



VIVIAN MARINA GHANEM SANTOS

**IMPLICAÇÕES ACERCA DA TEORIA DO APEGO NOS
RELACIONAMENTOS AMOROSOS**

**Cuiabá/MT
2023**

VIVIAN MARINA GHANEM SANTOS

**IMPLICAÇÕES ACERCA DA TEORIA DO APEGO NOS
RELACIONAMENTOS AMOROSOS**

Trabalho de Monografia apresentado à Banca Avaliadora do Departamento de Psicologia, da Faculdade de Cuiabá – UNIFASIPE Cuiabá, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Orientador(a): Prof. José Guedes Vieira

**Cuiabá/MT
2023**

VIVIAN MARINA GHANEM SANTOS

**IMPLICAÇÕES ACERCA DO APEGO SEGURO NOS
RELACIONAMENTOS CONJUGAIS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Banca Avaliadora do Curso de Psicologia – da Faculdade Fasipe Cuiabá - FASIPE Cuiabá, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Aprovado em 24/06/2023.

JÔSE GUEDES VIEIRA
Professor(a) Orientador(a)
Departamento de Psicologia – FASIPE

DIEGO ANIZIO DA SILVA
Departamento de Psicologia – FASIPE

MELISSA GRAZIELLY BARETTA
Departamento de Psicologia – FASIPE

Coordenador (a) do Curso de Psicologia
Departamento de Psicologia – FASIPE

Cuiabá/MT
2023

DEDICATÓRIA

Dedico esse trabalho a minha mãe e a meu pai, que me forneceram uma base segura, possibilitando a descoberta do que é o amor e suas implicações na minha vida. Sei que neles encontro porto seguro onde sempre posso voltar, quando me sinto frágil na incessante busca pela adultez, uma vez que consigo lembrar da segurança que obtive no meu desenvolvimento.

GHANEM, Vivian. **IMPLICAÇÕES ACERCA DA TEORIA DO APEGO NOS RELACIONAMENTOS AMOROSOS**. 2023. 40 folhas. Trabalho de Conclusão de Curso – Centro Educacional FASIPE – CUIABÁ.

RESUMO

O trabalho se embasará na Teoria do apego, criado pelo psicólogo, psiquiatra e psicanalista britânico Edward John Mostyn Bowlby, dentro dessa teoria os principais tipos de apego são: Apego Seguro, Apego evitante, Apego ambivalente e Apego desorganizado. O trabalho visa discutir especificamente o apego que a criança tem na primeira infância com a figura de apego, e quais são seus desdobramentos na vida adulta, quando esse indivíduo entra nos relacionamentos amorosos. Discute-se também a importância desse apego para o desenvolvimento dos filhos e a dinâmica dessa relação que gera futuramente um bom relacionamento a dois. Dessa forma, é discorrido os preceitos iniciais da teoria do apego, as influências que Bowlby teve no início dos seus estudos, os conceitos principais sobre os tipos de apego, bem como a instituição psíquica do indivíduo que teve a sua base interferida por apegos inseguros. A partir dessas discussões, será possível considerar que o apego representa um melhor entendimento sobre as relações humanas.

Palavras-chaves: Apego. Infância. relacionamento.

ABSTRACT

The work is based on Attachment Theory, created by British psychologist, psychiatrist and psychoanalyst Edward John Mostyn Bowlby, within this theory the main types of attachment are: Secure Attachment, Avoidant Attachment, Ambivalent Attachment and Disorganized Attachment. The work specifically aims to discuss the attachment that the child has in early childhood with the attachment figure, and what are its consequences in adult life, when this individual enters into loving relationships. It also discusses the importance of this attachment for the development of the children and the dynamics of this relationship that generates a good relationship for two in the future. In this way, the initial precepts of attachment theory will be discussed, the influences that Bowlby had at the beginning of his studies, the main concepts about the types of attachment, as well as the psychic institution of the individual who had his base interfered by insecure attachments. From these discussions, it will be possible to consider that attachment represents a better understanding of human relationships.

Keywords: Attachment. Infancy. relationship.

SUMÁRIO

| | |
|--|-----------|
| 1. INTRODUÇÃO | 6 |
| 1.1 Justificativa | 8 |
| 1.2.Problematização..... | 10 |
| 1.3 Objetivos..... | 10 |
| 1.3.1 Objetivo Geral | 10 |
| 1.3.1 Objetivos Específicos | 10 |
| 2. REVISÃO DE LITERATURA..... | 10 |
| 3. COMPREENSÃO DA TEORIA, CONTRIBUIÇÕES E INFLUÊNCIAS..... | 16 |
| 3.1 Tipos de apego..... | 19 |
| 3.2 Impactos dos padrões de vinculação no adulto..... | 24 |
| 3.3 Possíveis implicações do apego no relacionamento amoroso..... | 27 |
| 4. METODOLOGIA..... | 34 |
| 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS..... | 35 |
| 6. REFERÊNCIAS | |

1. INTRODUÇÃO

A ideia do tema do TCC e de toda pesquisa surgiu da necessidade de obter maior compreensão acerca dos relacionamentos conjugais, suas dinâmicas, e como os indivíduos que têm um relacionamento saudável conseguem se estruturar dentro da relação, mantendo-a por um longo tempo e, muitas vezes, até a morte. Mesmo que em uma relação de amor haja seus conflitos, quais os elos que possibilitam que o casal permaneça juntos, conseguindo oferecer amor mútuo e ter um vínculo de companheirismo que transpassa a vida toda.

É sobre a teoria do apego que esse trabalho foi elaborado desde a primeira infância até a vida adulta, depois a vida a dois, no apego seguro, menciona que: “É possível identificar que em relação às experiências que a criança tenha obtido a partir de seus relacionamentos de apego com pais e/ou cuidadores, nos quais evidenciam a capacidade de compreensão e atribuição de sentidos apropriados para a sua vida emocional (RAMIRES; SCHENEIDER apud PADILHA, 2020, p. 37).

Juntamente com toda pesquisa realizada, será possível entender como os pais que lidam com às necessidades, as ansiedades e inseguranças de seus filhos podem resultar em uma criança com padrão de apego seguro, onde ele se sente acolhido e tem a sensação de estabilidade no período do seu crescimento. Isso foi escrito por pesquisas que corroboram com a ideia que:

Acumulam-se evidências de que seres humanos de todas as idades são mais felizes e mais capazes de desenvolver melhor seus talentos quando estão seguros de que, por trás deles, existem uma ou mais pessoas que virão em sua ajuda caso surjam dificuldades. A pessoa em quem se confia também conhecida como uma figura de ligação (BOWLBY, 2006, p. 39).

Pode ser considerada tanto aos pais que fornece aos filhos uma base segura, quanto no companheiro que gera no outro uma segurança e conforto para interagir com o outro. O tema abordado foi escolhido a partir dos aprendizados obtidos pelas disciplinas de psicologia sistêmica e de terapia conjugal e familiar, além de outras que tem relação com o tema infância. O desejo de escrever sobre tal temática foi se reafirmando com o passar do tempo e as

expectativas de exercer a profissão, com atendimento direcionado a adolescentes, bem como o aprofundar o conhecimento ao assunto.

Neste trabalho busca-se discutir como os casais que tiveram um apego seguro na infância, cresceram e encontraram outras pessoas que também tiveram a mesma base, ou apenas um deles tiveram, e por conta do conhecimento e história de vida de um, ambos conseguiram a estabilidade emocional no amor.

Nesse trabalho busca-se discutir como os casais que tiveram o apego seguro ou inseguro enfrentam as relações com o outro, e como ele lida com o que foi estabelecido na primeira infância, visto que muitas vezes um indivíduo cresceu com um apego distinto do outro, e para tornar estável a relação é preciso entendimento emocional para lidarem com o diferente

Sabe-se ainda que não sentimos amor e nem pesar por um ser humano qualquer, mas apenas por um ou alguns seres humanos em particular. Os tipos de vínculos que são formados diferem de uma pessoa para outra, sendo os mais comuns aqueles que existem entre os pais e sua prole, e entre adultos. A característica essencial da vinculação afetiva é que os dois parceiros tendem a manter-se próximos um do outro (RODRIGUES; CHALHUB, 2009, p. 4).

Bowlby (2006) relata como o amor é essencial a vida, e com isso, como as relações saudáveis são fundamentais para o ser humano, Bowlby categorizou o apego o modelo de apego seguro há uma vinculação afetiva tranquila na infância com a principal figura de apego, e por esse motivo não há muita ameaça para um término ou relações conflituosas, pois o conflito é visto como algo natural e os desentendimentos são resolvidos.

Por esse motivo o presente trabalho será focado na teoria do apego, para estudar as continuidades das relações amorosas e o reconhecimento necessário para a melhora do seu papel funcional do indivíduo na relação. Diante da pesquisa feita, é possível compreender a importância de estudar as relações que a criança tem na sua infância, para que ela tenha um bom desenvolvimento, muitas buscas por psicoterapia na clínica são de pais que buscam o atendimento por diversos motivos relacionados ao cuidado dos seus próprios filhos, por se sentirem perdidos em como educá-los ou não entender o porquê de algum comportamento específico.

Para estudar a temática deste trabalho e atender as respostas, destaca-se a teoria do apego, criada por Bowlby entre 1950 e 1960, ele explica como as relações estabelecidas na infância afetam o tipo de apego que a pessoa tem ao longo de sua vida. Portanto, com embasamento na teoria acredita-se que será sanado a questão inicial e as práticas clínicas sejam facilitadas. A teoria do apego explica os comportamentos de apego que são esporádicos, e os

que são mais duradouros, nesse apego é estudado a forma que a pessoas se relaciona com as outras, mas o enfoque principal dela é o comportamento. (BOWLBY, 1989).

Dentro desses aspectos, Bowlby (1989) destaca que, Freud já tinha falado em suas teorias que todas as raízes, acontecimentos e respostas, se encontra na infância, pois é lá que tudo acontece e se estabelece, é na fase inicial de vida que se estruturam a personalidade e de forma sistemática se entende a conexão entre a vida adulta e o que houve na infância. Através dessa revisão será identificado, estudado e consultado as bibliografias e outros materiais que puderam ser pertinentes aos propósitos desse trabalho.

1.1 Justificativa

Para Freud (1996, p. 55) a relação de afeto e amor se encontra na infância, especificamente na relação entre a mãe e o bebê. É quando o bebê aprende a amar e sente o que é ser amado, e observa quem o atende quando se sente desamparado. Nesse sentido é necessário compreender como funciona os tipos de apego e sua origem, entender especificamente o apego seguro e qual suas implicações na vida conjugal do indivíduo estudando as ideias que John Bowlby traz referente a esse tema.

Esse trabalho foi desenvolvido com referências de alguns autores que foram fundamentais para o desenvolvimento dessa teoria. A relação mãe e filho é de extrema importância para o desenvolvimento da personalidade da criança, e quando há o distanciamento pode resultar em danos, o intuito desse trabalho é trazer quais são os resultados do apego seguro e como essa boa relação com a figura pai-filho podem gerar um contexto saudável para a vida conjugal. Pignataro, Féres e Mello (2019, p. 4) postulam que “as escolhas amorosas na vida adulta são marcadas pelos primeiros objetos de afeição da criança e referem-se, assim, às figuras parentais.”

