

Intimidade e apego no namoro: implicações de estudos de caso para prevenção à violência

Intimacy and attachment in dating relationships: implications from case studies for violence prevention

Sheila Giardini Murta, Manuella Rabelo Porto Pires, Andrea Schettino Tavares, Mariana Amado Cordeiro, Estela Guida Teixeira, Natássia Adorno

Universidade de Brasília. Departamento de Psicologia Clínica. Campus Darcy Ribeiro. CEP 70910-900. Brasília, DF, Brasil. giardini@unb.br; manuella.prporto@gmail.com; andreaschettino9@gmail.com; traumtagebuch@hotmail.com; estelaguida@gmail.com; adornocn@gmail.com

Resumo: Experiências de apego seguro na infância podem impactar comportamentos de busca de intimidade ao longo da vida, consistindo em um dos fatores de proteção para a qualidade das relações amorosas. Este estudo, baseado na teoria do apego, teve o propósito de examinar vivências de intimidade nas relações de namoro. Realizou-se um estudo de casos múltiplos com entrevistas semiestruturadas, conduzidas com três jovens, duas mulheres e um homem, com idades entre 16 e 23 anos. Os resultados apontam singularidades na vivência da intimidade, com níveis elevados de intimidade associados à troca de apoio social entre os parceiros e sensibilidade às necessidades do outro, e níveis ameaçados de intimidade associados à esquiva da busca de suporte junto ao parceiro e estratégias negativas de resolução de conflitos. Os dados corroboram a teoria do apego, segundo a qual disponibilidade e acessibilidade do parceiro são a via central para se promover proximidade emocional nas relações amorosas. Conclui-se que ações preventivas devem focar a receptividade e acessibilidade ao outro, habilidades para busca e oferta de ajuda, habilidades de regulação das emoções em situações de manejo de conflitos e o uso de recursos internos, do parceiro e do contexto para ressignificar legados emocionais parentais que sustentam a esquiva e a ansiedade em relações íntimas.

Palavras-chave: apego, violência pelo parceiro íntimo, relacionamento interpessoal, intimidade, qualidade conjugal.

Abstract: Experiences of secure attachment in childhood can impact life intimacy seeking behaviors, consisting of one of the protective factors for the quality of love relationships. This study, based on attachment theory, aimed to examine intimacy experiences in dating relationships. A multiple cases study was conducted with semi-structured interviews with three young people, two women and one man, aged between 16 and 23 years old. The results point to singularities in the intimacy experience, with high levels of intimacy associated with the exchange of social support between the partners and sensitivity to the needs of the other, and levels of threatened intimacy associated with the avoidance of seeking support from the partner and negative resolution strategies of conflicts. Results corroborate the attachment theory, according to which availability and accessibility of the partner are the central way to promote emotional closeness in love relationships. We

concluded that preventive actions should address the receptivity and accessibility to the partner, help seeking and help giving skills, emotional regulation skills in conflict management and the utilization of internal, partner's and contextual resources to attribute new meaning to parental emotional legacy that sustains avoidance and anxiety in intimate relations.

Keywords: Attachment, intimate partner violence, interpersonal relationship, intimacy, marital quality.

Introdução

Relações íntimas pré-matrimoniais caracterizadas por maus tratos entre os parceiros são muito comuns entre jovens brasileiros (Aldrighi, 2004; Oliveira *et al.*, 2011), embora a violência seja, não raro, invisibilizada nestes relacionamentos (Nascimento e Cordeiro, 2011). Maus tratos nas relações de namoro incluem desde comportamentos que ofendem à integridade corporal e buscam contato íntimo não consensual, até humilhações, ameaças, chantagens, insultos, isolamento, vigilância constante, calúnia, difamação e destruição dos pertences do parceiro, podendo resultar em custos temporários para a saúde mental, como déficits em concentração, até perdas severas, como suicídio (Baker *et al.*, 2015). A banalização do fenômeno, especialmente em sua dimensão psicológica (Nascimento e Cordeiro, 2011; Oliveira *et al.*, 2014), associada aos sentimentos de afeto que se mesclam à dor da violência sofrida, favorecem falhas em reconhecer a própria relação como violenta, buscar e obter ajuda qualificada (Soares *et al.*, 2013), o que torna os jovens especialmente vulneráveis à vitimização pelo parceiro íntimo e carentes de iniciativas preventivas.

Ainda que a produção científica em prevenção à violência no namoro seja pequena em relação à totalidade de estudos acerca desta problemática (Borrego *et al.*, 2014), diversas são as pesquisas internacionais focadas no desenvolvimento de programas de prevenção da vitimização e perpetração da violência no namoro (Leen *et al.*, 2013). Entretanto, no Brasil, pesquisas nesta direção são ainda muito recentes (Murta *et al.*, 2013; Murta *et al.*, 2014; Murta *et al.*, 2016; Priolo Filho, 2017; Santos, 2016) e sua difusão para serviços de saúde é ainda um alvo a ser perseguido. O desenho de

intervenções potencialmente eficazes e passíveis de serem adotadas por serviços de saúde, além de serem sensíveis às necessidades e cultura local, devem fundamentar-se em teoria e na compreensão dos fatores de risco para a violência no namoro e, especialmente, de seus fatores protetivos. Estes elementos tendem a aumentar a probabilidade de efetividade e difusão de programas preventivos (Bartholomew *et al.*, 2011) e devem, por isto, ser incorporados no processo de desenvolvimento de intervenções preventivas (Murta e Santos, 2015).

Todavia, ao passo que as evidências sobre os fatores de risco para violência no namoro já foram amplamente investigadas (Leen *et al.*, 2013; Vagi *et al.*, 2013), seus fatores protetivos permanecem ainda pouco conhecidos. São reconhecidamente fatores de risco para a violência no namoro dimensões culturais (como a cultura sexista e heteronormativa), dos pares (como baixa qualidade da amizade), familiares (como exposição a práticas parentais coercitivas e testemunho à violência interparental) e da pessoa (como abuso de álcool e déficits em habilidades de regulação da raiva) (Vagi *et al.*, 2013). Por outro lado, poucos estudos têm investigado fatores de proteção para a violência no namoro. Vagi *et al.* (2013) identificaram, numa revisão de estudos nesta temática, apenas três estudos com este objetivo, os quais apontaram, dentre os fatores protetivos para a violência no namoro, apego à escola, alta inteligência verbal, empatia e qualidade da relação com a mãe.

