universitários não demonstraram índices elevados de dependência emocional em seus relacionamentos amorosos. Embora na literatura, o relacionamento amoroso seja um campo grande de pesquisas, pois a dependência é mais constatada por casos de denúncias por mulheres, que submetem a vários tipos de violência a sua integridade, pois acabam se submetendo à qualquer tipo de relação devido seu estado de servidão por seus parceiros e devido à estrutura patriarcal imposta em seu contexto social. Conclui-se, portanto, que mesmo que os índices apresentados sejam baixos na presente pesquisa, o contraponto desse assunto é de grande importância para se entender a razão pela qual tantas mulheres sofrem diariamente.

RELAÇÃO PARENTAL

A tabela 5 é composta por treze afirmações referentes à categoria de relação parental, foram respondidas por 156 universitários, sendo que 31 universitários não responderam as afirmações, deixando os dados ausentes.

Os dados mostrados na tabela 05, indicam que há uma maior frequência de respostas nas opções A e B sendo cerca de 65,33% de respostas. Compreende-se que o fator biológico é propício em tornar a ligação parental mais forte, pois existe uma dependência dos pais na primeira infância. Porém nota-se que em tal categoria, os universitários registram uma baixa frequência de dependência emocional. Por serem universitários com a média de idade entre 18 a 24 anos, são indivíduos que conseguiram adquirir a capacidade de separação atingindo assim autonomia, independência e maturidade, que para Adolpho (2017) quando o indivíduo obtém tais capacidades, terá maior liberdade de ir e vir nos relacionamentos, sem que a dependência afetiva seja presente em grande escala.

Na afirmação "Quando tenho um desentendimento com meus pais me sinto vazio" localizada na tabela 05, 28,2% (vinte e nove) dos universitários responderam a opção E e F. Entende-se que uma minoria dos universitários, quando se percebem em uma situação de conflito com os pais, demonstram sentimento de frustração, pois essa relação ao ser fragilizada interfere diretamente na sua saúde mental. O vínculo parental de dependência que era pra ser amenizado ao longo do tempo, se mostra tão presente ao ponto de interferir negativamente nas relações sociais.

Tabela 05. Relação Parental

	Respostas, n (%)					
	n = 187					
	a	b	c	d	e	f
A ideia de ser rejeitado (a) mps me preocupa	38 (24,4)	22 (14,1)	21 (13,5)	20 (12,8)	23 (14,7)	32 (20,5)
Para atrair a atenção dos mps, procuro diverti-los e elogiar-los sempre	62 (39,7)	38 (24,4)	30 (19,2)	11 (7,1)	9 (5,8)	6 (3,8)
Faço o necessário para que mps tenham a atenção voltadas para mim	111 (71,2)	28 (17,9)	10 (6,4)	4 (2,6)	2 (1,3)	1 (0,6)
Eu preciso constantemente de expressões de carinho dos mps	74 (47,4)	39 (25,0)	29 (18,6)	6 (3,8)	4 (2,6)	4 (2,6)
Se mps não chegam no horário marcado, fico angustiado (a) ao pensar que estão com raiva de mim	123 (78,8)	13 (8,3)	8 (5,1)	7 (4,5)	3 (1,9)	2 (1,3)
Quando mps estão ausentes, me sinto triste	66 (42,3)	26 (16,7)	33 (21,2)	11 (7,1)	10 (6,4)	10 (6,4)
Quando discuto com mps, tenho medo de receber menos afeto	77 (49,4)	24 (15,4)	21 (13,5)	12 (7,7)	7 (4,5)	15 (9,6)
Ameacei me machucar para perceber atenção dos mps	140 (89,7)	4 (2,6)	6 (3,8)	2 (1,3)	2 (1,3)	2 (1,3)
Eu preciso que mps conversem comigo	30 (19,2)	26 (16,7)	29 (18,6)	27 (17,3)	23 (14,7)	21 (13,5)
Preciso ser mais especial para mps do que outras pessoas	77 (49,4)	27 (17,3)	16 (10,3)	13 (8,3)	10 (6,4)	13 (8,3)
Quando tenho um desentendimento com mps me sinto vazio	37 (23,7)	26 (16,7)	29 (18,6)	20 (12,8)	15 (9,6)	29 (18,6)
Me sinto desconfortável, se não sei onde mps estão	53 (34,0)	32 (20,5)	27 (17,3)	15 (9,6)	15 (9,6)	14 (9,0)
Apenas me divirto com a presença do mps	115 (73,7)	17 (10,9)	7 (4,5)	7 (4,5)	5 (3,2)	5 (3,2)