A graduação em psicologia promoveu acesso a teoria do apego, o que fez despertar um especial interesse para melhor compreensão sobre teoria. Sabe-se que a psicanálise aborda bastante sobre a infância e será de grande valia um estudo aprofundado do apego nessa fase da vida e seus desdobramentos na fase adulta. A relação entre as duas teorias já que o John Bowlby era psicólogo, psiquiatra e psicanalista britânico, com um notável interesse no desenvolvimento infantil, sendo assim, sua teoria será a base para desenvolver esse trabalho.

O trabalho irá discutir sobre o tema conjugal com embasamento na Teoria do Apego de John Bowlby desenvolvida em (1950/1960) com o foco na modalidade de apego e a base na sua relação com a primeira infância e sua principal figura de apego:

O apego seguro, no qual o indivíduo está confiante de que seus pais (ou figuras paternas) estarão disponíveis oferecendo resposta e ajuda, caso ele se depare com alguma situação adversa ou amedrontadora. Essa segurança faz com que ele se sinta corajoso para explorar o mundo. Esse modelo é promovido por um dos pais, especialmente a mãe, nos primeiros anos quando está imediatamente disponível, sensível aos sinais da criança e com respostas amáveis sempre que ela procura proteção e/ou conforto (PADILHA, 2020, p. 17).

O presente trabalho visa justificativas teóricas para o aprofundamento dos conhecimentos que foram adquiridos ao longo da graduação, bem como, a oportunidade de aplicar esses conhecimentos no cotidiano, na busca de melhorias tanto no aspecto pessoal como profissional. Será analisado as contribuições da teoria do apego nas relações familiares que interfere no desenvolvimento psíquico da criança, assim como, seus modelos e fases de desenvolvimento, a partir da teoria de Bowlby (1950/1960). Em estudo realizado por outro autor, reforça essa ligação que a mãe possui com sua criança:

O cuidado materno nos primeiros anos de vida torna-se essencial para que o indivíduo cresça confiante em si e no mundo, esse cuidado é proporcionado pela figura da mãe biológica ou mãe substituta ou por outra pessoa que exerça bem a função de cuidador, assim, provendo as necessidades básicas e afetivas da criança e construindo junto com ela uma relação íntima, calorosa e segura. Essa relação quando bem-sucedida repercute na vida adulta, pois a forma como a mãe age orienta o psiquismo do bebê (VIEIRA, 2020, p. 1).

O cuidado na primeira infância revela a necessidade dos estudos na psicologia, para permitir que o olhar clínico para as possíveis implicações da falta de cuidado possa gerar no desenvolvimento da criança ao longo de sua vida, visto que é na infância onde a criança desenvolve seus entendimentos sobre o mundo tendo os exemplos e apoio daqueles que o cerca. Nessa fase da vida o indivíduo cria vínculos e aprende a estabelecer relações sociais de acordo com o que foi ensinado, permitido e experienciado pois:

A criança precisa encontrar em seus primeiros relacionamentos de vida, afeto, cuidado e segurança por parte de seu cuidador ou cuidadores, pois as vivências nos primeiros anos de vida repercutirão na construção psicológica e social da criança enquanto sujeito, já que ela é marcada em seus anos iniciais por grandes transformações e descobertas, onde cada uma possui seu padrão característico de desenvolvimento, e que sofre constante influência do seu ambiente (VIEIRA, 2020, p. 7).

Dessa maneira, busca-se uma compreensão mais profunda sobre o tema, visto que a falta de uma abordagem mais assertiva para lidar com essa temática fora da grade curricular dos estudantes de Psicologia apenas. Uma vez que o entendimento acerca da personalidade que apresenta determinadas condições de relacionamento saudável, facilita o desenvolvimento conjugal. Além disso, será realizado um estudo bibliográfico sobre os fatores da história de vida que contribuíram para a melhoria da vida conjugal.

1.2 Problematização

A necessidade de pesquisar sobre esse tema é importante, uma vez que o tema pode ser explorado de diversas maneiras, estabelecendo maior conscientização e incentivando novos estudos de como a infância da pessoa pode repercutir na sua vida adulta e nos seus relacionamentos. A infância influencia e muito nos comportamentos adultos assim como pode afetar os relacionamentos futuros. Partindo dessa problemática, a pergunta que norteia o trabalho é:

Como a teoria do apego desenvolvida na infância pode influenciar nas futuras relações conjugais?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo Geral

Investigar as implicações da teoria do apego na vida amorosa.

1.3.1 Objetivos Específicos

- Identificar através dos estudos a compreensão dos tipos de apego, apresentando as ideias iniciais de John Bowlby e os estudos do assunto.
- Verificar os impactos desse funcionamento em termos do modelo de apego na vida do adulto.
- Entender as possíveis implicações da teoria do apego no relacionamento amoroso no adulto.

2. REVISÃO DE LITERATURA

A teoria do apego foi desenvolvida por John Bowlby entre 1950 e 1960, nessa teoria ele procurava explicar como ocorria os vínculos afetivo na infância e quais suas implicações na vida adulta. Nessa linha, outros estudiosos afirmam que:

A Teoria do Apego traz contribuições para o entendimento da vinculação humana, desde os primórdios da interação mãe-bebê. Bowlby postulou que o apego do indivíduo influencia na maneira como ele se vincularia às figuras importantes ao longo da vida, demonstrando um padrão comportamental e cognitivo nas suas relações, o qual é desencadeado, principalmente, em situações de estresse e ameaça (D'ANDRÉA DE ANDRADES et al. 2021, p. 3).

Foi identificado três tipos de apego, são eles: apego seguro, apego evitante e o ambivalente, logo após pesquisas foi encontrado um novo tipo de apego, o apego desorganizado. De acordo com (AINSWORTH apud DALBEM; DALBOSCO, 2015, p. 16), o apego seguro corresponde ao relacionamento que a criança tem com seu cuidador, essa relação advém de uma base segura, na qual a criança pode se desenvolver de forma animada e segura de afeto e carinho, e quando estressadas, sabem que tem na figura de afeto a segurança que precisa. As crianças seguras podem até se incomodar com a separação e a distância da figura paterna, mas não se abatem de forma exagerada. Já o padrão resistente ou ambivalente:

É caracterizado pela criança que, antes de ser separada dos cuidadores, apresenta comportamento imaturo para sua idade e não tem interesse em participar de interações longe dos cuidadores. Quando existe a separação, fica bastante incomodada, sem se aproximar de outras pessoas e quando os cuidadores retornam, ela não se aproxima facilmente e alterna seu comportamento entre a procura por contato e a brabeza (DALBEM; DALBOSCO, 2005. p.17).

Nessa perspectiva, os autores apresentam o padrão evitativo, cujo comportamento segue a um distanciamento em relação aos cuidadores, mas que não cria empecilhos para interagir com pessoas estranhas quando os cuidadores não estão próximos (DALBEM; DALBOSCO, 2005, p. 18).

Tal circunstância ressalta que existe uma relação muito estreita entre os cuidadores e as crianças, facilitando a transmissão de algumas características que marcam a vida dos indivíduos em outros momentos da vida. Logo, a afetividade está ligada com muitos comportamentos que a pessoa na fase adulta acaba assumindo, pois foram introduzidos ainda no período de desenvolvimento deles.

Pesquisas também têm demonstrado que combinações de afetos durante a infância pode influenciar em como os casais lidam com os conflitos existentes na relação. O modelo de apego tido na infância pode resultar no comportamento na vida adulta e influenciar no modo

como o casal lida com seus conflitos diários, pois é notório as ampliações de seus esquemas de vinculação afetiva para a vida adulta.

A forma como se estabelecem os relacionamentos na vida adulta, é parecido com o apego e amor que temos na infância, quando o apego é seguro, o amor fica mais saudável e a tendência de ter um relacionamento bom é maior, se comparado aos outros apego, a autoestima é boa e o adulto busca por apoio social sem receio de novas aproximações. (DALBEM e DALBOSCO, 2015, p. 20)

Segundo John Bowlby (1989, p. 67) em seu livro Formação e rompimento dos laços afetivos, Sigmund Freud sempre insistiu na certeza de que as raízes emocionais de todos vem da infância, esse é o começo de todas as angústias, perdas e ganhos que o sujeito tem ao longo da vida. Todos os acontecimentos procedem dessa fase e a sua ligação é perceptível. Ele afirmava que a criança quando cresce em um lar infeliz, transforma-se em um adulto neurótico.

De acordo com John Bowlby (1989, p.60) "as experiências passadas de uma criança desempenham um papel vital em seu desenvolvimento, e continuam sendo importantes para ela...". Uma outra ponderação que é levantada é sobre a possibilidade de a criança ser cuidada pela mesma pessoa de maneira regular, pois estabelece um fator de carinho e confiança.

Durante toda a infância é imprescindível que a criança tenha o contato com sua mãe biológica ou a sua cuidadora principal, e que esse vínculo seja de forma amorosa durante todo seu ciclo vital. Dessa forma é importante também o cuidado com a intervenção precoce, para que o desmame e a fase de maturação seja respeitada, e que não seja interferida antes do seu tempo ideal, assim como a etapa da educação escolar e as etapas do desenvolvimento. Para que ocorra de forma amistosa, as intervenções devem contar com a presença constante dos pais, pois a ausência dos seus cuidadores pode levar a criança, mesmo com um apego seguro, a descuidar-se e não obedecer a todas as regras necessárias. Contudo, vale ressaltar que, mesmo distantes, as crianças têm conhecimento dos desejos dos seus pais. As crianças disciplinadas, elas são capazes de obedecer às regras estabelecidas. (BOWLBY, 1989, p. 64)

Os indivíduos que são emocionalmente estáveis e as configuram por sujeitos realmente felizes na sua jornada, desenvolvem melhor seus talentos e as suas conquistas são previstas, isso se dá pela segurança que eles têm de saberem que, por trás deles, existe alguém que estará prontamente a sua disposição caso necessitam, e se surgir dificuldades serão atendidos. Para essa pessoa Bowlby dá o nome de figura de ligação, pois fornece uma base segura para que a pessoa siga sua jornada (1989, p. 69). Quando o pai atende a criança quando é solicitado e está disponível suas demandas, ou intervém quando se mostra em perigo, está constituindo um papel

básico de ligação e apego, tendo maiores chances de a criança crescer mentalmente saudável pelo papel que o pai desempenhou.

Ainda Segundo Bowlby (1989), o comportamento de apego é considerado uma classe de comportamento social de importância equivalente à do comportamento de acasalamento e do parental e pode persistir na vida adulta. A categoria segura/autônoma de acordo com Dalbem e Dalbosco (2015, p. 18) “faz um paralelo com o grupo de crianças de apego seguro. Nos adultos, esse grupo apresenta um relato espontâneo e vívido das experiências de infância, com lembranças positivas e uma descrição equilibrada de ocorrências infantis difíceis”.

Existem modelos de relacionamentos que podem descrever o modo como algumas formas de apego acabam se ancorando. Desde os primeiros anos de vida, percorrendo as demais fases da vida do indivíduo, como nos é apresentado pelos autores a seguir:

Processos de construção dos modelos internos de funcionamento em termos de modelo de apego. A criança constrói um modelo representacional interno de si mesma, dependendo de como foi cuidada. Mais tarde, em sua vida, esse modelo internalizado permite à criança, quando o sentimento é de segurança em relação aos cuidadores, acreditar em si própria, tornar-se independente e explorar sua liberdade. Desse modo, cada indivíduo forma um "projeto" interno a partir das primeiras experiências com as figuras de apego. Embora essas representações tenham sua origem cedo no desenvolvimento, elas continuam em uma lenta evolução, sob o domínio sutil das experiências relacionadas ao apego da infância (BOWLBY apud DALBEM; DALBOSCO, 2015, p. 15).