Em adição às evidências de fatores protetivos e de risco associados à violência no namoro, os programas preventivos podem ganhar robustez se forem teoricamente embasados. As teorias podem guiar a tomada de decisão acerca de objetivos, conteúdo e procedimentos escolhidos. Nesta linha, estudos sobre a qualidade das relações de namoro fundamentados na teoria do apego, de Bowlby (1997), podem contribuir para a compreensão do que protege as relações íntimas de se tornarem violentas. De fato, esta teoria tem sido considerada, ao lado da teoria da aprendizagem social e de teorias feministas (Shorey *et al.*, 2008), como uma das teorias mais frutíferas para a compreensão da violência no namoro (Bonache *et al.*, 2016; Bonache *et al.*, 2017) e da

qualidade das relações de namoro (Riggs *et al.*, 2011; Tan *et al.*, 2016) e conjugais (Mosmann *et al.*, 2006).

Bowlby (1997) definiu apego como um mecanismo básico, biologicamente programado e indispensável à sobrevivência, que tem por finalidade obter proximidade de uma figura protetora em situações estressoras. Na década de 80, Hazan e Shaver (1987) evidenciaram que o amor romântico na vida adulta pode ser compreendido como um processo de apego, que guarda relação com as primeiras experiências de apego na infância. Em conformidade com seus achados, crianças cujos pais ofereceram cuidados responsivos às suas necessidades desenvolvem ao longo da vida modelos internos de trabalho que preveem uma visão positiva de si e de seus parceiros, facilitam a construção de relacionamentos de intimidade na vida adulta e aumentam a probabilidade de que estes sejam mais longevos, saudáveis e seguros. No sentido inverso, crianças cujos pais usaram práticas parentais inconsistentes, intrusivas ou abusivas desenvolvem modelos internos de trabalho caracterizados por desconfiança e insegurança no estabelecimento de vínculos amorosos e uma visão negativa de si mesmos como merecedores de amor (Hazan e Shaver, 1987; Riggs *et al.*, 2011).

Duas dimensões tornam previsíveis os estilos de apego: a evitação e a ansiedade. A primeira dimensão, evitação, refere-se ao grau de conforto que os indivíduos vivenciam frente à proximidade e intimidade emocional. Aplicado ao contexto das relações amorosas, indivíduos altamente evitativos relutam em estabelecer relações íntimas e buscar conforto emocional, baseando-se na premissa de que a intimidade pode ser ameaçadora e a busca de apoio emocional, indesejável, ou sua oferta, impossível. A segunda dimensão, ansiedade, descreve o grau em que os indivíduos se preocupam em ser rejeitados ou abandonados por seus parceiros amorosos. Altos níveis de ansiedade manifestam-se por vigilância a sinais de distanciamento do parceiro, investimentos elevados para manutenção da proximidade

com busca compulsiva de apoio, o que pode sobrecarregar seus parceiros (Hazan e Shaver, 1987; Simpson e Rholes, 2017). Enquanto o estilo de apego seguro é marcado por baixos níveis de ansiedade e esquiva nas relações afetivas, os estilos inseguros apresentam níveis elevados de ansiedade e esquiva de modo variável, podendo ser caracterizados por baixa ansiedade e alta esquiva (apego desconsiderador), alta ansiedade e baixa esquiva (apego preocupado) ou alta ansiedade e alta esquiva (apego medroso) (Bartholomew e Horowitz, 1991).

Evidências indicam que adolescentes com estilos de apego inseguros tendem a utilizar estratégias de manejo de conflito mais destrutivas e são mais frequentemente vítimas de violência no namoro do que adolescentes seguramente apegados (Bonache *et al.*, 2016; Bonache *et al.*, 2017). Adolescentes altamente ansiosos tendem a usar de ataques, críticas e explosões emocionais como estratégia para obter suporte e cuidado ou, ainda, silenciar-se e retrair-se em situações de conflito por receio de rejeição pelo parceiro. Já adolescentes altamente esquivos tendem a usar de comunicação evasiva, evitação de discordâncias e afastamento de situações conflituosas. Entretanto, quando em conflitos crescentes com escalada da violência, podem fazer uso de estratégias hostis de manejo de conflito para distanciar-se do parceiro (Bonache *et al.*, 2016). Na direção oposta, evidências de um estudo longitudinal com uma amostra acompanhada desde os 14 aos 21 anos apontam que os jovens seguramente apegados apresentavam estratégias de manejo de conflitos construtivas, com regulação emocional, em suas relações amorosas (Tan *et al.*, 2016).

Um dos pressupostos centrais da teoria do apego é que a receptividade e a acessibilidade emocional promovem interações seguras, enquanto a indisponibilidade, indiferença ou rechaço da figura de apego enfraquecem a confiança e segurança na relação (Bowlby, 1997). Assim, em situações de ameaça, a percepção do parceiro como aberto e sensível pode favorecer a busca de apoio e fortalecer a intimidade. A intimidade, tal como concebida por Stenberg (1986), é um dos elementos centrais do amor, e associa-se a vivências de proximidade emocional, bem-estar e

união, derivadas de interações caracterizadas por companheirismo, respeito e valorização mútuas, comunicação empática, e bem-querer ao parceiro (Rizzon *et al.*, 2013). Por outro lado, sinais de indisponibilidade do parceiro podem gerar hiperativação do sistema de apego, com solicitações de apoio raivosas, hostis e ameaçadoras, ou desativação do sistema de apego, com distanciamento emocional e silenciamento, com prejuízos para a intimidade na relação amorosa.

Pessoas inseguramente apegadas tendem a ser hipervigilantes a sinais mínimos do parceiro, seja uma mensagem enviada por um amigo ou o fato dele olhar para alguém na rua, interpretando-os como sinais de abandono, o que cria ocasiões para desregulação emocional e conflitos violentos, como crises de ciúme seguidas de agressão (Cobb e Bradbury, 2012). Deste modo, parece crucial a compreensão da intimidade entre jovens parceiros amorosos, revelada por meio de regulação ou desregulação na percepção de acessibilidade e disponibilidade do outro, seguida de respostas sensíveis do parceiro e, ainda, a apresentação das próprias necessidades e busca de ajuda, a fim de dar ao parceiro a chance de mostrar-se sensível.