Fonte: dados da pesquisa, 2020.

msp. meus pais

a. completamente falso sobre mim

b. mais falso sobre mim do que verdadeiro

c. um pouco, mas verdadeiro sobre mim

d. moderadamente verdadeiro sobre mim

e. em grande parte, verdadeiro sobre mim

f. me descreve perfeitamente

"Ameacei me machucar para receber atenção dos meus pais" foi a afirmação que resultou uma maior frequência de resposta nos itens A e B, com 93,3%. Esta afirmativa pode ser comparada com o comportamento auto lesivo. Para Arcoverde e Soares (2012) é descrita como uma conduta auto lesiva, o ato de se machucar ou de fazer mal a si mesmo sem intenção de suicídio, através da provocação de danos físicos leves ou moderados. Comparando os resultados, pode-se compreender que os universitários não utilizam de métodos extremos para

receber a atenção de seus pais e que conseguem expressar seus sentimentos de maneira amigável com eles. Estes resultados confirmam parcialmente as hipóteses iniciais do estudo.

Uma observação a ser realizada é que nas afirmações “Para atrair a atenção dos meus pais, procuro sempre elogiá-los” e “Faço o necessário para que meus pais tenham suas atenções voltadas somente para mim”, em ambas questões, o número de universitários que responderam que utilizam desses métodos para chamar atenção foram baixos, entendendo assim que os mesmos mostram um comportamento ou modo particular característico da idade adulta.

Nas afirmações “Eu preciso constantemente de expressões de carinho do meu país” cento e treze universitários (72,4%), responderam ao item A e B”, mostrando assim que a necessidade de acolhimento não predomina com essa afirmação. “Eu preciso que meus pais conversem comigo” cinquenta e seis universitários (35,9%), responderam as opções A e B, mostrando que a conversa para eles se torna mais necessária do que as constantes expressões de carinho. Ambas afirmações têm como tema em comum, investigar a necessidade da expressão de afeto dos pais. Compreende-se que existe uma desigualdade nas porcentagens das respostas, demonstrando que a expressão de afeto pode ser um item com grande importância em tal relação em níveis e condições diferentes.

As seguintes afirmações localizadas na tabela 05 - A ideia de ser rejeitada(o) pelos meus pais me preocupa/Se meus pais não chegam no horário marcado, fico angustiada(a) ao pensar que estão com raiva de mim./Quando meus pais estão ausente, me sinto triste./ Quando discuto com meu país, tenho medo de receber menos afeto./Quando tenho um desentendimento com meus pais me sinto vazio/ Me sinto desconfortável, se não sei onde meus pais estão.- que tem como tema em comum investigar a presença da ansiedade de separação na relação parental- em média oitenta e nove (58,55%) responderam a opção A e B, em média trinta e sete universitários (24,34%) responderam as opções C e D e dezenove universitários (12,5%) responderam as opções E e F. Compreendendo que essa ansiedade é encontrada com mais frequência na primeira infância em razão do apego com a figura de proteção, assim, confirmando a baixa frequência da dependência emocional dos jovens universitários entrevistados.

A dependência emocional no presente estudo mostrou um índice esperado por essa faixa de idade em que se encontram os universitários que foram questionados, pois mostrou

uma boa autonomia na sua relação parental, não apontando para prejudiciais dependências futuras.

RELAÇÃO DE AMIZADE

A tabela 6 e 7 são compostas por dezesseis afirmações referentes à categoria de relação de amizade. Foram respondidas por 152 universitários, sendo que 35 universitários não responderam as afirmações, deixando os dados ausentes.