Santos e Peixoto (2020, p. 226) destacam que a interação da mãe com seu bebê ocorre desde seu nascimento e se estende ao longo da vida adulta, as relações sociais dessa criança é categorizada por esse relacionamento obtido entre seus cuidadores, que no início da vida estabelecem essa relação. Essa relação da mãe com seu filho na verdade ocorre antes do surgimento, pois o processo de gestação colabora muito para essa relação futura, é necessário analisar como foi a gestação para a mãe e como ela lidou com todo esse processo.

No entanto, o vínculo não se forma apenas em detrimento da necessidade fisiológica, o contato do bebê com a mãe é quem determina o quanto de afeto existe naquela relação e que a procura desse afeto se caracteriza pela persistente e forte emoção quase incontrolável, presente na relação. Não é à toa que o vínculo mais persistente e mais precoce de todas as formas é o vínculo entre mãe e seu bebê, que geralmente dura até a idade adulta. O estilo de comportamento da mãe e o quão disponíveis e apropriadas são suas respostas também servirá de base para a construção de apego nas relações que a criança irá estabelecer ao longo da vida (SANTOS; PEIXOTO, 2020, p. 228).

Os primeiros 3 meses são os mais importantes para o desenvolvimento do bebê, pois é nesse período que a criança estabelece com a figura de apego o vínculo futuro pois é nesse período e no terceiro ano de vida que o cérebro tem sua maior plasticidade em funcionamento. Essa mãe disponibiliza cuidados fisiológicos para o bebê, que se sente assim acolhido e cuidado,

pois sabe que sua mãe atende as necessidades precisas, e o escuta quando é solicitado (SANTOS; PEIXOTO, 2020, p. 229).

Além dos genitores, toda a família dessa criança tem um papel importante para o seu desenvolvimento, pois é nesse vínculo que a criança estabelece seus primeiros contatos e tem as relações afetivas, a criança precisa também ter pessoas na qual se identifica e construa vínculos de confiança e que lhe deem segurança, para mediar as futuras relações. Quando a criança não tem o cuidado certo, pode causar aflição e ansiedade pois ela é afastada de seus pais em um momento em que mais precisa de sua atenção, tanto afetivamente como fisiológica.

Santos e Peixoto (2020, p. 231) ressaltam que “nem todas as crianças no mundo têm a mesma disponibilidade de ter uma mãe acolhedora que lhe permita gozar da satisfação do vínculo de apego, e isso abarca um grande campo de investigação científica da Teoria do Apego que é a Privação Materna”. E é por meio dessas restrições que geram os outros tipos de apegos: ansiosos, evitativos e ambivalentes, pois o bebê geralmente foi para um abrigo ou mesmo tendo alguém que supra suas necessidades básicas, não se compara ao cuidado materno que era necessário na sua formação:

Como a Teoria do Apego é uma parte da Psicologia da personalidade humana, ela ao mesmo tempo preconiza que a falha ou ausência do cuidado materno desde a tenra idade do indivíduo, possibilita a probabilidade dessa criança poder apresentar mais adiante sérios danos a sua saúde mental e ao desenvolvimento da personalidade. Existe uma relação íntima entre falta de amor materno e acometimentos de doenças, danos físicos e danos intelectuais (SANTOS; PEIXOTO, 2020, p. 232).

É importante o estudo dessa teoria para a psicologia, visto que muitos transtornos são resultados de uma má criação que a criança tem com a figura de apego, gerando muitas frustrações e sérios danos no desenvolvimento da sua personalidade.

Para além da infância Santos e Peixoto (2020, p. 233) dizem que é necessário saber como esses apegos funcionam, na fase adulta o apego seguro a “espontaneidade e vívida experiências de quando criança, destacando a positividade e equilíbrio na descrição de assuntos considerados traumáticos e de ter confiança nos relacionamentos, inclusive os amorosos”.

Será esse apego que o trabalho se embasara, visto que essa experiência vivenciada na infância, descrevem o adulto no seu relacionamento futuro, e como ele lida com seu parceiro respectivamente:

Ainda que tudo o que foi exposto até aqui tenha sustentação científica, é verdadeiro também que atualmente se questiona o fato de pessoas adultas manterem o padrão de apego em todas as relações sociais a que se vinculam, pois adultos inseguros não vivenciam um estado de insegurança em todos os momentos, o que determina o estado mental seguro ou inseguro são as circunstâncias da vida. Apegos vividos na infância não se generaliza para todos os relacionamentos na fase de desenvolvimento adulto,

sendo assim os sistemas podem sofrer algumas mudanças (SANTOS; PEIXOTO, 2020, p. 234).

Portanto, é possível que o apego inicial mesmo que maléfico para a criança, seja mudado ao longo da vida, causando bom relacionamento interpessoal, apesar da vivência com figuras de apegos que não deram o acolhimento e cuidado necessário para o crescimento saudável dessa criança.

Esse sistema comportamental se dá pelo cuidado que essa mãe tem com seu filho, visto que esse relacionamento é contínuo, e não apenas em momentos que o bebê precisa da sua atenção, é durante a primeira fase da vida que o bebê que é possível identificar como e porque o bebê se comporta com as pessoas ao seu redor, é nesse período que a relação é estabelecida e ampliada de acordo com seus pares.

As crianças que cresceram em uma base segura, são mais confiantes consigo e se sentem mais independentes para construir relações com seus próximos, pois os seus cuidadores foram representativos demonstrando cuidado sempre que preciso. Por esse motivo eles conseguem se espelhar nessas figuras, gerando futuramente uma boa estrutura emocional. Dessa forma, torna-se essencial que essas figuras de apego criem um esquema adaptativo para suprir essas necessidades que aparecem ao longo do desenvolvimento infantil, pois quando esse indivíduo cresce, ele recria todo o esquema vivenciado na sua infância, nos seus relacionamentos (COUTINHO; CALDAS, 2022, p. 11).

É na fase da infância que toda nossa base é consolidada, por isso torna-se fundamental que esse apego inicial seja seguro, pois é nessa fase que a criança entende o que é amar e ser amada, e nessa configuração a figura de apego tem grande influência se a criança terá um relacionamento amoroso disfuncional ou funcional, pois foi na infância que sua base se estruturou (COUTINHO; CALDAS, 2022, p. 15). Por conta disso, como existe essa relação próxima, as influências vivenciadas nessa fase criam reflexos nos anos posteriores:

O cuidador se torna responsável pelas relações do sujeito no futuro sendo elas funcionam ou disfuncionais, ele é a figura aonde a criança vai se espelhar e procurar de forma inconsciente em suas relações futuras, onde irá reviver sentimentos, emoções infantis e crenças que foram moldados nessa época, onde todos os cuidados, afetos ou negligências serão trazidos com força total em seu relacionamento amoroso. É importante também ressaltar que estilos de apegos infantis e relacionamentos disfuncionais podem ser modificados diante das experiências e acompanhamento psicológico para modificação de crenças, autoconhecimento e ajuda nas feridas emocionais infantis (COUTINHO; CALDAS, 2022, p.20).

Para Cunha; Netto e Melo (2022, p. 518) a fase infantil é um ponto de partida no processo de aprendizagem e personalidade, é nessa fase que a criança se desenvolve, o bebê começa explorar seu ambiente e conhecer suas figuras tendo a primeira relação de afeto, que

são estabelecidas nessa primeira fase, repercutindo por toda sua vida. Quando a criança percebe que não tem cuidado o suficiente que necessita, começa a entrar em crise, muitas vezes caracterizado pelo choro constante, insegurança com a figura de apego pois acha que ele não responde aos seus chamados, com isso ele se afasta dessa figura e tem dificuldade em se conectar com novas relações de apego e afeto, e acaba se frustrando, gerando assim o apego inseguro.

3. COMPREENSÃO DA TEORIA, CONTRIBUIÇÕES E INFLUÊNCIAS

Mary Ainsworth auxiliou bastante Bowlby na teoria, mas foi ele quem revolucionou e deu nome a ela, mostrando os impactos do rompimento precoce entre mãe e filho, assim como esses vínculos são instaurados e os laços afetivos. A teoria do apego começa quando Bowlby e James Robertson estudaram como as crianças se sentiam em profundo sofrimento assim que se separavam da sua figura de apego, e como se dava a substituição desses pares (GOMES; MELCHIORE, 2012, p. 20).

Na segunda guerra mundial foi verificado essa relação, pois os pais iam a guerra e essas crianças tinham que lidar com essa separação, então se juntaram vários estudiosos, principalmente da psicanálise para desenvolver essa teoria e compreender como funcionava essa instância psíquica no momento da separação e após ela. No ano de 1920, foi fundada a clínica de Tavistock, nela era tratado alguns sintomas como tremores, paralisias, alguns transtornos mentais como alucinações entre outros, dessa forma a psiquiatria inglesa começava a priorizar a saúde mental dando visibilidade a psicoterapia. Só em 1946 é que John Bowlby dá a essa instituição uma orientação para o futuro estudo do desenvolvimento infantil. (GOMES; MELCHIORE, 2012, p. 23)

O fundador dessa teoria se interessou muito pela biologia e pela ontogênese, pois de acordo com Gomes e Melchiore (2011, p 24) “Seguindo um caminho próprio, Bowlby busca

referências na Cibernética, na Psicologia Comparada, na Psicanálise, nas Ciências Cognitivas e, principalmente, na Etologia, com destaque para autores como Darwin, Harlow e Lorenz.”

Ele confirmava a teoria de Darwin, sobre a evolução e o desenvolvimento das espécies, bem como a luta por sobrevivência pois o humano diferente do animal precisa do outro para sobrevivência. Nessa mesma linha, existem indivíduos que necessitam de companheirismo constante para que sua vida tenha sentido, algo comprovado pela teoria do apego:

A teoria do apego se resume a um indivíduo que precisa do outro para sobrevivência, não só fisicamente quando precisa do colo e o pede chorando, ou a fome que precisa do outro para se alimentar, e do leite materno para o fortalecimento, mas precisa do outro para proximidade, para o contato visual e para momentos desafiadores ou perigosos que precisa de um adulto para proteção. Sem a formação desse vínculo, a criança poderia se distanciar demasiadamente dos adultos ao explorar o mundo, ficando exposta a inúmeros perigos. O apego é fundamental para a criança explorar o mundo de forma segura, sem estar exposta a perigos que pode ser diminuído com a formação do vínculo seguro. Bowlby explora o mundo animal, dizendo que eles também precisam dessa vinculação e deixa como exemplo o caso dos gansos e dos patos, pois é de forma inata que todos os mamíferos dependem de outro para a seleção natural (GOMES; MELCHIORE, 2012, p. 26).