Ainda que seja crescente a produção nacional sobre estudos voltados para a qualidade das relações amorosas (Mosmann *et al.*, 2010; Rizzon *et al.*, 2013; Scheeren *et al.*, 2015; Scheeren *et al.*, 2014), parecem inexistir estudos com amostras brasileiras que examinam a intimidade em relações de namoro entre jovens casais, predominando estudos com casais mais velhos em união estável e casamento. Ademais, considerando o pequeno número de iniciativas preventivas à violência no namoro no Brasil (Murta *et al.*, 2013; Murta *et al.*, 2014; Murta *et al.*, 2016; Priolo Filho, 2017; Santos, 2016) e a necessidade de desenvolver programas teoricamente embasados, culturalmente sensíveis e apoiados em evidências acerca de fatores que protegem a qualidade das relações afetivas entre jovens, propõe-se o presente estudo, de cunho qualitativo, com o objetivo de examinar vivências de intimidade em relações de namoro.

Neste estudo, define-se intimidade como vivência de proximidade emocional

para com o parceiro, uso de estratégias de comunicação e manejo de conflito positivas e busca e oferta de ajuda entre parceiros (Stenberg, 1986). Estudos qualitativos, ainda pouco usuais neste campo, podem lançar luz sobre a dinâmica de relações de namoro e os aspectos que atuam como fatores de proteção para a violência neste contexto relacional. Achados de estudos desta natureza podem, em alguma medida, indicar diretrizes para intervenções precoces capazes de promover a qualidade das relações amorosas e prevenir a violência nas relações amorosas entre jovens.

Método

Participantes

Este estudo foi realizado por meio de um delineamento de estudo de casos múltiplos (Yin, 2010). Participaram três jovens, aos quais foram atribuídos nomes fictícios: Joana (caso 1), sexo feminino, 23 anos, estudante universitária; Gabriel (caso 2), sexo masculino, 22 anos, estudante universitário; e Bruna (caso 3), sexo feminino, 16 anos, estudante de ensino médio. Adotou-se como critério de inclusão estar em uma relação com duração igual ou superior a seis meses pressupondo-se que a vivência de proximidade emocional requer tempo para ser construída uma vez que se baseia no conhecimento mútuo entre os parceiros e na atribuição de sentido aos sinais de (in)disponibilidade e (des)confiança que estes trocam entre si. Portanto, há maiores chances do fenômeno intimidade ser visto em relações menos curtas, que já ultrapassaram o período inicial de familiarização com o outro. Todos os participantes estavam envolvidos em relações heterossexuais e eram moradores de Brasília, Distrito Federal. Foram excluídos do estudo participantes cujo tempo de namoro era inferior a seis meses, viviam em coabitação ou relacionamento estável. Os dados destes três participantes foram extraídos de um banco de dados maior, composto por entrevistas realizadas com pessoas com experiência corrente e passada de namoro, com e sem violência, com vistas à identificação de fatores de risco e protetivos para a violência no namoro para posterior *design* de um programa preventivo.

Instrumentos

Foi utilizado um roteiro de entrevista semiestruturada (Tong, Sainsbury e Craig, 2007), desenvolvido pelas autoras para este estudo, composto por 15 questões acerca da fase inicial do namoro (ex.: “Gostaria de te pedir para começar contando a história do namoro de vocês”), afinidades entre os membros do casal (ex.: “Como você vê as afinidades e diferenças entre vocês?”), busca e oferta de ajuda (ex.: “Neste tempo que vocês estão juntos, que desafios ou problemas você viveu, em sua vida pessoal? Você chegou a pedir ajuda para ele/ela? Ele percebeu que você estava com problemas e precisava de ajuda?”), comunicação (ex.: “Como é o carinho entre vocês?”), conflitos (ex.: “Quando vocês discordam, como reagem às divergências ou conflitos entre vocês?”), modelo conjugal parental (ex.: “Como era o jeito dos seus pais demonstrarem amor, como casal?”), influência parental percebida (“Existem aspectos de sua relação de namoro que se parecem com a relação de casamento de seus pais? E aspectos diferentes?”) e alvos para mudança no relacionamento (“Há algo que você queira mudar na sua relação de namoro?”).

Procedimentos de éticos, de coleta e de análise dos dados

As entrevistas foram realizadas face a face, em local escolhido pelos participantes, com duração aproximada de 40 minutos, gravadas em áudio e posteriormente transcritas. Utilizou-se análise temática do tipo indutivo (Braun e Clark, 2006), com identificação de categorias a partir dos dados. O procedimento de análise de dados teve início com a familiarização de toda a equipe de pesquisa com a transcrição de cada entrevista, por meio da discussão de cada caso em reuniões presenciais, com omissão de informações pessoais e preservação do anonimato quanto à identidade dos participantes. Em seguida, a primeira autora buscou identificar temas emergentes nas entrevistas e os refinou sucessivamente. Foram geradas as categorias: afinidades entre os membros do casal, busca e oferta de ajuda, comunicação, conflitos,

modelo conjugal e influência parental percebida. Ao final, a análise conduzida pela primeira autora foi revisada pelas demais autoras. Todos os participantes foram informados acerca de seus direitos éticos e concordaram em participar. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Ciências Humanas e Sociais da Universidade de Brasília (CAAE 66485914.5.0000.5540).

Resultados e Discussão

Caso 1

Joana conheceu Felipe em um retiro do grupo jovem da igreja que frequenta. Após o retiro, eles foram se aproximando e se tornaram grandes amigos e, por fim, começaram a sair juntos. À época da coleta de dados, estavam namorando havia cinco anos e seis meses. O primeiro ponto em comum que Joana relata em relação ao namorado é a visão de mundo, de sempre tentar fazer o melhor possível, de ser responsável e tentar oferecer o melhor para os outros. Uma outra semelhança é o fato dela considerar tanto ela mesma quanto ele, pessoas “certinhas”. Por ele ser mais velho, Joana coloca que a visão deles acaba sendo diferente, no sentido de que ele pensa muito mais no futuro, filhos, e casamento, este já marcado. Já ela pensa em um futuro mais imediato, como por exemplo, o que vai fazer quando se formar. Ela afirma ainda que não é que ela não queira ter filhos ou casar, mas que, talvez por preconceito dela mesma, não quer se casar antes de estar formada, ter sua própria fonte de renda. O casal planeja ter filhos após uns 2 ou 3 anos depois de casar, embora por Felipe, eles já estivessem casados. Joana acredita que isso se dá pela diferença de idade entre os dois e que Felipe respeita sua decisão de esperar um pouco para casar e ter filhos. Uma outra diferença relatada por Joana é que ela se considera mais aberta que Felipe. Segundo ela, “aberta a tudo, novas coisas, a novas possibilidades. E ele é muito fechado no sentido de dá certo assim, vai ser feito assim”.