Tabela 06. Relação de amizade - parte 1

	Respostas, n (%)					
	n = 187					
	a	b	c	d	e	f
Me preocupa a ideia que ma possam me deixar	38 (25,0)	31 (20,4)	23 (15,1)	17 (11,2)	19 (12,5)	24 (15,8)
Para atrair atenção dos ma, procuro sempre ser divertido com eles	28 (18,4)	29 (19,1)	25 (16,4)	29 (19,1)	15 (9,9)	26 (17,1)
Faço o possível para ser o centro das atenções na vida dos ma	85 (55,9)	36 (23,7)	14 (9,2)	11 (7,2)	2 (1,3)	4 (2,6)
Eu preciso regularmente de manifestação de carinho dos ma	59 (38,8)	31 (20,4)	28 (18,4)	22 (14,5)	7 (4,6)	5 (3,3)
Se ma não ligam ou não aparece no horário combinado, fico angustiado (a) ao pensar que ela está com raiva de mim	85 (55,9)	28 (18,4)	19 (12,5)	11 (7,2)	3 (2,0)	6 (3,9)
Quando não vejo ma frequentemente, me sinto angustiado (a)	42 (27,6)	40 (26,3)	35 (23,0)	20 (13,2)	13 (8,6)	2 (1,3)
Quando discuto com ma, fico preocupado que eles se afastam	26 (17,1)	33 (21,7)	26 (17,1)	30 (19,7)	20 (13,2)	17 (11,2)
Eu preciso muito que ma sejam abertos emocionalmente comigo	32 (21,1)	26 (17,1)	37 (24,3)	22 (14,5)	15 (9,9)	20 (13,2)
Preciso ser muito especial para ma	45 (29,6)	32 (21,1)	34 (22,4)	11 (7,2)	13 (8,6)	17 (11,2)
Quando eu brigo com ma, me sinto desamparado (a).	44 (28,9)	38 (25,0)	23 (15,1)	20 (13,2)	14 (9,2)	13 (8,6)

Fonte: dados da pesquisa, 2020

ma. meus amigos

a. completamente falso sobre mim

b. mais falso sobre mim do que verdadeiro

c. um pouco, mas verdadeiro sobre mim

d. moderadamente verdadeiro sobre mim

e. em grande parte, verdadeiro sobre mim

f. me descreve perfeitamente

Os dados apresentados na tabela 06 indicam que a maior frequência de respostas corresponde às opções A e B, equivalente à 53,15% das respostas. Compreendendo assim que

um número significativo de universitários não se percebe com indícios de ter uma dependência emocional em seus relacionamentos de amizade. São universitários que conseguiram atingir a autonomia emocional necessária para encarar suas frustrações na vida adulta e não sobrecarregam cobranças excessivas ao outro.

Uma observação a ser feita na afirmação - "Quando não vejo meus amigos frequentemente, me sinto angustiado(a)" - localizada na tabela 06, cinquenta e seis (36,2%), universitários responderam as opções C e D, e trinta e sete (9,9%), assinaram a opção E e F. Compreendendo que um número pouco significativo de universitários se identificaram com a afirmação, o que pode presumir uma percepção de que os mesmos não necessitam estar na presença dos seus amigos com alguma frequência. Assim, demonstrando vestígios de não dependência na relação, pois uma característica presente na dependência é a necessidade de contato constante com os amigos para se sentir bem.

Outra observação a ser feita na tabela 06 - "Para atrair a atenção dos meus amigos procuro sempre ser divertido com eles"- cinquenta e sete universitários (37,5%) assinalaram o item A e B, e quarenta e um universitários (27%) assinaram o item E e F. Assim Compreendendo, que a conduta em ser divertido com o outro está inserida em todos os relacionamentos interpessoais presente nesta pesquisa, pois foi a que mais se igualou nas respostas entre as opções. A diversão é uma parte essencial do relacionamento de amizade, umas das suas características essenciais é o prazer de se divertir. Os autores Formiga e Ayroza (2005) relatam as formas que o divertimento pode ocorrer e sua importância.