Em 1950 Bolwby encontra com o estudioso Harlow, isso porque ele perdeu um grupo de macacos pela tuberculose e resolveu encontrar outro grupo de animais para compará-los entre si, pela falta de animais saudáveis ele escolhe fundar sua própria colônia, esses por sua vez com estado de saúde estável, mas reproduz as situações anteriores que fazia com animais, com humanos sendo influenciado pela teoria do apego. E dessa forma um inspirou o outro a desenvolverem suas teorias, para Bolwby foi fundamental essa aproximação, pois se inspirou em Darwin para entender a evolução e o desenvolvimento das espécies. (GOMES; MELCHIORE, 2011)

Ao começar a interagir com os cuidadores e com seus sistemas nervosos, é internalizado como é visto o relacionamento e formado a estratégia para suprir as necessidades emocionais, John Bowlby teve influência na sua teoria e pesquisa a Mary Salter Ainswrth que era psicóloga do desenvolvimento, Bowlby solicitou a ela que achasse uma explicação para a aflição que as crianças sentiam quando eram separadas de sua mãe, juntos, começaram a pesquisar o vínculo da criança com a figura de apego, pra depois avaliar qual o efeito surtiria se houvesse a separação, viram que surgiriam efeitos no desenvolvimento (ULENBERG, 2007, p. 25).

Na base segura Ainswrth contribuiu com seus estudos e suas obras principais na sua estadia em Uganda, nesse sentido, ao discorrer seu mestrado Charlotte Ulenberg (2007) afirma que nessa estadia Mary Salter influenciava e colaborava com Bowlby dizendo que:

A criança segura, afasta-se e mostra que mantém uma relação de vinculação com a mãe pelo o facto que quer saber onde ela está e quer voltar à mãe de tempo-em-tempo. Nos olhares de relance ocasionais para ela, ou nas 8 coisas que traz para a mãe ver, ele mostra o desejo de partilhar com ela o prazer que tem em explorar as admirações do mundo. Vinculação nem normalmente, nem necessariamente interfere com o desenvolvimento de competência e self-reliance, mas, pelo contrário, suporta o desenvolvimento (BOWLBY, 1989, p. 107).

Em 1962 Mary criou a técnica da “situação estranha” que visava analisar as crianças juntamente com suas mães em laboratórios e ficava presente por 72 horas, observando essa interação. Nessa situação as figuras maternas ou paternas entravam no ambiente enquanto a criança brincava, além dessas figuras, pessoas estranhas também entravam, e saiam no espaço que a criança brincava. (ULENBERG, 2007)

Então a figura de vínculo estava presente no ambiente com essa criança enquanto estranhos entravam no quarto, após alguns instantes, a mãe e o estranho se ausentam deixando a criança sozinha e estressada, nesse momento é percebido o nível de estresse que é apresentado e quais as reações frente ao experimento. De acordo com Ulenberg (2007) quando a mãe se encontrava no mesmo lugar que a criança, elas pediam colo e atenção, e assim que saiam se aproximavam da porta chorando, algumas crianças mostravam comportamentos distintos a esses, no estudo foi categorizado como padrões de vinculação, esses padrões refletem na interação que a criança tem com sua figura de apego.

Em 1956 John Bowlby tinha como objetivo identificar como era o funcionamento de crianças que ficavam temporariamente longe de suas mães, em 1950 Bowlby participou da organização mundial da saúde, que cuidava de crianças sem lar, na experiência com essas crianças ele formulou o seguinte princípio da parte do seu relatório: “O que se acredita ser essencial para a saúde mental é que o bebê e a criança pequena experimentem um relacionamento carinhoso, íntimo e contínuo com a mãe (ou mãe substituta permanente), no qual ambos encontrem satisfação e prazer.” (BOWLBY, 1989, p.106)

As ideias de John Bowlby sobre os tipos de apego são postuladas em seu livro de 1989, ele relata que os apegos são tidos como um mecanismo básico, que todos os seres humanos exercem. Então como outros tipos de comportamentos biológicos como: alimentação e sexualidade, o apego também se configura biologicamente, pois segundo o fundador da teoria a presença da mãe é tão forte como a fome pelo alimento para a criança. Todos os padrões de respostas que os pais usam na criação de seus filhos, são repercutidos na sua personalidade, o fator patológico que Bowlby discute sobre a perda materna é entre seis meses de vida a seis anos de idade.

Os filósofos da mente sustentam que, na vida de um indivíduo, são os "padrões de comportamento" perceptíveis na infância que "devem constituir a dotação original a partir da qual se desenvolvem os estados puramente mentais", e que o que mais tarde é considerado "interior", seja uma emoção, um sentimento ou uma fantasia, é tão-somente "um resíduo" que permanece quando todas as formas de comportamento associado são reduzidas a um ponto de fuga (BOWLBY, 2006, p. 60).

Esse modelo comportamental é instaurado pela idade, quanto mais jovem o indivíduo é, maior a dificuldade para a restrição do seu comportamento. Os primeiros estudos antes de Bowlby, foram de Dorothy Burlingham e Anna Freud no período da segunda guerra mundial, Anna observava como se dá o mecanismo de defesa das crianças, percebendo como elas se enxergam fracas se comparando ao mundo cheio de perigos (que muitas vezes são perigos pequenos impostos pelos pais) e, portanto, compensam essa situação por meio de fantasias e da criação de papéis a serem desempenhados por elas, na década de 1930 Anna abriu um pensionato para crianças e famílias de baixa renda. Era dirigido por ela e Dorothy, ambas analisavam o comportamento infantil e desenvolviam novos padrões conforme eles se agrupavam, depois dos estudos das duas amigas, mais 3 foram publicados por outros autores (BOWLBY, 1989, p, 110).

A primeira fase quando a criança sente a ausência de sua mãe é chamada de protesto, ela se irrita facilmente e se aflige usando recursos como o choro ou a negação de outra pessoa, tudo isso acontece pela aflição que a criança sente e pela dúvida que instaura, se a mãe vai ou não voltar. Depois vem a fase do desespero que é parecida como a do luto, pois a criança não necessariamente chora alto e faz alguns escândalos, mas se mostra retraída e inativa, e quando a mãe volta depois de um tempo, a criança se mostra ausente, parecendo até que não conhece mais aquela figura materna se mantendo distante (BOWLBY, 2006, p. 65).

Essa criança se acostuma com a ausência de todos os seus cuidadores, quando alguém se ocupa ou sai de sua presença ela acostumada com aquela situação, não demonstra mais tristeza ou a falta daquela figura e se adapta a sua situação, demonstrando que não se importa mais com nenhuma pessoa em específico, não é o ambiente que prejudica a criança nesse sentido, mas a ausência de sua mãe no ambiente.

3.1 Tipos de apego

No experimento da situação estranha a criança que demonstrava confiança em relação a volta de sua mãe sempre que ela se distancia era caracterizada como uma criança com um vínculo seguro, onde os pais eram um ambiente seguro e sua volta era esperada, sem choro ou gritos insistentes, mas com calma e seguras de sua volta. Esses bebês que eram seguros ao apego

dos seus cuidadores eram ativos nas brincadeiras e colaborava sempre que necessário, mostrando satisfação pelo ambiente e usando sua mãe como base segura (BARSTAD, 2013, p 30).

Esse estilo de comportamento era visto quando a mãe separava de seu filho, os sinais emitidos pela criança eram de sofrimento no primeiro momento, mas se recompunha rapidamente e passava a explorar o ambiente com entusiasmo. Assim que a mãe retornava a criança a recebia com alegria e satisfação, sendo recebida por ela no colo, a mãe nessa situação se mostrava disponível emocionalmente. Essa exploração do ambiente é facilitada pelo retorno da mãe ser algo certo para a criança, pois as mães são disponíveis e disponível para atender a demanda dessa criança. (BARSTAD, 2013, p. 32)

Quando ocorria o choro da separação, não era isso que respondia se o apego era seguro ou inseguro, mas pelo contato da mãe com a criança, acalmado-a nesse momento e com a permanência do bebê no colo. Os bebês com apego seguro respondiam positivamente ao serem pegos no colo, sentindo-se confortáveis rapidamente e respondendo positivamente quando eram colocados novamente no chão, retornando à exploração. Uma vez que se sentem seguras, as crianças têm a possibilidade de encontrar um ponto de maturidade fundamental para as demais fases da vida:

Esse modelo representa segurança e se baseia na construção de uma base sólida e capaz de fornecer segurança não só na infância, mas na fase adulta conseqüentemente, pois a breve separação que vez ou outra ocorre na infância e logo em seguida é suprida novamente, dá ao indivíduo possibilidades de explorar o mundo futuramente de forma madura e saudável, pois não depende de seus pais para se colocarem em ambientes, na infância foi construído essa confiança tanto nos pais como no próprio indivíduo, que assim que ele é obrigado a se inserir em lugares em que a presença dos pais não é mais necessário ele se sente capaz de interagir nas relações sociais (BARSTAD, 2013, p. 35-36).

Com isso, os indivíduos estabelecem uma compreensão acerca das diversas situações que os acompanham ao longo da vida. Logo, o importante na construção dessas representações é como a mãe permitiu ser seguida e agarrada, assim como os comportamentos associados. Dessa forma, é necessário que a criança tenha uma boa percepção do *self*, e que enxergue mediante as experiências seguras que obteve com seus pais, as suas próprias capacidades e potencialidades para que se organize sobre o que foi instaurado nele pela figura de apego e o que ele consegue suprir por ele mesmo nos momentos de solidão interna e o sistema de apego esteja ativado quando ocorrer (BARSTAD, 2013).

O apego inseguro evitativo é chamado assim, pois a criança não sente mais quando a separação ocorre. As possíveis implicações desse estilo de apego no relacionamento amoroso de acordo com Bowlby (1989, p. 32) é que “após uma série de abalos com a perda de numerosas

figuras maternas a quem a criança dedicou, sucessivamente, certa afeição e confiança, ela liga-se cada vez menos as figuras seguintes e acabará por não se apegar a quem quer que seja.”

Nesse sentido, Becker e Crepaldi (2019, p. 22) dizem que o apego evitativo é difícil de ser manejado, pela falta de confiança que o indivíduo teve em sua infância, e sua manutenção é trabalhosa se comparada a outros apegos, pois eles se sentem incomodados com a proximidade e se sentem melhor mantendo sua independência e a distância de vínculos permanentes, além disso eles dificilmente confiam em seus conjugues e não buscam a resolução dos conflitos e a comunicação assertiva nas relações. Com isso, gera um determinado padrão de comportamento que a pessoa demonstra ao longo dos anos seguintes:

As mudanças comportamentais que ocorrem no ciclo vital, e como o estilo de apego pode ser alterado durante o ciclo ou se esses padrões estabelecidos durante a infância são duradouros, embora são mais evidentes em adolescentes e adultos, alguns sistemas comportamentais persistem nos adultos desde a sua infância, esses padrões de tornam ativos em três momentos: primeiro quando o padrão juvenil é encontrado no adulto na medida que são ineficazes e de alguma forma se desorganizam, segundo quando o adulto encontra-se doente, então o sistema imaturo é ativado tornando-se regressivo, e em terceiro lugar é um conjunto integrado dos sistemas comportamentais que inclui algum componente da fase anterior do indivíduo, um padrão adulto e outro juvenil, esses são incorporados pela sequência comportamental a serviço da reprodução (BOWLBY, 1989, p. 32).

A partir do momento que o bebê começa a responder os comportamentos de sua mãe vendo ela como a figura materna, inicia o comportamento propriamente dito do apego, quando a discriminação perceptual se encontra presente, não dá de afirmar que o comportamento de apego está presente antes disso, pois o bebê não necessariamente reconhece a mãe antes ou tenta manter sua atenção para a proximidade dela, essa atenção pela proximidade se dá quando existe o choro pela ausência da mãe e quietude com a sua presença. Esse é um dos padrões de comportamento de apego que o bebê tem, e ao passar dos dias se torna regulamente e com mais vigor (BOWLBY, 1989, p. 42).