As demonstrações de carinho entre o casal, de acordo com o relato de Joana, são bem afetuosas. Eles brincam muito um com o outro, estão sempre rindo um com o

outro, fazendo brincadeiras que deixam o ambiente agradável. Joana coloca que Felipe diz mais “eu te amo” do que ela, mas não desenvolve, não diz o porquê. Ela já faz mais declarações, mas considera que falar “eu te amo” é difícil, apesar de sempre deixar claro.

O companheirismo entre o casal está sempre presente. Ambos se preocupam um com o outro, com o bem-estar do outro, como está a relação. Quando Joana passa por situações difíceis, Felipe sempre se mostra disponível, dá suporte, apoio, sempre ouve o que ela está dizendo, deixa ela desabafar e sempre tentar ajudar da forma como pode. Ele também ajuda Joana a ter mais disciplina para conseguir conquistar e concretizar o que ela deseja. Joana considera a cobrança bem-vinda, pois é algo que ela quer fazer e Felipe a ajuda a concretizar. Ela se considera uma pessoa muito indisciplinada e ele uma pessoa muito disciplinada. É como uma troca, ele a ajuda a ter mais disciplina e ela o ajuda a relaxar um pouco mais.

Os problemas de Felipe estão mais relacionados à família dele. Joana descreveu a relação dele com o pai muito difícil e que a família dele é muito difícil. Ele sempre traz isso para ela, mas procura não levar nem metade porque senão eles conversariam apenas sobre seus problemas. O “pouco que ele traz”, Joana tenta mediar, dar suporte, mostrar novas possibilidades, dizendo que o que é característica do pai dele não tem como mudar. Ela acredita que faz o melhor possível para ajudar Felipe, sempre respeitando e “tentando não invadir o espaço dele”.

A comunicação entre casal é sempre muito clara, eles não guardam segredos, e sempre conversam sobre a relação em si. Foi feito um acordo, mais ou menos no primeiro mês de namoro, em que os dois fariam para o outro o que tivessem sentindo, procurar falar alguma coisa que na hora para não deixar acumular e explodir mais tarde. Um outro acordo feito foi que, no momento que um não quisesse mais estar na relação, o outro seria o primeiro a saber. Dessa forma, para o casal, não tem porque um não confiar no outro. Os dois respeitam a opinião do outro e sempre tentam chegar

a um consenso. Joana afirma não ter dificuldades em dizer quando está chateada e magoada. A partir da comunicação clara, os dois tentam resolver os problemas que surgem da melhor forma possível para os dois.

A principal característica da relação dos pais de Joana, segundo a percepção dela, foi o companheirismo. Os pais sempre tiveram uma relação muito tranquila. A visão que Joana tem da relação dos pais é, segundo ela, uma visão muito idealizada. Ela afirma nunca ter visto os pais brigando ou discutindo, que eles são muito parecidos, o que “também pode ser um problema”, segundo ela. Considera que a mãe não impõe muito sua opinião e sempre concorda com o pai. Para Joana, seu medo de casar talvez seja porque ela sabe que os conflitos existirão, mas ela não sabe lidar com isso, pois não tem um modelo para resolver conflitos e problemas de casal. Joana brinca que já combinou com Felipe que, quando tiverem filhos, encenarão discussões fictícias para que os filhos vejam que pais discordam e aprendam como eles podem resolver o problema. Ela também afirma que deixará mais clara (ao contrário da mãe) a sua opinião, o que pensa, para os filhos, assim como ela já faz com Felipe.

Joana relata que essa abertura para conversa que tem no relacionamento com os pais também se reflete em seu relacionamento com Felipe. Como descrito por ela, o casal tem uma comunicação muito clara e está sempre conversando sobre tudo. Um outro aspecto da relação dos pais que, segundo sua percepção, reflete em sua relação com Felipe é o companheirismo, o apoio aos sonhos do outro, ao que o outro deseja.

A análise do relato de Joana acerca de sua relação de namoro revela uma vivência satisfatória de intimidade, caracterizada por apoio mútuo, afeto e comunicação aberta, ainda que Joana seja mais expressiva em suas necessidades do que seu parceiro. Estes elementos alinham-se ao esperado para relações de apego seguras (Cobb e Bradbury, 2012; Hazan e Shaver, 1987; Simpson e Rholes, 2017; Riggs *et al.*, 2011) e opõem-se a padrões de comunicação encontrados em relacionamentos de namoro violentos, que englobam hostilidade, desprezo, defensividade, sarcasmo e isolamento (Cornelius *et al.*, 2010), à semelhança do que tem sido encontrado em casais

que se divorciam precocemente (Gottman e Levenson, 2002).

Ainda que Felipe mostre-se mais evitativo na manifestação de suas necessidades, isto não se configura como um problema, uma vez que Joana reage a isto sensivelmente, buscando apoiá-lo sem ser intrusiva. Isto indica que a qualidade da relação depende, dentre tantos aspectos, do legado emocional que ambos os parceiros trazem para a relação e de como estes se ajustam entre si. Este dado corrobora o pressuposto de que parceiros altamente comprometidos com a relação podem atenuar o funcionamento esquivo ou ansioso (Simpson e Rholes, 2017). Ao apresentar modelos parentais positivos, a experiência de Joana reafirma achados de estudos prévios acerca do impacto das primeiras relações de apego e do testemunho do funcionamento conjugal dos pais para a aprendizagem de habilidades de regulação das emoções nas relações amorosas (Hazan e Shaver, 1987; Riggs *et al.*, 2011).