Dessa forma, a prática de tal hábito poderá orientar o indivíduo a certas atividades de lazer diferenciadas, as quais podem ir da leitura, passeio com amigos, visitas familiares, ao abuso de bebidas, etc. Para que isto se torne eficiente em relação à socialização e inibição de conflitos tanto com seus grupos de identificação (pais, familiares, professores e amigos, etc.) quanto consigo mesmo, é necessário que estas atividades possam promover um reconhecimento no que diz respeito à aceitação e prática social na escolha para diversão. (FORMIGA; AYROZA 2005, p.72)

Dessa forma o ato de buscar diversão tem que surgir de uma busca particular do indivíduo, a partir do seu autoconhecimento. Entender o que gosta de fazer é fundamental para atrair o círculo de amizade que necessita e se identifica.

Tabela 07. Relação de amizade - parte 2

	Respostas, n (%)					
	n = 187					
	a	b	c	d	e	f
Me sinto triste se ma não demonstram frequentemente seus sentimentos	66 (43,4)	38 (25,0)	26 (17,1)	14 (9,2)	6 (3,9)	2 (1,3)
Receio de ma me abandonem	55 (36,2)	31 (20,4)	16 (10,5)	17 (11,2)	14 (9,2)	19 (12,5)
Se ma propõem um programa, abandono todas as atividades que tenho para estar com ele	71 (46,7)	42 (27,6)	18 (11,8)	15 (9,9)	4 (2,6)	2 (1,3)
Se eu não sei onde ma estão, me sinto incomodado (a)	111 (73,0)	28 (18,4)	7 (4,6)	2 (1,3)	2 (1,3)	2 (1,3)
Se eu tenho planos e ma aparece, eu os troco apenas para ficar com eles	84 (44,9)	32 (21,1)	22 (14,5)	10 (6,6)	-	4 (2,6)
Apenas me divirto quando estou com ma	91 (59,9)	25 (16,4)	16 (10,5)	5 (3,3)	7 (4,6)	8 (5,3)

Fonte: dados da pesquisa, 2020

ma. meus amigos

a. completamente falso sobre mim

b. mais falso sobre mim do que verdadeiro

c. um pouco, mas verdadeiro sobre mim

d. moderadamente verdadeiro sobre mim

e. em grande parte, verdadeiro sobre mim

f. me descreve perfeitamente

Os dados referentes a tabela 07, mostram que há uma maior frequência de respostas nas opções A e B equivalente a 73,90% das respostas.

A afirmação localizada na tabela 06 - "Me preocupa a ideia que meus amigos possam me deixar" feita por sessenta e nove universitários (45,4%) onde assinalaram o item A e B e quarenta e dois universitários (28,3%), assinalaram o item E e F. Já na afirmação inserida na tabela 07 - "Receio que meus amigos me abandonem", oitenta e seis universitários (56,6%) responderam as opções A e B e trinta e seis universitários (21,7%) responderam E e F.

Percebe-se que existe uma ligação emocional com os amigos nessas relações, pois ela oferece uma abertura de auto revelação, expressão de sentimentos, cuidado, confiança, facilidade na comunicação, aconselhamento, entre outros, no qual o medo de perder diante de toda essa estrutura emocional sólida, se faz ausente.

Na afirmação - "Se eu não sei onde meus amigos estão, me sinto incomodado" - inserida da tabela 07 resultou em 79,14% das respostas nas opções no item A e B. Percebe-se o índice de não dependência emocional nesse quesito, pois o mesmo se mostrou baixo, ou seja, essa vigilância exacerbada para com seus amigos, não se faz presente nos universitários

questionados, podendo significar que não gera sofrimento ao indivíduo não saber a localização do seus amigos.

As afirmações localizada nas tabelas 06 e 07 - Se meu amigo propõe um programa, abandono todas as atividades que tenho para estar com ele./Se eu tenho planos e meu amigo aparece, eu os troco apenas para ficar com ele ./Apenas me divirto quando estou com meus amigos - tem como tema em comum investigar se os universitários modificam seus planos em prol de estar com seus amigos, resultando na média de resposta nas opções A e B cerca de 87,93%, equivalente a cento e trinta e três universitários . Confirmando os dados da baixa frequência de dependência emocional. Pois os universitários não demonstram facilidade em trocar suas prioridades para satisfazer a vontade de estar na companhia de seus amigos.