Na fase da adolescência o apego que a criança teve na sua infância pode mudar, e outros adultos podem ocupar a importância dos pais, de maior grau, tendo a atração sexual voltada por pessoas da mesma idade e sexo oposto, pode acontecer do adolescente se desligar dos pais inteiramente ou viverem a vida toda ligados a eles sem conseguirem dirigir o comportamento de apego a outras pessoas, esse vínculo prossegue na vida adulta e afeta o comportamento nos relacionamentos do indivíduo (BOWLBY, 1989, p. 49).

Durante a adolescência e vida adulta esse comportamento pode ser dirigido a pessoas de uma instituição específica, como escola, igreja e trabalho, levando a pessoa a ter uma figura de apego principal. O tipo de apego que a criança teve na sua infância será uma continuação na vida da pessoa, esse comportamento não pode ser rotulado como regressivo, pois menospreza

o papel vital que ele desempenha na vida do homem, do nascer ao morrer. “No decorrer da adolescência e a vida adulta, ocorrem novas mudanças, incluindo a mudança das figuras para quem o comportamento é dirigido” (BOWLBY, 1989, p. 67).

Mesmo não sendo a pessoa que satisfaz as necessidades básicas do bebê, o comportamento do apego pode se fazer presente em outras figuras, sem ser a materna, isso porque de acordo com Bowlby (1989, p. 81) “determinantes mais claros das figuras as quais as crianças se apegavam eram a rapidez com que uma pessoa respondia a um bebê e a intensidade da interação em que se envolviam com ele.” Então a forma que o adulto trata o bebê na sua infância pode desenvolver o apego na criança pelo adulto, e não necessariamente o adulto ter uma ligação biológica com ela, isso se dá porque a criança espera pela resposta, quando chora, sente fome ou necessita ser trocada após fazer suas necessidades básicas, quando o adulto responde a essas demandas, ela se torna a figura que interage, a figura que cuida e que está presente quando ela precisar, se tornando assim a figura de apego da criança (BECKER, CREPALDI, 2019, p. 29).

Outro apego inseguro que John Bowlby desenvolve é o ambivalente que representa um papel vital no desenvolvimento psíquico, e como é sentido nas pessoas o sentimento de raiva e ódio da pessoa amada, sendo essa a que compõe o laço afetivo. A criança que cresce com esse sentimento de amor e ódio pela sua figura de apego sente culpa e ansiedade pelo que sente, pois não entende o motivo e não consegue regular esse conflito interno de forma madura e construtiva. O que se alinha com conceitos apresentados por Freud ao longo dos seus ensaios:

Esses resultados corroboram com o que John Bowlby diz sobre as obras de Freud, que durante o percurso, ele deu alguns significados a ambivalência e o coloca nos contextos familiares dizendo que na infância há muitos desejos de interesse e amor e a fase também é impelido por raiva e amor. Nesse contexto Freud cria e apresenta a rivalidade entre os irmãos e o complexo de Édipo. Em um artigo sobre a neurose obsessiva Freud diz que “em todas as neuroses, deparamo-nos com os mesmos instintos reprimidos por trás dos sintomas... o ódio mantém-se reprimido no inconsciente pelo amor...” (BOWLBY, 1989, p. 80).

Alguns conflitos psíquicos e distúrbios de personalidade vem da ambivalência e dos seus sintomas que geram no indivíduo culpa e medo, dessa forma é progredido o estudo sobre essa temática quando é colocado esse discurso no dia a dia, colocando-o como o amor e ódio que é sentido e gerido pela mesma pessoa. Se a criança cresce sabemos discernir esse sentimento, ela saberá controlar seus impulsos quando ele surgir, e a ansiedade e a culpa será controlada e regulada quando esse sentimento vier à tona, mas se não souber controlar se sentirá culpada por dirigir para as figuras de vínculo esse sentimento, e o medo da punição que virá ao realizar algum comportamento hostil.

Para John Bowlby (1989, p. 67), a criança pequena não tem confiança em sua aptidão para controlar seus impulsos ameaçadores, há o risco de que, inadvertidamente, recorrer a um ou mais dos incontáveis mecanismos psíquicos primitivos e bastante ineficazes destinados a proteger seus entes queridos de danos e ela própria da dor de um conflito que parece insolúvel por outros.

Sendo assim, quando a criança sente a culpabilização por seus atos, ela exige de si e dos próximos demonstração excessiva de amor, e quando não consegue respostas a isso os sentimentos de ódio vem à tona, gerando assim culpa pelo sentimento, pois não consegue controlar e regular o amor e o ódio que se desenvolve assim de modo desfavorável.

As crianças que crescem com pais carinhosos e presentes que no ambiente familiar e compartilham de afetos, quando os anseios da criança são respondidos, assim como o amor que ela compartilha com sua mãe com seu pai, ela cresceu sem a pressão libidinal e sem a vontade exagerada de satisfazer os instintos sexuais. De forma semelhante a criança que não teve contato com afeto na vida infantil, crescerá com uma idealização do amor ideal, buscando incansavelmente o afeto de outras figuras, e quando não alcançado esse sujeito odiará quem não consegue satisfazer essas idealizações, ou apenas que parecem que não conseguem satisfazer todo amor idealizado.

Bowlby (1989, p. 75) relata algumas das indagações que as pessoas têm sobre essa temática, pelo fato de protestarem em relação a necessidade de que a criança demanda, ele cita as perguntas como sendo “Como imposições surgem em bebê? Por que exige a criança tantos cuidados e atenções? É compreendido que na vida adulta todas essas experiências no ambiente familiar geram na pessoa frustrações e dificuldades, e se for um apego seguro facilita para o indivíduo as questões do dia a dia e consegue manejar as exigências da energia psíquica sobre os desejos sexuais.

O apego inseguro/desorganizado é o quarto padrão de apego da teoria de Bowlby, esse estilo de apego foi elaborado depois de já ter definido os anteriores, Mary Main (1986, p. 33) foi uma pesquisadora que atuou juntamente com Bowlby e Ainsworth nos trabalhos referentes ao vínculo, e constatou que algumas crianças não se enquadravam nem no apego seguro, nem no inseguro/ambivalente e evitante, sendo assim esse apego não segue a lógica coerente, e as causas da desorganização pode variar entre os eventos traumáticos que o indivíduo foi submetido. Essas crianças que não foram classificadas entre os apegos já existentes, apresentaram reações de comportamentos disfuncionais e inexplicáveis, andavam de um lado para outro e se silenciavam ou afastavam dos pais quando esses retornavam. Assim, constatou

que tais comportamentos pareciam contraditórios e que estavam desorganizados. (PEREIRA; FERREIRA, 2022, p. 56).

Nesse padrão as crianças e posteriormente os adultos, são contraditórios em alguns aspectos da vida, são inconsistentes, isso se dá pela forma em que são criados, esse estilo de apego pode aparecer na criança bem evidente, quando por meio da chegada de sua mãe ela demonstra alegria ao vê-la, em outro momento quando ela sai de perto da criança, a mesma não sente diferente entre a distância e a proximidade de sua cuidadora, sentindo dentro de si certa confusão sobre o sentimento que isso causa (PEREIRA; FERREIRA, 2022, p. 60).

De acordo com Barstad (2013) essa interação mãe/bebê pode acontecer em contextos em que a criança vive maus tratos, pois a agressão não vem do desconhecido, e sim da pessoa amada, então as punições recebidas geram na criança confusão e instabilidade emocional, pode estar associado também a perdas e traumas, abuso parental, uso de drogas, a perda materna não resolvida entre outros traumas vividos. Dessa forma a criança pertencente a esse quarto padrão, tem mais facilidade em desenvolver um quadro psicopatológico, sendo ela principalmente a dissociação mental, por situações traumática e algumas questões do contexto estressante que vive.

O sentimento confuso da criança entre amor e ódio, apego e raiva por seu cuidador, gera contradições deixando a criança com ansiedade e culpa pelo sentimento de ódio quando esse vem à tona, pois a apreensão se faz presente em momentos de proximidade, esse comportamento pode variar diversas vezes, pois hora a mãe atende essa criança, hora não atende, a criança acostumada com essa relação inconsistente cria uma defesa para se proteger do sofrimento da separação, cria-se então uma estratégia. Segundo Pereira e Ferreira (2022, p. 62), “o apego Inseguro desorganizado não apresenta padrão coerente de resposta, deixando de usar seu cuidador como fonte de amparo, pois ele é fonte de medo e insegurança.”

As figuras de apego não conseguem proteger a criança de perigos e ameaças, esse padrão do cuidador pode ter vindo também de terceiros que causaram isso no sujeito, indo de pai para filho, essas pessoas geralmente são incapazes de se protegerem contra o perigo, passando para seu filho essa insegurança de cuidado.

3.2 Impactos dos padrões de vinculação no adulto

A necessidade de cuidado na vida adulta faz-se necessário, o adulto assim como a criança precisa se sentir protegido e compreendido pelo outro nas suas vulnerabilidades, os comportamentos que inclui o choro, agarramento na pessoa próxima, protesto ao

distanciamento é mais forte na infância, ao longo do tempo esses comportamentos diminuem e sua ativação é rara, retorna só na fase adulta quando o indivíduo está em situações de doença, perigo ou sofrimento. A proximidade que a pessoa busca ao longo do seu ciclo vital é permeada pelo repertório que obteve em seu desenvolvimento principalmente pela experiência vivida, dessa forma os comportamentos de apego vão ficando mais flexíveis, as emoções são expressas com mais controle e de forma coerente.

De acordo com Ribas e Saidl de Mora (2004, p. 320), “a noção central do sistema comportamental de apego aborda os diversos comportamentos de apego organizados como respostas a traços da história particular do indivíduo.” O contexto que a criança vive é primordial para a escolha do seu apego futuro ficando ainda mais amplo quando se desenvolve, no desenvolver da fase da adolescência e da vida adulta o comportamento do apego pode ser modificado e estruturado de forma positiva ou negativa, sendo direcionada a outras figuras que permeiam a convivência do indivíduo não sendo a mãe ou alguém que possui grau parentesco com a pessoa. Mais tarde o adulto irá procurar no outro proteção e suporte, e vai se dirigir a alguém que proporciona proteção, mesmo que essa proteção se enquadra no apego inseguro, sendo disfuncional ou funcional.

Dessa maneira, existe uma teoria que apresenta as características que o apego pode assumir e como essa linha de pensamento estabelece certos padrões para que esse comportamento se manifeste nos anos seguintes do indivíduo:

Especificidade (o comportamento é dirigido a apenas alguns indivíduos específicos, geralmente em ordem clara de preferência), duração (os comportamentos de apego podem se transformar ao longo da vida, e até mesmo serem substituídos, entretanto, sempre estarão presentes de uma forma ou de outra, principalmente aqueles construídos na primeira infância), engajamento emocional (as nossas ligações afetivas são sempre permeadas de emoções intensas), ontogênese (as crianças possuem uma figura de apego de preferência, que é desenvolvida a partir de 9 meses e perdura até cerca de 3 anos de idade (BARSTAD, 2013, p. 17).

Quanto mais a criança é apegada a sua figura de apego, mais experiências de apego ela terá, resultando assim em aprendizagem, mesmo que seja em lares onde exista punição, o apego é desenvolvido da mesma forma, o apego pode ser organizado por meio da construção das respostas simples e complexas, se estendendo pelos modelos representacionais mediado pelo self, a função biológica é dita por Bolwby como estruturante na teoria do apego, pois está presente em algumas espécies de animais e protege contra ameaças e possíveis predadores.