Caso 2

Gabriel namora com Julia há 1 ano e 4 meses. Eles se conheceram na universidade, após os dois ingressarem no mesmo curso. O jovem relatou que entre as calouras havia várias que ele achou bonita, entre elas estava a futura namorada, e esse foi um dos fatores de atração. Acabaram ficando juntos. Ele a achou carinhosa e então continuaram saindo juntos. Relatou que gostava de ficar com ela, o que o levou a pedir exclusividade no relacionamento e, posteriormente, em namoro. Ele afirma que são parecidos na forma de lidar com a família e nas coisas que eles gostam, mas são diferentes na maneira de lidarem com as próprias emoções e em como as expressam para o mundo. Enquanto ele é mais reservado, ela é mais expressiva.

O casal sai bastante juntos e conversa frequentemente, porém parece encontrar um problema de comunicação quando diz respeito aos seus problemas pessoais. Gabriel relata que é mais fechado, não pedindo ajuda dela e que ela fica chateada quando descobre, mas que ele sempre nota quando ela tem problemas, provavelmente

pois se expressam diferentemente para o mundo. Ao ser questionado se ele busca o apoio dela para lidar com seus problemas, em princípio, ele respondeu que os problemas dele não têm relação com ela, mantendo-se firme em pedir o mínimo de ajuda, enquanto ela parece mais aberta a pedir ajuda.

Quando questionado sobre conflitos entre o casal, ele relata que prefere tentar entender o lado dela, aceitar, moldar a opinião dele, ou aceitar que está errado e admitir seu erro. Mas, se ela está errada, de acordo com ele, ela não consegue admitir e chegam em um impasse. Também relata que ela não parece aceitar bem quando deveriam apenas aceitar suas discordâncias.

Os pais de Gabriel ainda são casados, entretanto, ele relata uma falta de respeito entre eles. Ele retrata a mãe como orgulhosa e autoritária, apesar do carinho que ela tinha por ele, e se coloca como uma criança problemática na infância, por isso a mãe teve que assumir esses papéis. O pai era mais contido e demonstrava raiva apenas quando muito exaltado, porém essa atitude mais contida do pai deixava a mãe no papel de vilã. Esses aspectos da relação com eles também eram presentes no seu namoro: a mãe sempre retratada como bastante explosiva, enquanto o pai prefere aceitar as opiniões da mulher sem refutá-las. Quando questionado se algum desses aspectos era parecido na sua própria relação de namoro, o jovem afirma que muitas vezes se posiciona de forma mais receptiva às opiniões da namorada do que o oposto, a fim de evitar discussões, enquanto a namorada não aceita muito bem quando está errada, mas que a namorada não é explosiva igual a mãe.

A análise da vivência de namoro de Gabriel indica ameaças na intimidade, decorrentes de seu funcionamento esquivo, ao omitir suas necessidades e evitar pedir ajuda à parceira, o que deixa sua parceira descontente. Ao negar a ela a oportunidade de conhecer suas dores, Gabriel, indevidamente, comunica sua desconfiança na capacidade de receber ajuda ou no seu merecimento em ser ajudado e, por conseguinte, dificulta a proximidade emocional entre eles (Cobb e Bradbury, 2012).

Assim como ocorreu com Felipe, no caso anterior, Gabriel reluta em buscar

proximidade quando em sofrimento. Pode-se indagar em que medida seu estilo de apego, possivelmente inseguro, a julgar pelas memórias da relação parental, associa-se às normas de papéis de gênero masculinas, segundo as quais é impedido ao homem a expressão de emoções e lhe são impostas as obrigações de tolerar a dor, dispensar cuidados, e obter êxito a qualquer custo (McDermott *et al.*, 2012; Leasel *et al.*, 2010). Os dados aqui obtidos não permitem conclusão clara quanto a isto, mas pode-se especular que a esquiva em buscar conforto emocional, no caso de Gabriel e Felipe, tenha em sua gênese o estilo de apego e as expectativas culturalmente estabelecidas quanto à masculinidade.

Por fim, ressalta-se o retraimento de Gabriel em lidar com conflitos no namoro, de modo similar ao comportamento paterno. O seu silenciamento associado à inflexibilidade de sua parceira, ao que parece, levam o casal a impasses no manejo de conflitos. Estudos prévios revelam que silenciar-se e retirar-se de situações de conflito com o parceiro está entre as formas negativas de comunicação, predizendo vitimização por violência no namoro (Bonache *et al.*, 2016; Bonache *et al.*, 2017; Cornelius *et al.*, 2010), e o divórcio tardio entre casais (Gottman e Levenson, 2002). Assim, ao invés de ser uma forma efetiva para “evitar discussões”, o retraimento termina por comunicar indiferença e indisponibilidade e enfraquecer a proximidade afetiva entre o casal, tal como preconizado pela teoria do apego (Cobb e Bradbury, 2012).

Caso 3

Bruna namora Lucas há 8 meses. Relata que se conhecem há dois anos, sendo os dois da mesma sala de aula no colégio. Dentre as características dele que lhe chamaram atenção, estão a popularidade, o senso de humor, a inteligência, a beleza e a facilidade de diálogo. Quando perceberam, estavam ‘ficando’. As palavras que, em sua opinião, descrevem o relacionamento são “lindo”, “intenso” e “ciumento”. Os planos futuros em comum são iniciar um curso universitário na mesma instituição, morar junto e

trabalhar. Sobre os pontos altos do namoro, Bruna refere que tudo em seu namorado a faz feliz, principalmente, a amizade e a companhia dele, e que estão “muito apaixonados”.

No período do namoro, Bruna vivenciou a separação de seus pais, quando precisou do apoio de Lucas de forma mais constante. Entretanto, relata que não precisou pedir ajuda, pois o mesmo percebeu a situação e se mostrou preocupado com ela, devido ao seu estado de tristeza e preocupação. Lucas presta mais atenção em seu comportamento, pois Bruna não “é de pedir ajuda” e é mais calada, guardando para si mesma os problemas. Entretanto, percebe que, quando não recebe o apoio desejado e reclama, Lucas argumenta que não sabia do que se passava, pois ela não dissera nada, tendo considerado esse um ponto desafiador no relacionamento entre os dois. Ela afirma que ambos conversam muito, principalmente, sobre o colégio e o futuro. Acerca do carinho, refere que essa é “a parte boa do relacionamento”. Demonstram carinho se abraçando, passando a noite juntos, estando sempre juntos.