A relação de amizade foi a categoria em que a dependência emocional se mostrou em um nível menor, dentre todas as categorias - embora nas relações interpessoais, as amizades ocupem grande parte da vida social dos universitários. De Sousa (2012) diz que no total de indivíduos em suas relações interpessoais cerca de 86% são identificados por amigos. Mesmo que esse tipo de relação tenha grande importância na vida do sujeito, conclui-se que na relação de amizade, os universitários não apresentam sinais de dependência emocional. Compreende-se por esse índice, que esta relação está constantemente em um processo dinâmico, o sujeito sempre está em movimento conhecendo novas pessoas, essas relações se desenvolvem ao longo do tempo e são modificadas conforme as etapas da vida do indivíduo, gerando menos apego e mais liberdade nas relações.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como visto em estudos recentes, o relacionamento interpessoal é essencial para a sobrevivência do ser humano. Manter um relacionamento saudável é indispensável e busca incentivar a autonomia e a individualidade de cada sujeito. Quando o indivíduo se percebe dependente de uma relação, demonstrando nível elevado de apego, pode-se entender que tal relação lhe cause dependência emocional, resultando em inúmeras implicações na vida.

Os seres humanos são contemplados com diversas forma de relações interpessoais dentre estas as relações parental, amorosa e social. Considerando estas relações, o presente estudo teve como objetivo realizar a descrição da frequência de dependência emocional nos

relacionamentos interpessoais em universitários matriculados em uma universidade localizada no Sul de Santa Catarina.

Os resultados indicam que os universitários não demonstram índices de dependência emocional em seus relacionamentos. Mostrando que 53,33% dos universitários alegam que as afirmações referentes as relações amorosas não os descreviam. Igualmente na relação parental 65,33% dos universitários responderam ao questionário afirmando não sofrer com a dependência nesta relação. Finalizando e sustentando os resultados das categorias apresentadas, nas relações de amizade 63,55% dos universitários sinalizaram que tais afirmações não correspondem ao seu comportamento mediante tal relação.

De acordo com tais dados é possível destacar que mesmo apresentando índice baixos, a relação amorosa foi a categoria que apresentou uma maior relação com a dependência emocional. Assim, se igualando na literatura e confirmando a ligação pré-existentes entre as relações amorosas e dependência emocional. Posteriormente, está a relação de amizade e por último a relação parental. Considerando assim, esta pesquisa aponta que os universitários não sofrem com a ansiedade de separação, expressão de afeto constantes e modificação de plano em seus relacionamentos.

Diante dos resultados, apesar de ser um tema complexo e de seu caráter delicado, percebe-se a necessidade de ser mais estudado sobre o mesmo, inclusive uma pesquisa direcionada para a elaboração e validação de um inventário para verificar a dependência emocional como a apresentada no estudo de Lemos e Londono (2006). Embora o presente estudo não tenha demonstrado a dependência nas relações interpessoais, ainda se estabeleceu a importância de investigar a dependência em relacionamentos, com ênfase em outros aspectos, em diferentes faixas etárias, grau de ensino e em diferentes classes socioeconômicas, o que tornam necessárias outras pesquisas.

REFERÊNCIAS

ARCOVERDE, Renata Lopes; SOARES, Lara Sá Leitão de Castro. Funções neuropsicológicas associadas a condutas autolesivas: revisão integrativa de literatura. **Psicol. Reflex. Crit.**, Porto Alegre, v. 25, n. 2, p. 293-300, 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-79722012000200011&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 20 jul. 2020.

ADOLPHO, Monica dos Santos. **A dependência emocional em casais: O amor que aprisiona**; 2017; Trabalho de Conclusão de Curso; (Graduação em Psicologia) - Faculdade Integrada de Santa Maria; Orientador: Luciane Benvegnú Piccoloto. Disponível em: Acesso em: 20. set. 2019

BISSOLI, Michelle de Freitas. Desenvolvimento da personalidade da criança: o papel da educação infantil. **Psicol. estud.**, Maringá, v. 19, n. 4, p.587-597, Dez. 2014. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141373722014000400587&lng=pt&nrm=iso. Acesso: 15 set. 2019.