Alguns teóricos acreditam que não existe apego na vida adulta, pois nessa fase da vida o indivíduo é impossibilitado de se adaptar a esses padrões, e a proximidade necessária para o apego ser desenvolvida é ameaçadora em detrimento ao enfrentamento que precisa, em

contrapartida, é analisado que os seres humanos estão a todo tempo tentando se vincular a alguém ao longo de sua vida, seja por meio de relacionamentos amorosos ou em amizades.

Em estudo realizado por Zeifman e Hazan (2008, p. 35), existe a proposta da teoria do apego em adultos implica entre os papéis que cada um exerce, de acordo com a segurança que cada uma prevê ao outro. Além disso o que diferencia o comportamento de apego entre adultos e crianças são os sistemas biológico e o sistema sexual. O contato físico também é diferente nessas fases, pois a criança busca o contato físico para afastar o sofrimento da separação e encontrar o afeto desejado, já a motivação do adulto é a atração física que norteia o contato físico, apesar disso, assim como a criança ele procura o outro por conforto e para minimizar o sofrimento.

O modelo funcional interno na vida adulta é regido pela representação mental, e pela busca de proximidade que a pessoa amada simboliza para ele, dessa forma ele se regula pela ativação que sente quando o outro se aproxima, ou por si próprio, essas representações simbólicas são guardadas na memória pela lembrança da figura de apego, permitindo que o sujeito prediga as relações que virão, se ajustando a elas sem ser necessário reconstruí-las ou repensá-las.

Para Bowlby (2006) esses modelos internos são analisados a partir da visão cognitiva afetiva, a lembrança e memória são evocadas assim que a pessoa enfrenta a expectativa da representação, desse modo os episódios lembrados são trabalhados da forma que o indivíduo responde e lida com o sofrimento. A forma que a memória vem à tona diz muito em como a pessoa enxerga a experiência vivida e como ela reage com a lembrança após se dar conta do modelo de apego internalizado. Por isso, surge explicação desse fenômeno à luz de uma teoria:

A teoria do apego se diferencia ao falar de como o relacionamento interpessoal pode gerar uma base segura e dar segurança ao outro, dependendo do tipo de relação construída. Essa teoria utiliza o modelo de funcionamento interno para explicar o desenvolvimento de relações tanto na saúde quanto na patologia (BARSTAD, 2013, p. 46).

Na infância algumas vezes sem perceberem os pais pressionam os filhos a retrain algumas memórias, interrompendo o processo consciente de informações que são relevantes para a compreensão dos eventos estressantes. Algumas informações que são observadas pela criança, são preferidas pelos pais que não tivesse sido processado, e a criança ciente desses sentimentos, se conformam em manter aquilo em uma instancia na qual não vai revisitá-la. Dessa forma na fase adulta quando o inconsciente é acessado começam as fontes dos distúrbios cognitivos.

Cenas como o suicídio ou violência física é muito comum para essa percepção, a figura de apego tenta distrair a curiosidade da criança colocando outra coisa em cima da história, para ridicularizar a ideia da criança sobre o acontecimento. Muito dos problemas psicológicos são pertinentes a esse tipo de ocorrência, e pela exposição da criança nessas situações crônicas. Mais tarde se manifestam como: inibição da curiosidade, desconfiança quanto aos seus próprios sentidos e uma tendência a achar tudo irreal.

Um dos relatos apresentados por Bowlby (1989, p. 113-114) apresenta um caso de um paciente adulto de 27 anos que após sua noiva romper o relacionamento, justificando que ele era melancólico e imprevisível, começou a sentir que o mundo não era real e seu próprio ser estava se fragmentando, ficou deprimido e com pensamentos suicidas experimentando uma variedade de sensações de sufoco. Depois de muita análise foi possível identificar que sua mãe tentou suicídio durante sua infância e que ele testemunhou a tragédia, assim que a sugestão foi dada o paciente confirmou em choro:

Quando os modos correntes de perceber e construir situações e os sentimentos e ações que daí resultam são determinados por eventos e experiências emocionalmente significativos, que foram bloqueados do processo consciente, a personalidade estará propensa à cognição, afetos e comportamentos mal adaptados à situação corrente. Quando o anseio de amor e cuidado é bloqueado, ele continuará inacessível. Quando existe raiva, ela continuará a ser dirigida para alvos inapropriados. De forma semelhante, a ansiedade continuará a ser detonada por situações inapropriadas e esperar-se-á um comportamento hostil de fontes impróprias (BOWLBY, 1989, p. 115).

Esses eventos do mundo externo são pressionados a não aparecerem e até a esconder esses sentimentos, mas de forma dolorosa volta na fase adulta, nos relacionamentos conjugais, principalmente quando ocorre a separação ou a perda, Bowlby (1989, p. 107) relata uma fala de seu paciente dizendo que “eu agora vejo que era terrivelmente sozinho quando criança, mas nunca me permitiram saber disso”.

3.3 Possíveis implicações do apego no relacionamento amoroso

John Bowlby quando criou a teoria do apego buscou entender como funcionava o apego que a criança tinha em relação a seus pais e a formação desses relacionamentos, mais tarde ele descobriu que esses apegos se apresentavam também na fase adulta, tendo dessa forma um desdobramento significativo nos relacionamentos amorosos. Para Coutinho e Caldas, (2022, p.53) “O amor e os cuidados dos nossos pais/cuidadores são como um espelho para os nossos relacionamentos amorosos, sendo uma grande influência nas nossas escolhas sentimentais, direcionando-nos como escolhemos quem amar, e como devemos ser amados”.

Dias (2022) discorreu em seu texto sobre os estudos realizados, nos quais foram analisadas 356 pessoas. Os resultados apontaram que aqueles que cresceram com o apego ansioso ambivalente apresentaram sinais de desamor e desvalor, além do sentimento de desamparo contínuo. Além disso nessas pessoas também demonstraram algumas distorções cognitivas e dificuldade em mudar de comportamento, pois o vínculo que foi implementado na infância influencia nas relações futuras.

A autora afirmou ainda que as situações de instabilidade e experiências que não produzem uma atmosfera protetiva, segura e confortável, auxiliam na construção de um ambiente onde a dependência emocional se torna mais evidente (DIAS, 2022, p. 4). Com o passar do tempo, esse vínculo se mostra mais complexo e acarreta problemas sérios na vida de quem o possui.

Ainda em Dias (2022, p. 7) é relatado que nesse “modelo interno o indivíduo permite saber como o mundo é, e como ele deve reagir a isso, mais tarde isso é transformado no apego que ele irá dividir com o próximo.” Nesse sentido os padrões internos servirão como modelo para as futuras relações. O modelo que foi construído pela criança é diretamente ligado a como ela foi criada, posteriormente esse modelo é direcionado aos sentimentos de segurança ou insegurança, confiança no outro e a forma que explora o ambiente. As pessoas que são do apego inseguro vão desenvolver o esquema desadaptativo, as respostas a isso são de forma indiferente, negligente e muitas vezes tendo um comportamento frio fruto da infância, em vista disso as escolhas amorosas terão influências do tipo de esquema que foi construído.

Essas representações têm origem na primeira infância, e continuam ao longo da vida sendo um norte e servindo como base para as relações vindouras. Igualmente a cognição social é importante para a construção do modelo interno, pois a cognição social entende que a criança é um ser ativo na onde é inserida, logo, ela também exerce um papel pensante e de construção da sua formação.

De acordo com Young e outros pensadores (2008, p. 98), todas as necessidades que não foram atendidas se tornam crenças que vão levar a uma idealização de respostas compensatórias, deste modo a interação que o indivíduo tem com o outro poderá ser insatisfatória e destrutiva pela existência de esquemas criados anteriormente para lidar com a situação. Um exemplo da continuidade do apego na vida amorosa é a facilidade de se apegarem seguramente com seus parceiros e saírem da casa dos seus pais com tranquilidade para construir uma vida a dois, pois os padrões evitativos e ambivalentes sentem dificuldades com o novo, e tem resistência para a entrega mútua, pelo fato de ter que transferir ao outro o apego aprendido em sua casa de origem.

Hazan e Shaver (1987, p. 112) mencionam que os primeiros a tentar estudar as ligações do apego na infância com o amor romântico buscou estudar como a teoria do apego funcionava em adultos, os estudos constataram que os fatores que geraram estresse e os estímulos desses, estão estreitamente relacionados ao apego. No apego inseguro prevalece os sentimentos de solidão e a ausência de intimidade entre os casais. Observou-se no apego seguro um nível de satisfação pessoal, o que resultava na estabilidade emocional entre os parceiros. Esses autores acreditavam na ideia de que não existe o mesmo apego na fase adulta, mas que é possível identificar uma vinculação parcial do sistema do apego.

Bowlby por sua vez acreditava que era propício a continuidade da sua teoria em termos de relacionamento amoroso, esses estudos partem do pressuposto do modelo interno adquirido na infância e que se estendem ao longo do desenvolvimento, pelo motivo de ser favorável ao indivíduo se colocar em relacionamentos que reforcem esse funcionamento interno.

Os adultos, assim como as crianças, precisam se sentir seguro nos relacionamentos amorosos, e sentem a necessidade de se vincularem com o outro afetivamente, da mesma forma a insegurança também é vista quando um dos parceiros apresentam instabilidade e inacessibilidade. Hazan e Shaver (1987) inovaram na teoria propondo um novo esquema, eram chamados de qualidades ou apego desenvolvido de forma romântica, são eles: seguro, ansioso-ambivalente e o evitativo.

O primeiro apego sendo ele seguro no relacionamento amoroso foi entendido como “eu acho relativamente fácil me aproximar das outras pessoas e me sinto confortável em depender delas e que elas dependam de mim. Não me preocupo em ser abandonado ou que alguém se aproxime demais de mim” (TOSTA, 2017, p. 23) ao apego evitativo é visto como um desconforto quando a proximidade é solicitada, tem dificuldade em confiar e se sente incomodado quando alguém tenta aproximar. Já no apego ambivalente a pessoa está sempre em dúvida sobre o sentimento do seu parceiro ser real ou uma farsa, se preocupa quando as pessoas não se aproximam dele como acha que deveria e as vezes quer ser mais próximo do parceiro, outras vezes anseia a distância (TOSTA, 2017, p. 30).

Esses estudiosos buscaram compreender como os adultos que cresceram em contextos distintos, juntos conseguiam expressar seus sentimentos e emoções aos seus parceiros, eles argumentavam que o laço afetivo envolve uma complexidade emocional, que não era entendido no senso comum, mas de forma socioemocional, dessa forma deram início ao estudo intitulado: “Amor romântico conceituado como um processo de apego”, nesse estudo eles argumentaram que existe três componentes: qualidade, sexualidade e cuidado (HAZAN; SHAVER, 1987, p. 56).