Aponta o próprio ciúme como disparador de conflitos no relacionamento, o que levou, certa vez, à ruptura do namoro e culmina, constantemente, em brigas entre o casal. Relata que o casal discute muito, em geral, por conta de ciúmes dela, mas que são discussões passageiras. Certa vez, o casal chegou a terminar o relacionamento, pois Bruna ficou com ciúmes de uma amiga de Lucas, que, em sua percepção, sempre “dava em cima” dele e ele não percebia. Ficaram um tempo sem se falar e, devido à tristeza de ambos pelo término do relacionamento, decidiram reatar.

Ao abordar o relacionamento parental, Bruna relata que seus pais brigavam muito, principalmente, devido ao ciúme do pai pela mãe, tendo sido isso a causa de diversas brigas e da posterior separação. Relata não se lembrar de muitas coisas da sua infância, percebendo um bloqueio em suas lembranças. Atualmente, nota que seu pai também é ciumento com ela, não tendo aceitado de início o relacionamento afetivo dela. A mãe, entretanto, confia muito nela, sendo essa uma das características que mais admira na mãe. Sobre o que desejaria mudar em seu relacionamento, ela cita o ciúme,

pois elicia diversas brigas e desgastes entre o casal. Percebe, como estratégias para lidar com isso, ser mais tolerante para não ter o mesmo fim que o relacionamento de seus pais tiveram, a separação.

A análise da relação de Bruna e Lucas sugere que o casal vivencia intimidade moderada, favorecida pela sensibilidade de Bruno em perceber sofrimento em Bruna, bem como sua necessidade de apoio e, por outro lado, ameaçada pela alta ansiedade de Bruna, que se manifesta por meio de ciúme, brigas frequentes e receio de perder o parceiro, e pela evitação em falar de suas necessidades e pedir ajuda ao parceiro. É possível que Bruna apresente um apego medroso, com níveis consideráveis de esquiva e ansiedade (Bartholomew e Horowitz, 1991). Esta hipótese é coerente com o ambiente familiar e os modelos parentais apresentados por Bruna, ao relatar a ausência de lembranças da infância, o ciúme do pai e os conflitos vividos por seus pais seguidos pela separação. Isto encontra amplo suporte em achados de estudos prévios sobre experiências precoces de apego sobre a qualidade das relações amorosas na vida adulta (Hazan e Shaver, 1987; Riggs *et al.*, 2011; Tan *et al.*, 2016).

Como previsto pela teoria do apego (Bowlby, 1997), as trocas afetivas entre o casal são prejudicadas por déficits em regulação emocional por parte de Bruna, que tem seu sistema de apego hiperativado e discute com o parceiro, ao interpretar olhares de outra pessoa como risco de perdê-lo, ainda que ele mesmo sequer tivesse notado tais olhares. Adicionalmente, ao deixar de expressar suas necessidades emocionais e em seguida cobrar do parceiro, conflitos são criados. Estes são, claramente, passíveis de prevenção, se Bruna for orientada no sentido de compreender seu funcionamento emocional e “arriscar-se” a solicitar ajuda, de modo a dar ao parceiro a chance de mostrar-se confiável e a ela mesma, de perceber-se como merecedora de amor (Cobb e Bradbury, 2012).

Na história deste casal, assim como no caso 1 (Joana), fica evidente que a intimidade na relação é, em alguma medida, moldada pelos recursos do parceiro.

Lucas, na situação da separação dos pais de Bruna, percebe os sinais de sofrimento de sua parceira e lhe oferece conforto. Aliado a isto, a paixão vivenciada pelo casal, o carinho e contato físico prazeroso os aproxima (Rizzon *et al.*, 2013). Nesta mesma linha, a vivência de reconciliação pós-término indica, possivelmente, uso de estratégias construtivas de manejo de conflito e restauração da relação. Pode-se especular que a longevidade e a intimidade desta relação dependerão, diretamente, do fortalecimento da capacidade de perceber sensivelmente o outro e responder a ele com sincronia, da busca oportuna de proximidade em situação de sofrimento seguida de êxito, ao mesmo tempo em que as próprias emoções são reguladas frente à percepção de ameaça de rejeição pelo parceiro (Riggs *et al.*, 2011), abstendo-se de cobrar, explodir ou culpabilizar o outro.

Discussão

Este estudo teve por objetivo descrever, por meio de um delineamento qualitativo, vivências de intimidade em relações de namoro. Os casos descritos revelam singularidades na vivência da intimidade, com níveis elevados de intimidade associados à troca de apoio social entre os parceiros e sensibilidade às necessidades do outro, e níveis ameaçados de intimidade associados à esquiva da busca de suporte junto ao parceiro, desregulação emocional e estratégias negativas de resolução de conflitos.

Conclui-se que os dados corroboram a teoria do apego, segundo a qual disponibilidade e acessibilidade do parceiro são a via central para se promover proximidade emocional nas relações amorosas (Bowlby, 1997; Cobb e Bradbury, 2012; Simpsons e Rholes, 2017). De modo similar, os estudos de caso analisados sugerem estar alinhados a achados de estudos internacionais com jovens em situação de namoro que apontam associações entre estilos inseguros de apego e estratégias negativas de resolução de conflitos (Bonache *et al.*, 2016; Bonache *et al.*, 2017), assim como em relações estáveis e conjugais com casais brasileiros (Scheeren *et al.*, 2014; Scheeren *et*

al., 2015). Nesta mesma linha, os dados apontam coerência entre as experiências de modelos conjugais parentais de resolução de conflitos e a proximidade emocional vivenciada pelos jovens participantes do estudo junto aos seus parceiros, o que confirma estudos prévios acerca da transmissão intergeracional de padrões de apego e seu impacto nas relações amorosas (Hazan e Shaver, 1987; Riggs *et al.*, 2011).

Estes dados devem ser interpretados com cautela, à luz das limitações metodológicas do presente estudo. Os dados derivam de apenas três casos, coletados num ponto único do tempo, sem escuta ao parceiro. Ademais, avaliações do estilo de apego não foram realizadas, devendo estudos futuros examinar mais detidamente, preferencialmente com abordagens multimétodos, o estilo de apego e sua relação com a intimidade e violência no namoro. Seria recomendável que estudos futuros incluíssem delineamentos longitudinais, com amostras maiores, englobando a díade, com análises para as diferentes fases do namoro e gênero.