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: 12 set. 2019.

CAMPOS, Claudinei José Gomes. Método de análise de conteúdo: ferramenta para a análise de dados qualitativo no campo da saúde. **Revista brasileira de enfermagem**. vol.57 nº5 Brasília, Set/Out 2004. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672004000500019&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 22 de out. 2019

DESOUSA, Diogo Araújo; CERQUEIRA-SANTOS, Elder. Relacionamentos de amizade e coping entre jovens adultos. **Psic.: Teor. e Pesq.**, Brasília, v. 28, n. 3, p. 345-356, set. 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722012000300010&lng=es&nrm=iso. Acesso em: 23 out. 2019.

DESOUSA, Diogo Araújo; CERQUEIRA-SANTOS, Elder. Relacionamentos de amizade íntima entre jovens adultos. **Paidéia (Ribeirão Preto)**, Ribeirão Preto, v. 22, n. 53, p. 325-333, Dez. 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103863X2012000300004&lng=en&nrm=isso. Acesso: 23 out. 2019.

FABENI, Lorena *et al.* O discurso do "amor" e da "dependência afetiva" no atendimento às mulheres em situação de violência. **Rev. NUFEN**, Belém, v. 7, n. 1, p. 32-47, 2015. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912015000100003&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 28 nov. 2019.

FERREIRA, Luis. Henrique. Moura.; FIORONI, Luciana. Nogueira..Concepções sobre relacionamentos amorosos na contemporaneidade: um estudo com universitários. **Abrapso**. 2009. Disponível em: http://www.abrapso.org.br/siteprincipal/images/Anais_XVENABRAPSO/580.%20concep%C7%D5es%20sobre%20relacionamentos%20amorosos%20n Acesso em: 28 nov. 2019.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. - São Paulo: Atlas, 2002.

GUIMARAES, Aline Pinheiro Macedo; SILVA NETO, Melchisedech César. A formação do self e a dependência afetiva: uma revisão bibliográfica da abordagem centrada na pessoa.

Rev. NUFEN, Belém, v. 7, n. 2, p. 48-77, dez. 2015. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912015000200004&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 20 jul. 2020.

LEITÃO, Sergio Proença; FORTUNATO, Graziela; FREITAS, Angilberto Sabino de. Relacionamentos interpessoais e emoções nas organizações: uma visão biológica. **Rev. Adm. Pública**, Rio de Janeiro, v. 40, n. 5, p. 883-907, Out. 2006. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-76122006000500007&lng=en&nrm=iso. Acesso: 22 out. 2019.

LEMONS Hoyos, Maríantonía; LONDONO Arredondo, Nora Helena. Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. **Act.Colom.Psicol.**, Bogotá, v. 9, n. 2, p.127-140, Dez. 2006 . Disponível em: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-91552006000200012&lng=en&nrm=iso. Acesso: 10 Mar. 2020.

LEVY, Lidia; GOMES, Isabel Cristina. Relações amorosas: rupturas e elaborações. **Tempo psicanal.**, Rio de Janeiro, v. 43, n. 1, p. 45-57, jun. 2011 . Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-48382011000100003&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 03 jul. 2020

MARTINI, Juliana Schwanke. DEPENDÊNCIA EMOCIONAL FAMILIAR: possíveis manifestações nos filhos. **Revista da Graduação**, Porto Alegre, v. 2, n. 5, p.1 -18, 2012. Semestral. Disponível em: <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/graduacao/article/view/12430>. Acesso: 11 out. de 2019

NORMANDO, David; TJADERHANE, Leo; QUINTAO, Cátia Cardoso Abdo. A escolha do teste estatístico - um tutorial em forma de apresentação em PowerPoint. **Dental Press J. Orthod.**, Maringá, v. 15, n. 1, p. 101-106, Fev. 2010. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2176-94512010000100012&lng=en&nrm=iso . Acesso: 09 nov. 2019.