De acordo com uma pesquisa feita por Shaver, Hazan e Bradshaw (1988) a fim de aplicarem um questionário acerca do relacionamento amoroso dos participantes, foi comprovado que o apego seguro tem a característica principal na forma em que são verdadeiramente parceiros dos seus conjugues, como forma de apoio, aceitação a vontade e desejos do outro e capacidade de se regularem nas falhas, nessa pesquisa foi constatado que esses relacionamentos têm o caráter mais duradouro, cerca de 10 a 20 anos. Já as pessoas do apego evitativo, demonstraram irregularidades no que concerne a intimidade, ciúmes excessivos, e com o tempo de 5 anos para o término. Já no apego ambivalente foi apresentado casos de obsessão, cobrança pela reciprocidade e com média para duração de 4 anos em média. Nesse grupo de pesquisa foram considerados a média de idade entre 36 anos, para maior confiabilidade da experiência.

No trabalho apresentado por Yunes (2003, p. 25) a proporção que a criança vai direcionar esse vínculo obtido na infância para sua vida adulta é enfatizada também pelo meio social em que vive, pois além dos contextos familiares também existe influência na maneira de direcionamento do afeto, algumas pesquisas sobre resiliência é relatado que no ambiente de pobreza, abuso de álcool e distúrbios de personalidade pode agir de forma ao contrário do esperado, e não impactando no aprendizado, pois alguns indivíduos ainda dentro desse contexto se torna um adulto competente, que é capaz de amar e ser amado, ter suas próprias experiência e crescer na vida, nesses estudos indicam que além da família, existe outros fatores, capaz de contribuir para o comportamento de apego seguro ou inseguro.

Esses estudos foram importantes para a compreensão dos fatores internos e externos que levam o indivíduo a manifestar comportamentos irregular ou regular em uma relação, pois os resultados comportamentais e cognitivos podem não ser comprometido no meio desse ambiente desastroso, e mesmo dentro de uma família desestruturada a competência e a capacidade de se autorregular é possível, pois o indivíduo consegue recuperar a trajetória de sua vida com outra forma. Dessa forma é possível verificar que apesar de os impactos vividos na família são importantes para o comportamento adulto, eles não são inteiramente reproduzidos.

A teoria do apego foi desenvolvida a partir das pesquisas feitas com a sociedade como um todo, algumas destas pesquisas foram realizadas pela compreensão de um número específico de casais, mas para Bowlby o importante foi revisar os conceitos que são cabíveis a todo ser humano. As pesquisas permitiram identificar o que deu errado e o que deu certo na criação e educação das crianças e qual foi o resultado disso na vida adulta, o que permitiu a atribuição da teoria para um grupo inteiro de pessoas.

Heller (2018, p. 130) faz uma observação em seu livro dizendo que “a teoria não vai dizer o que é saudável e não saudável dentro da relação, mas refletir como é possível enxergar algo como compreensível pela história de vida do sujeito.” Por exemplo: o homem diz que quer permanecer em um relacionamento e logo em seguida muda de ideia, querendo partir e ficar só, pelo senso comum seria normal rotular a pessoa como problemática e inconstante, mas dentro da análise feita a partir da teoria do apego e seus desdobramentos na vida adulta, é necessário investigar, pois ao contrário do apego inseguro, no seguro a pessoa consegue comunicar com clareza o que pretende dentro de uma relação. Todavia, esses comportamentos precisam ser avaliados se vale a pena ou não a permanência, pois, apesar dessas nuances é possível recorrer ao comportamento de protesto.

Dessa forma, é possível perceber que existe um comportamento que se repete nessas relações:

Frequentemente a pessoa em quem é depositado a confiança não retribui com as expectativas de afeto do seu parceiro e não retribui com a função de base segura dentro do relacionamento, o cérebro atribui para aquela pessoa uma função e um papel de ser sua ancora emocional e o lugar disponível a quem recorrer nas necessidades, e foram programados para procurar disponibilidade dos seus parceiros amorosos (HELLER, 2018, p. 40).

De acordo com Heller (2013, p. 43) quando o parceiro é incapaz de corresponder às nossas necessidades básicas de apego, vivenciamos uma sensação crônica de desconforto e tensão que nos deixa mais expostos a várias doenças. Não apenas o nosso bem-estar emocional é sacrificado ao formarmos uma parceria romântica com alguém que não nos proporciona uma base segura, mas a nossa saúde física também é sacrificada. Parece, portanto, que nosso parceiro afeta poderosamente a nossa capacidade de prosperar no mundo. Não há como contornar isso. Eles não só influenciam a maneira como nos sentimos em relação a nós mesmos, como também o grau até onde acreditamos em nós mesmos, e se vamos ou não tentar realizar nossos propósitos e sonhos.

Dessa maneira, a escolha do cônjuge está relacionada com as necessidades intrínsecas do apego, visto que é preciso sentir habitante de uma base segura que fornece refúgio nas crises, o mesmo acontecia na infância quando o bebê para sua sobrevivência precisava do outro para a constituição emocional e necessidades fisiológicas, mas para além disso, ele precisava dos pais quando algo o abalava. No que diz respeito a fase adulta, a escolha precipitada de um parceiro inconsistente pode levar a uma experiência debilitante trazendo prejuízos a ao crescimento pessoal e prejudicando a saúde (HELLER, 2018, p. 47).

A teoria do apego considera o apego como um sistema motivacional que direciona um indivíduo ao outro, analisando os relacionamentos amoroso o papel do apego é visto como o lugar que oferece respostas e proporciona segurança fortificando a alma, essas características se estende a qualquer relação tida na vida, tanto com os cuidadores como em uma relação amorosa. Um dos principais pontos da teoria é as ações que uma pessoa leva para se vincular com alguém, e a proximidade que se mantem.

Por sua vez, Rodrigues e Chalhub (2009, p. 2) entendem que: “Um vínculo malformado com a principal figura de apego na infância traria transtornos nos relacionamentos na vida adulta, onde provavelmente o indivíduo com apego inseguro procurasse em seu respectivo parceiro o suprimento de um amor e afeto faltante”. Por esse motivo o insucesso do relacionamento se dá pela procura de algo que faltou na infância, a problemática é que o parceiro também teve um tipo de apego, e para manejar duas criações diferentes pode gerar um atrito entre a relação que se estende no dia a dia.

Cerqueira e Rocha (2018, p. 12) apontam que o fracasso desses relacionamentos, é justificado pela decepção do ideal romântico criado pelos pares, essa busca é tida como mutável atualmente, pois nos anos passados o amor ideal era o grande alcance de muitos, hoje em dia isso não faz mais sentido, pois o que nutre o desejo pelo relacionamento é a vontade de se sentir pertencente de algum modo e compartilhar expectativas pessoais. Quando acontece a separação não existe mais a pretensão de viver uma vida toda com aquela pessoa, pois a satisfação pessoal deixou de ser o ponto principal (CERQUEIRA; ROCHA, 2018, p. 15).

A pesquisa de Hazan e Shaver (1987) evidenciaram que o relacionamento amoroso na vida adulta é uma junção de experiências da infância, as crianças que se encontram no apego seguro têm uma visão de si e da próxima de forma positiva, facilitando assim na construção de intimidade e a probabilidade de que seja longo. De forma contraria o inseguro é inconsistente, se enxergando de forma negativa e consequentemente tendo uma visão do outro como incapaz de o amar.

Conforme Scheeren e outros autores (2015, p. 19) são categóricos quanto ao registro das dimensões de apego, pois a intimidade é algo distante de se conquistar, eles são difíceis de se entregarem e acreditam que é ameaçador o desejo do apoio emocional, ou que se ele buscar e pedir pelo afeto, será impossível de receber. Na segunda dimensão, rotulado como ansiedade (apego inseguro ambivalente) os indivíduos se preocupam com a rejeição ou abandono esse é o grau de maior preocupação dessas pessoas. Quando a pessoa chega em um alto nível de medo pelo sentimento que vem à tona, ela se distancia, ou faz investimentos exagerados para manter a relação.

Como já foi citado anteriormente na idade adulta existem igualdades entre os apegos infantis, pois em todas as fases do ciclo vital é necessário segurança, e essa premissa está relacionada com o companheirismo entre as partes, assim como a lealdade e coesão que surge a partir da estrutura social, isso no apego é fundamentado pelo construção de um relacionamento estável entre o casal, é preciso saber construir relações sociais para então ter a inteligência social para compreender a situação em que vivem, assim será possível responder a ela de maneira precisa.

O apego compartilhado é mediador de proteção em meio as adversidades, é ativado durante as crises desenvolvendo os recursos necessários para a sua manutenção, nessa situação de crise a família precisa de apoio mutuo, uma perspectiva madura sobre como resolver a crise e solidariedade entre ambos, a capacidade de sentir que no outro pode obter confiança foi desenvolvida não só por uma das partes, mas pela base familiar segura obtida na infância, Bowlby (1998) chama um modelo de funcional do eu, que são todas as experiencias vividas do sujeito que ele leva como representações internas na fase adulta a respeito do mundo, essas representações formam as expectativas nutridas sobre confiança externa e interna.

De acordo com Semensato e Bosa (2013, p. 24) “em momentos de crise, as condições existentes e potenciais na relação são essenciais para que a família possa lidar com a situação sem consequências desastrosas e para sair da crise ou lidar com a adversidade ainda mais fortalecida.” Essa tentativa de sair das situações adversas é constituída na primeira infância, quando a mãe saia, o bebê podia chorar e sentir falta, mas sabia que em algum momento sua figura de apego voltaria e cessaria a dor da separação, dessa forma quando se é crescido a pessoa tem uma segurança de que é possível a regulação emocional.

Esse modelo funcional tem sido analisado de outro modo por alguns estudiosos que acreditam que o termo pode ser trocado por representações mentais, que cabe as expectativas, princípios e tudo que o indivíduo guardou em sua memória como imagem mental sobre os acontecimentos da vida. As bases seguras de cada indivíduo são uma zona de influencia a respeito de como cada uma vai lidar com as situações adversas, e como cada um vai responder ao outro quando surgirem perguntas sobre esses subsistemas (SEMENSATO; BOSA, 2013, p. 12).

A preocupação sobre a família e o desenvolvimento humano é útil para entender as relações intimas, é necessário buscar identificar a relação entre o indivíduo e a sua família, após isso explicar como a qualidade de um relacionamento está estritamente ligado ao funcionamento geral familiar. A teoria do apego então busca entender o intrapsíquico e a díade desse modelo funcional, e ir além dessa díade (SEMENSATO; BOSA, 2013, p.16).

4. METODOLOGIA

Este trabalho tratou-se de uma pesquisa qualitativa do tipo explicativa com a finalidade de analisar as implicações do apego seguro da infância nos relacionamentos conjugais. O presente trabalho consiste em uma pesquisa bibliográfica partindo dessa revisão composta pelos principais autores da área. Para Sousa; Oliveira e Alves (2021, p. 65) a pesquisa bibliográfica “nos auxilia desde o início, pois é feita com o intuito de identificar se já existe um trabalho científico sobre o assunto da pesquisa a ser realizada, colaborando na escolha do problema e de um método adequado, tudo isso é possível baseando-se nos trabalhos já publicados”.

A pesquisa será realizada nos bancos de dados como Scielo, Pepsic e Capes. A busca será focada para as publicações que tratam sobre a análise na teoria do apego do John Bowlby bem como a teoria do apego criada por ele. Mais adiante foi feita a separação desses artigos que condiziam com a proposta do trabalho, para isso, foi escolhido artigos e trabalhos que transcrevessem os conceitos abordado aqui, a fim de garantir maior confiabilidade à pesquisa qualitativa.

O delineamento qualitativo de acordo com algumas pesquisas visa identificar os fatores que determinam ou contribuem para a ocorrência dos fenômenos. Aprofunda o conhecimento da realidade pois explica a razão, o “porquê” das coisas (GIL, 1991, p. 58).