Em que pesem tais limitações, os resultados do presente estudo podem contribuir para informar e promover iniciativas de prevenção à violência no namoro e promoção da intimidade entre jovens casais. Programas com este fim devem focar o mecanismo central de receptividade e acessibilidade ao outro como construtor de vínculos afetivos seguros (Bowlby, 1997; Cobb e Bradbury, 2012; Stenberg, 1986) e encorajar, de um lado, a percepção das necessidades do parceiro, a validação destas necessidades e oferta de suporte, de modo sensível às características do parceiro e, de outro lado, a revelação das próprias necessidades e busca de ajuda de modo igualmente sensível aos recursos e contexto da relação. Assim, a indiferença e o afastamento frente à dor do outro e o fechamento diante da própria dor devem ser discutidos como tendo potencial de risco para corroer a segurança na relação.

Além disto, o ensino de habilidades de regulação das emoções e manejo de conflitos são igualmente relevantes, especialmente para aprender a lidar com a raiva e o ciúme, sem incorrer em agressões ao outro ou a si (Baker *et al.*, 2015). Possivelmente,

estes objetivos podem ser melhor alcançados se os jovens e adolescentes forem estimulados a examinar o legado emocional recebido de seus pais, enquanto pais e casal, e buscar recursos internos, do parceiro e do contexto externo, para ressignificar modelos de trabalho interno baseados em apego seguro e reconstruir os caracterizados por insegurança, maximizando deste modo a chance de vivenciarem vínculos mais gratificantes.

Referências

- ALDRIGHI, T. 2004. Prevalência e cronicidade da violência física no namoro entre jovens universitários do Estado de São Paulo, Brasil. *Psicologia: Teoria e Prática*, 6:105-120.
- BAKER, C.K.; HELM, S.H.; BIFULCO, K.; CHUNG-DO, J. 2015. The relationship between self-harm and teen dating violence among youth in Hawaii. *Qualitative Health Research*, 25(5):652 –667. doi: 10.1177/1049732314553441
- BARTHOLOMEW, K.; HOROWITZ, L.M. 1991. Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2):226-244.
- BARTHOLOMEW, L.K.; PARCEL, G.S.; KOK, G.; GOTTLIEB, N.H.; FERNÁNDEZ, M.E. 2011. *Planning health promotion programs: an intervention mapping approach*. San Francisco, Jossey-Bass, 704 p.
- BONACHE, H.; GONZALEZ-MENDEZ, R.; KRAHÉ, B. 2016. Adult attachment styles, destructive conflict resolution, and the experience of intimate partner violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 34(2):287-309. doi: 10.1177/0886260516640776.
- BONACHE, H.; GONZALEZ-MENDEZ, R.; KRAHÉ, B. 2017. Romantic attachment, conflict resolution styles, and teen dating violence victimization. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(9):1905-1917. doi: 10.1007/s10964-017-0635-2
- BORREGO, J.L.; FRANCO, L.R.; DIAS, F.J.R.; MOLLEDA, C.B. 2014. Violencia en el noviazgo: revisión bibliográfica y bibliométrica. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 66(1):1-17
- BOWLBY, J. 1997. *Formação e rompimento dos laços afetivos*. São Paulo, Martins Fonte, 232 p.
- BRAUN, V.; CLARK, V. 2006. Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3:77-101. doi: org/10.1191/1478088706qp063oa
- COBB, R.J.; BRADBURY, T.N. 2012. Implicações do apego adulto na prevenção de resultados conjugais adversos. In: S.M. JOHNSON; V.E. WHIFFEN. (eds), *Os processos do apego na terapia de casal e família*. São Paulo, Roca, p. 246-266.

- CORNELIUS, T.L.; SHOREY, R.C.; BEEBE, S.M. 2010. Self-reported communication variables and dating violence: using Gottman's marital communication conceptualization. *Journal of Family Violence*, **25**(4):439-448. doi: 10.1007/s10896-010-9305-9.
- GOTTMAN, J.M.; LEVENSON, R.W. 2002. A two-factor model for predicting when a couple will divorce: exploratory analyses using 14-year longitudinal data. *Family Process*, **41**(1):83-96.
- HAZAN, C.; SHAVER, P. 1987. Romantic love conceptualized as an attachment process. *Interpersonal Relations and Group Process*, **52**(3):511-524.
- LEASE, S.H.; HAMPTON, A.B.; FLEMING, K.M., BAGGETT, L.R., MONTES, S.H.; SAWYER, R.J. 2010. Masculinity and interpersonal competencies: contrasting white and African American men. *Psychology of Men & Masculinity*, **11**(3):195-207. doi: 10.1037/a0018092
- LEEN, E.; SORBRING, E.; MAWER, M.; HOLDSWORTH, E.; HELSING, B.; BOWEN, E. 2013. Prevalence, dynamic risk factors and the efficacy of primary interventions for adolescent dating violence: an international review. *Aggression and Violent Behavior*, **18**(1):159-174. doi.org/10.1016/j.avb.2012.11.015
- LOMANDO, E.; WAGNER, A.; GONÇALVES, J. 2011. Coesão, adaptabilidade e rede social no relacionamento conjugal homossexual. *Psicologia: Teoria e Prática*, **13**(3):95-109.
- MCDERMOTT, R.C.; LOPPEZ, F.G. 2013. College men's intimate partner violence attitudes: contributions of adult attachment and gender role stress. *Journal of Counseling Psychology*, **60**(1):127-136.
- MOSMANN, C.P.; LOMANDO, E.; WAGNER, A. 2010. Coesão e adaptabilidade conjugal em homens e mulheres hetero e homossexuais. *Barbarói*, **33**:135-152.
- MOSMANN, C.P.; WAGNER, A.; FÉRES-CARNEIRO. 2006. Qualidade conjugal: mapeando conceitos. *Paideia*, **16**:315-325.
- MURTA, S.G.; MOORE, R.A.; MIRANDA, A.A.V.; CANGUSSÚ, E.D.A.; SANTOS, K.B.; BEZERRA, K.L.T.; VERAS, L.G. 2016. Efeitos de um programa de prevenção à violência no namoro. *Psico-USF*, **21**(2):381-393. doi: 10.1590/1413-82712016210214
- MURTA, S.G.; RAMOS, C.E.P.L.; TAVARES, T.N.G.; CANGUSSÚ, E.D.A.; COSTA, M.S.F. 2014. Desenvolvimento de um website para prevenção à violência no namoro, abandono de relações íntimas abusivas e apoio aos pares. *Contextos Clínicos*, **7**(2):118-132.
- MURTA, S.G.; SANTOS, B.R.P.; MARTINS, C.P.S.; OLIVEIRA, B. 2013. Prevenção à violência no namoro: uma revisão de literatura. *Contextos Clínicos*, **6**:117-131.
- MURTA, S.G.; SANTOS, B.R.P.; NOBRE, L.A.; ARAÚJO, I.F.; MIRANDA, A.A.V.; RODRIGUES, Í.O.; FRANCO, C.T.P. 2013. Prevenção à violência no namoro e promoção de habilidades de vida em adolescentes. *Psicologia USP*, **24**:263-288. doi: 10.1590/S0103-65642013000200005