PEREIRA, Thais Josgrillberg *et al.* Fatores que interferem na qualidade dos relacionamentos interpessoais de alunos de enfermagem. **Esc. Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 1, e20180159, 2019. Disponível em http://www.scielo.br/pdf/ean/v23n1/pt_1414-8145-ean-23-01-e20180159.pdf. Acesso: 23 out. 2019.

PINTO, Maria de Fátima Roque. As relações interpessoais e a aprendizagem. 2014. 28f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Fundamentos da Educação: Práticas Pedagógicas Interdisciplinares EAD) – **Universidade Estadual da Paraíba**, Pró-Reitoria de Ensino Técnico, Médio e Educação a Distância, 2016. [Monografia] Acesso: 11 out. 2019

RODRIGUES, Célio Fernando de Sousa; LIMA, Fernando José Camello de; BARBOSA Fabiano Timbó. Importância do uso adequado da estatística básica nas pesquisas clínicas. **Rev. Bras. Anestesiol.** Campinas, v. 67, n. 6, p. 619-625, Dez. 2017. 1 Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003470942017000600619&lng=en&nrm=iso. Acesso: 09 nov. 2019.

RODRIGUES, Ricardo Moreira. Solidão, um fator de risco. **Rev Port Med Geral Fam**, Lisboa, v. 34, n. 5, p. 334-338, out. 2018. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2182-51732018000500010&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 03 jul. 2020.

RODRIGUES, Soraia. Amor com dependência: um olhar sobre a teoria do apego. 2009. 15 f. TCC (Graduação) - Curso de Psicologia, **Centro Universitário Jorge Amado**, Salvador, 2009. Cap. 1. Acesso em: 01 nov. 2019.

SANTOS, Roberta de Oliveira Jaime Ferreira Lima dos; TEIXEIRA, Enéas Rangel; CURSINO, Emília Gallindo. Estudo sobre as relações humanas interpessoais de trabalho entre os profissionais de enfermagem: revisão. **Revista Enfermagem UERJ**, [S.l.], v. 25, p. e26393, ago. 2017. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/26393/0>. Acesso em: 22 out. 2019.

SCHLOSSER, Adriano. Interface entre saúde mental e relacionamento amoroso: um olhar a partir da psicologia positiva. **Pensando fam.**, Porto Alegre, v. 18, n. 2, p. 17-33, dez. 2014. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2014000200003&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 10 set. 2019.

SILVIA, Edna Lúcia da. **Metodologia da pesquisa e elaboração de dissertação**. 3. ed. rev. atual. – Florianópolis: Laboratório de Ensino a Distância da UFSC, 2001. Disponível em: https://projetos.inf.ufsc.br/arquivos/Metodologia_de_pesquisa_e_elaboracao_de_teses_e_dissertacoes_4ed.pdf. Acesso: 15 out. 2019

SOARES, Adriana Benevides *et al.* Humor: ingrediente indispensável nas relações sociais?. **Psicol. teor. prat.**, São Paulo, v. 16, n. 2, p. 93-105, ago. 2014 . Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872014000200009&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 03 jul. 2020.

SOUZA, Luciana Karine de; HUTZ, Claudio Simon. Relacionamentos pessoais e sociais: amizade em adultos. **Psicol. estud.** Maringá, v. 13, n. 2, p. 257-265, junho de 2008. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722008000200008&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 15 set. 2019.

SMEHA, Luciane Najjar; OLIVEIRA, Micheli Viera de. Os relacionamentos amorosos na contemporaneidade sob a ótica dos adultos jovens. **Psicol. teor. prat.** São Paulo, v. 15, n. 2, p. 33-45, agosto de 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S151636872013000200003&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 01 nov. 2019.

VIDIGAL, M. M. B. de A.; TAFURI, M. I. Parentetização: uma questão psicológica. **Lat. Am. Journal of Fund. Psychopath.** Online, v.7, n.2, p. 65-74, nov. 2010. Acesso: 22 de out. 2019.