Essa pesquisa explica os fenômenos que será de interesse dessa pesquisa. Dessa forma, vai refletir o estudo dessa experiência conjugal de forma não mensurável, mas com a análise de conteúdos e artigos. Para o aprofundamento da temática escolhida, a teoria do apego e suas implicações nas relações amorosas, foi necessária uma revisão bibliográfica, inicialmente foi feito um levantamento de três livros do John Bowlby (1907/1990) o livro mais utilizado foi o: formação e rompimento dos laços afetivos de 1982 e o primeiro volume da sua trilogia: Apego, A natureza do vínculo de 1984 tendo sua primeira edição lançada em 2002 e o livro: Uma base segura: aplicações clínicas da teoria do apego.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os conceitos centrais apontados por Bowlby a cerca do apego e os conceitos apresentados sobre a relação conjugal ou amorosa permite enxergar uma aproximação entre os campos, que são promissores para o diálogo. Primeiro esse vínculo, o desenvolvimento infantil e suas nuances no que diz respeito ao apego de cada indivíduo. Segundo a interface entre essa teoria e a construção de uma vida afetiva saudável e promissora na fase adulta, assim como a regulação desse apego e o significante que a pessoa dará a realidade em que vive.

Os autores que seguiram as teorias postas por Bolwby propuseram uma teoria que se baseia não só no desenvolvimento infantil, mas também os padrões de apego e como estão conexas nas relações amorosas.

O comportamento de apego é visto como o sentimento mais forte e que é nutrido na infância pela criança com os seus pais. Essas figuras ao qual são direcionadas todo afeto e a emoção da chegada e saída de forma intensa é o resultado de como a figura principal desenvolveu esse vínculo com a criança, se a volta é vista com alegria e saudade ou com descaso e indiferença, vai depender do apego construído.

A perda dessa figura em quem a criança colocou tanta esperança e expectativa de cuidado gera uma tristeza real, quando ela tem ao seu alcance a disponibilidade dessa figura ela sente segurança e tranquilidade. O desenvolvimento dessa pessoa vai influenciar nesse estilo de apego, e todos os eventos estressores serão mediados por esse vínculo primário criado na fase inicial e repercutido no apego adulto. Frente a essa discussão sobre o apego infantil e a estabilidade dele, é preciso haver atenção aos eventos estressores que transmitem o apego (BOLWBY, 1989, p. 112).

Na complexidade dos relacionamentos amorosos é notável que falando sobre o amor é preciso conhecer mais profundo sobre a temática, partindo do pressuposto que não é só sobre

o outro, mas é essencial que se conheça a si mesmo, dessa forma o indivíduo procurará no outro aquilo que ele mesmo se identifica. Essa compreensão do amor e seus desdobramentos faz-se necessário nos fatores que interferem o bom convívio e o bom desandar de uma relação, isso porque os padrões de apego na fase adulta ainda não foram pesquisados de forma completa, então é cedo dizer de qual forma se fazem e se desenvolvem da forma que é entendida atualmente.

À proporção que a o cuidado entre o cuidador e a criança se manifesta na fase adulta é relevante, pois dessa maneira os laços amorosos adiante serão desenvolvidos a partir desse primeiro contato com o amor e o que é ser amado. Apesar desse vínculo ser necessário, a teoria do apego propõe que a medida em que o indivíduo é dependente de forma moderada das pessoas e saudável nessa solicitude, mais independentes eles se tornam e conseguem trilhar seu caminho sem a permanência dos pais em suas escolhas. A fase final da transformação do sistema de apego da infância teria a eleição de uma figura de apego adulta, como na escolha do(a) parceiro(a) para envolvimento efetivo (SEMENSATO; BOSA, 2013, p. 67)

A presente pesquisa foi possível entender a formação dos vínculos e como é construído o modelo funcional interno para as futuras relações, e a compreensão de como a ruptura e o apego seguro são pertinentes para um modelo interno distorcido. Na articulação da teoria do apego e suas implicações na relação amorosa, é visto uma contribuição de Bolwby nessa abordagem, pois as dificuldades e a capacidade de um vínculo saudável é uma díade entre a criação dos pais com seus filhos e os subsistemas futuros entre a relação à dois.

Nesse sentido, a teoria do apego é um recurso para psicólogos(as) e acadêmicos que frente a demanda clínica, utiliza do entendimento da teoria para aprimorar os conhecimentos, na intervenção, atendimento e na reflexão do funcionamento interno. O trabalho apresentado foi articulado em dois eixos, a formação do vínculo infantil e as implicações do mesmo na construção dos apegos futuros.

REFERÊNCIAS

- BARSTAD, Mariana. Do Berço ao Túmulo: A Teoria do Apego de John Bowlby e os estudos de apego em adultos. **Dissertação** (mestrado)–Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Departamento de Psicologia, 2013.
- BECKER, Ana Paula Sesti; CREPALDI, Maria Aparecida. **O apego desenvolvido na infância e o relacionamento conjugal e parental: Uma revisão da literatura. Estud. pesqui. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p. 238-260, jan. 2019. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812019000100014&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 15 abr. 2023.
- BOWLBY, J (1989) **Uma base segura: Aplicações clínicas da teoria do apego.** Porto Alegre: Artes Médicas, 1989.
- BOWLBY, J. **Formação e rompimento de vínculos afetivos.** 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2006.
- BOWLBY, J. **Apego, a natureza do vínculo.** 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2002.
- CERQUEIRA, I. C.; DA ROCHA, F. N. Amor e relacionamentos amorosos no olhar da psicologia. **Revista Mosaico.** 2018 Jul./Dez.; 09 (2): 10-17.
- COUTINHO, A.; CALDAS, R. O apego infantil projetado na vida adulta: a teoria do apego nos relacionamentos amorosos. **Revista Catedral.** Boa Vista. 2022.
- CUNHA, G; MELO, L; NETTO, M. O apego em crianças que passam a primeira infância em creches. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 8, n. 3, p. 517–529, 2022. DOI: 10.51891/rease.v8i3.4609. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/4609>. Acesso em: 17 nov. 2022.
- DALBEM, J; DALBOSCO, D. **Teoria do apego: bases conceituais e desenvolvimento dos modelos internos de funcionamento.** Arq. bras. psicol. Rio de Janeiro, v. 57, n. 1, p. 12-24, jun. 2005. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672005000100003&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 10 out. 2022.
- D'ANDRÉA DE ANDRADES, Bruna; SANTOS, Rosita Barral; WAGNER, Adriana. **Estilo de Apego e Conjugalidade: uma Revisão Sistemática da Literatura.** Uberlândia, 2021.

DIAS, A. **Dependência emocional: uma perspectiva cognitivo-comportamental a partir da teoria do apego e dos esquemas iniciais desadaptativos (EIDS)**. UniChristus, Fortaleza, 2022.

FREUD, S. **Três ensaios sobre uma teoria da sexualidade**. In: FREUD, S. Obras completas. Buenos Aires: Amorrortu, 1996. vol. VII.

GIL, A. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 206p, 1999.

HAZAN, C.; SHAVER, P. Romantic love conceptualized as an attachment process. **Journal of personality and social psychology**, 52(3), 1987.

HELLER, A. L. R. **Apegados: Um guia prático e agradável para estabelecer relacionamentos românticos recompensadores**. 4. ed. Ribeirão Preto, SP: Novo conceito, 2018.

MAIN, M.; SOLOMON, J. Discovery of an insecure-disorganized/disoriented attachment pattern. In T. B. Brazelton & M. W. Yogman (Eds.), **Affective development in infancy** (pp. 95–124). Ablex Publishing, 1986.

PADILHA. **Teoria do apego: constituição psíquica e relações interpessoais da criança**. Caxias do Sul, 2020.

PEREIRA, Gabryela; FERREIRA Luciana. **A importância do vínculo afetivo na primeira infância**. Edição nº 14. Revista Saúde em Foco. Vale do Ribeira, 2022.

PIGNATARO; Marina. B.; FÉRES-CARNEIRO, Terezinha; MELLO, Renata. **A formação do casal conjugal: um enfoque psicanalítico**. Pensando fam. Porto Alegre, v. 23, n. 1, p. 34-46, jun. 2019. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2019000100004&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 09 nov. 2022.

RAMIRES, V. R. R.; SCHNEIDER, M. S. Revisitando alguns conceitos da Teoria do Apego: Comportamento versus Representação? **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, 26(1), 25-33, 2010.

RIBAS, Adriana F. Paes; SEIDL DE MOURA, Maria Lucia. Responsividade materna e teoria do apego: uma discussão crítica do papel de estudos transculturais. **Psicologia: reflexão e crítica**, v. 17, p. 315-322, 2004.

RODRIGUES, Soraia; CHALHUB, Anderson. **Amor com dependência: um olhar sobre a Teoria do Apego**, v. 05, 2009. Disponível em: < www.psicologia.com.pt/artigos/textos/TL0177.pdf > Acesso em 01 de mai. de 2023.

DOS SANTOS, Genilson; PEIXOTO, Sandra P. L. A relação mãe-bebê e a Teoria do Apego de John Bowlby em parceria com Mary Ainsworth frente às implicações na pós-infância e na vida adulta. **Caderno de Graduação-Ciências Humanas e Sociais-UNIT-SERGIPE**, v. 6, n. 2, p. 225-225, 2020. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/cadernohumanas/article/view/7731>. Acesso em: 15 abr. 2023.

SCHEEREN, P. et al. **O papel preditor dos estilos de apego na resolução do conflito conjugal**. Rio Grande do Sul, 2015.

SEMENSATO, Márcia Rejane; BOSA, Cleonice Alves. O script de apego compartilhado no casal. **Arq. bras. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 65, n. 1, p. 138-151, jun. 2013. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672013000100010&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 25 maio 2023.

SOUSA, A; OLIVEIRA, G; ALVES, L. **A pesquisa bibliográfica: princípios e fundamentos**. **Cadernos da Fucamp**. Uberlândia. 2021.

TOSTA, A. **Entendendo os Relacionamentos Íntimos com Comportamento Abusivo por meio da Teoria do Apego**. Universidade federal Fluminense. Volta redonda, 2017.

ULENBERG, Charlotte. **Mary Dinsmore Salter Ainsworth**. Mestrado Integrado em Psicologia. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação: Coimbra, 2007. Disponível em: https://staff.fpce.uc.pt/mccanavarro/pdf/trabalhos/principais_autores/Mary%20Ainsworth%202007.pdf. Acesso em 04 de junho 2023.

VIEIRA, Franciele. **A importância do apego nos anos iniciais de vida: uma breve visão a luz da teoria de John Bowlby e Winnicot**. Revista Científica Multidisciplinar Nucleo do conhecimento. Julho de 2022.

YOUNG, J. E.; KLOSKO, J. S.; WEISHAAR, M. E. **Terapia do esquema: guia de técnicas cognitivo-comportamentais inovadoras**. Artmed Editora, 2008.

YUNES, M. A. M. **Psicologia positiva e resiliência: o foco no indivíduo e na família**. *Psicologia em Estudo*, 8(Esp.), 75-84, 2003.

ZEIFMAN D.; HAZAN, C. **Pair Bonds as Attachments: Reevaluating the Evidence**. In: Cassidy, J.; Shaver, P (Ed.). *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*. (2ª Edição). New York: Guilford Press, 2008.