- MURTA, S.G.; SANTOS, K.B. 2015. Desenvolvimento de programas preventivos e de promoção de saúde mental. In: S.G. MURTA; C. LEANDRO-FRANÇA; K.B. SANTOS; L. POLEJACK. (eds.), *Prevenção e Promoção em Saúde Mental: Fundamentos, Planejamento e Estratégias de Intervenção*. Novo Hamburgo, Sinopsys, p. 168-191.
- NASCIMENTO, F.S.; CORDEIRO, R.L.M. 2011. Violência no namoro para jovens moradores de Recife. *Psicologia & Sociedade*, **23**(3):516-525.
- OLIVEIRA, Q.B.M.; ASSIS, S.G.; NJAINE, K.; OLIVEIRA, R.V.C. 2011. Violência nas relações afetivo-sexuais. In: M.M. MINAYO; S.G. ASSIS; K. NJAINE. (orgs.), *Amor e violência: um paradoxo das relações de amor e do ficar*. Rio de Janeiro, Fiocruz, p. 87-140.
- OLIVEIRA, Q.B.M.; ASSIS, S.G.; NJAINE, K.; PIRES, T.O. 2014. Namoro na adolescência no Brasil: circularidade da violência psicológica nos diferentes contextos relacionais. *Ciência & Saúde Coletiva*, **19**(3):707-718. doi: 10.1590/1413-81232014193.19052013.
- PRIOLO FILHO, S. R. 2017. *Violência no namoro: avaliação de um programa de prevenção*. São Carlos, SP. Tese de Doutorado, Universidade Federal de São Carlos-UFSCar, 116 p.
- RIGGS, S.A.; CUSIMANO, A.M.; BENSON, K.M. 2011. Childhood emotional abuse and attachment processes in the dyadic adjustment of dating couples. *Journal of Counseling Psychology*, **58**(1):126-138. doi: 10.1037/a0021319
- RIZZON, A.L.C.; MOSMANN, C.P.; WAGNER, A. 2013. A qualidade conjugal e os elementos do amor: um estudo correlacional. *Contextos Clínicos*, **6**(1):41-49.
- SANTOS, K.B. 2016. *Mobilizando comportamentos de ajuda na rede de amizades: uma estratégia de prevenção à violência no namoro baseada nos pares e na abordagem do espectador*. Brasília, DF. Tese de Doutorado, Universidade de Brasília-UnB, 408 p.
- SCHEEREN, P.; DELATORRE, M.Z.; NEUMANN, A.P.; WAGNER, A. 2015. O papel preditor dos estilos de apego na resolução do conflito conjugal. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, **15**(3):835-852.
- SCHEEREN, P.; VIEIRA, R.V.A.; GOULART, V.R.; WAGNER, A. 2014. Marital quality and attachment: the mediator role of conflict resolution styles. *Paideia*, **24**(58): 177-186. doi: 10.1590/1982-43272458201405
- SHOREY, R.C.; CORNELIUS, T.L.; BELL, K.M. 2008. A critical review of theoretical frameworks for dating violence: comparing the dating and marital fields. *Aggression and Violent Behavior*, **13**:185-194. doi: 10.1016/j.avb.2008.03.003
- SIMPSON, J.A.; RHOLES, W.S. 2017. Adult attachment, stress, and romantic relationships. *Current Opinion in Psychology*, **13**:19-24.
- SOARES, J.S.F.; LOPES, M.J.M.; NJAINE, K. 2013. Violência nos relacionamentos afetivo-sexuais entre adolescentes de Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil: busca de ajuda e rede de apoio. *Cadernos de Saúde Pública*, **29**(6):1121-1130. doi: 10.1590/S0102-311X2013001000009

- STERNBERG, R.J. 1986. A triangular theory of love. *Psychological Review*, **93**:119-135. doi: 10.1037/0033-295X.93.2.119.
- VAGI, K.J.; ROTHMAN, E.F.; LATZMAN, N.E.; THARP, A.T.; HALL, D.M.; BREIDING, M.J. 2013. Beyond correlates: a review of risk and protective factors for adolescent dating violence perpetration. *Journal Youth Adolescence*, **42**:633-649. doi: 10.1007/s10964-013-9907-7
- TAN, J.S.; HESSEL, E.T.; LOEB E.L.; SCHAD, M.M.; ALLEN, J.P.; CHANGO, J.M. 2016. Long-term predictions from early adolescence attachment state of mind to romantic relationship behaviors. *Journal of Research on Adolescence*, **26**(4):1022-1035. doi: 10.1111/jora.12256.
- TONG, A.; SAINSBURY, P.; CRAIG, J. 2007. Consolidated criteria for reporting qualitative research (COREQ): a 32-item checklist for interviews and focus group. *International Journal for Quality in Health Care*, **19**(6):349-357. doi: 10.1093/intqhc/mzm042
- YIN, R. K. 2010. *Estudo de caso: planejamento e métodos*. Porto Alegre, Bookman, 248p.

Nota. Estudo realizado com fomento do CNPq (Processo 471581/2014-Chamada MCTI/CNPQ/MEC/CAPES nº 22/2014 - Ciências Humanas, Sociais e Sociais Aplicadas).

Submetido em: 20.08.2017

Aceito em: 21.05.2018