

ENTRE O AMOR E A DOMINAÇÃO: A DEPENDÊNCIA EMOCIONAL COMO FATOR DE PERMANÊNCIA EM RELACIONAMENTOS ABUSIVOS

Sofia Cristina dos Santos Nunes¹, Bruna de Melo Nobre², Daniela Pereira Santos³, Larissa Romão Pereira⁴

¹Discente do Curso de Psicologia da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: sofiaasantoss17@gmail.com; ²Discente do Curso de Psicologia da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: nobrebruna225@gmail.com; ³Discente do Curso de Psicologia da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: ds7133770@gmail.com; ⁴Psicóloga. Docente na Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: larissaromaopereira@hotmail.com

Introdução: A dependência emocional figura como um dos principais fatores que mantêm indivíduos, especialmente mulheres, em relações afetivas marcadas por abuso e dominação. **Objetivo:** Analisar criticamente a dependência emocional como fenômeno psicológico, social e cultural que contribui para a permanência em relacionamentos abusivos. **Material e Método:** Pesquisa teórica, com revisão de literatura fundamentada na teoria do apego (Bowlby), no conceito de reforço intermitente (Skinner) e nas abordagens da Psicologia Social contemporânea. A análise simbólica de personagens fictícios foi utilizada para ilustrar padrões recorrentes de submissão e romantização do sofrimento. **Resultados e Discussão:** A dependência emocional se estrutura como um ciclo sustentado por insegurança, medo da solidão, idealização do amor e baixa autoestima — muitas vezes originado em vínculos infantis instáveis. Esse padrão se agrava com o isolamento social e a crença cultural de que amar é suportar dor e sacrifício. Tais mecanismos dificultam o rompimento com relações abusivas e geram silenciamento subjetivo. A pesquisa aponta que a compreensão desse fenômeno exige um olhar interseccional que leve em conta gênero, cultura, socialização emocional e contextos históricos de desigualdade. O rompimento com esse ciclo não é apenas uma decisão individual, mas um processo coletivo que exige apoio psicológico, acolhimento e transformação das narrativas culturais dominantes. **Considerações Finais:** A dependência emocional não deve ser interpretada como fraqueza pessoal, mas como efeito de estruturas sociais que legitimam o controle masculino e invisibilizam o sofrimento das vítimas. A Psicologia Social é convocada a atuar de forma ética e transformadora, oferecendo escuta qualificada, ações educativas e espaços de reconstrução do sujeito afetivo. **Contribuições para a Saúde:** A análise da dependência emocional como fenômeno multifatorial permite ampliar as estratégias de prevenção e cuidado em saúde mental. O acolhimento psicológico, aliado a ações de empoderamento afetivo e reconstrução da autoestima, promove saúde emocional, previne recaídas em ciclos abusivos e contribui para o fortalecimento da autonomia subjetiva. Ao intervir nas raízes sociais do sofrimento, a psicologia promove não apenas alívio sintomático, mas transformação das condições de vida das mulheres em situação de vulnerabilidade relacional.

Palavras-chave: Dependência Emocional, Relacionamentos Abusivos, Teoria do Apego, Violência Simbólica, Psicologia Social.