

## Perspectiva da Terapia do Esquema nas relações conjugais: uma revisão narrativa

*Perspective of the Schema Therapy in marital relationships: a narrative review*

**Amanda de Fraga Medeiros<sup>1</sup> e Ângela Maria de Freitas<sup>2</sup>**

**Resumo:** Identificar, por intermédio da revisão de artigos, a relação entre os esquemas e as relações conjugais. Este estudo se constituiu através de uma revisão narrativa de literatura. Baseou-se na busca bibliográfica de artigos publicados no período de 2011 a 2021, em periódicos científicos nacionais e internacionais, nas plataformas Google Acadêmico, SciELO e PEPSIC. A partir dos resultados encontrados na busca bibliográfica, foram selecionados artigos e informações a serem utilizados na pesquisa. Foram selecionados, de forma criteriosa, 8 dos 21 artigos lidos. Além dos artigos, a busca de dados ocorreu através de 3 livros. Em um estudo aprofundado dos artigos, observou-se a influência do núcleo familiar no desenvolvimento dos esquemas desadaptativos nas relações conjugais e, conseqüentemente, na prevalência de violência conjugal. Diante disso, através dos recursos e do embasamento teórico que a Terapia do Esquema (TE) apresenta pode-se sugerir a construção de um protocolo interventivo por meio da psicoeducação com intuito de informar e prevenir a violência conjugal.

Palavras-chave: Terapia do Esquema; Terapia Cognitivo-Comportamental; Relação conjugal.

**Abstract:** To identify, through a review of essays, the relationship between schemes and marital relationships. The following study was built on a literature narrative review. It was based on a bibliographic search of essays published during the period from 2011 to 2021 in national and international scientific journals, on the Google Academic, SciELO and PEPSIC platforms. Based on the found results in the bibliographic search, essays and information were selected to be used in the research. Judiciously, 8 out of 21 essays read were chosen. In addition, the data search was held in 3 books. In an in-depth study of the essays, it was observed the influence of the family nucleus in the development of the maladaptive schemes in marital relationships and, therefore, in the prevalence of conjugal violence. Accordingly, through the resources and theoretical background that schema therapy presents, it may be suggested the construction of an interventional protocol headed by psychoeducation in order to inform and prevent conjugal violence.

Keywords: Schema Therapy; Cognitive Behavioral Therapy; Marital relationship.

<sup>1</sup> Psicóloga. E-mail: amandafmedeiros.psicologia@gmail.com

<sup>2</sup> Psicóloga. Doutora em Ciências da Saúde - Ênfase em Neurociências - PUCRS. Docente no Curso de Psicologia (UNICNEC). E-mail: freit2008@yahoo.com.br

## Introdução

Segundo dados publicados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), os registros de casamentos no Brasil apresentaram uma redução de 2,7% entre os anos de 2018 a 2019, além disso, o número de divórcios diminuiu de 385.246 para 383.286 no mesmo período de tempo analisado, sendo essas tendências de queda já identificadas desde o ano de 2016 (IBGE, 2019). Conforme o mesmo estudo, em 2019, os casamentos obtiveram uma diminuição de 3,7 anos no tempo de duração quando comparados com a década anterior.

Percebe-se que, atualmente, os brasileiros estão se casando cada vez menos (IBGE, 2019), porém, as relações interpessoais são, sem dúvida, de extrema importância em nossa vida, afinal, somos seres sociais. Apesar da queda no número de casamentos, aqueles que optam pela vida conjugal, muitas vezes, acabam enfrentando problemas em seus relacionamentos amorosos, sendo que estes conflitos são alguns dos principais motivadores da busca pela terapia (Paim & Cardoso, 2019).

As experiências dos relacionamentos se dão através de um padrão de funcionamento denominado esquemas, o qual tem início na infância e se perpetua ao longo da vida (Young, Klosko, & Weishaar, 2008). Os esquemas são desenvolvidos conforme as histórias de vida de cada indivíduo (Young, Klosko, & Weishaar, 2008; Wainer, 2016) e influenciam o modo como as pessoas pensam, sentem, agem e se relacionam umas com as outras (Young & Klosko, 2019).

Através dessa perspectiva surge uma questão ainda mais complexa: em um relacionamento, não são apenas os padrões esquemáticos de uma ação individual que atuam, mas uma interação entre os esquemas de duas pessoas, o que pode resultar em um relacionamento saudável e satisfatório, ou tóxico e influenciador na perpetuação de esquemas (Paim & Cardoso, 2019). A partir disso, o presente estudo visa identificar, por intermédio de uma revisão de artigos, a relação entre os esquemas e as relações conjugais.

## Método

Visando alcançar o objetivo proposto, este estudo se constituiu através de uma revisão narrativa de literatura, por possuir um caráter amplo para descrever ou discutir o assunto sob o ponto de vista teórico. Este estudo baseou-se na busca bibliográfica de artigos publicados no período de 2011 a 2021, em periódicos científicos nacionais e internacionais, disponíveis nas seguintes fontes de dados: Google Acadêmico (<https://scholar.google.com.br/schhp?hl=pt-BR>), SciELO (<https://scielo.org/>), PEPSIC (<http://pepsic.bvsalud.org/>), e demais estudos que fecharam critérios para a inclusão da revisão narrativa de literatura, tendo como base as seguintes palavras-chave: Terapia Cognitivo-Comportamental, Terapia do Esquema e relação conjugal.

A partir dos resultados encontrados na busca bibliográfica, foram selecionados artigos e informações a serem utilizados na pesquisa. Ao analisar os materiais, selecionamos os seguintes critérios de inclusão: 1) Os artigos deveriam estar publicados em periódico científico; 2) Artigos e livros precisavam estar disponíveis nos seguintes idiomas: português, espanhol e inglês; 3) Publicações científicas deveriam estar relacionadas aos temas: Terapia Cognitivo-Comportamental, Terapia do Esquema, necessidades emocionais e relação conjugal.

No processo de coleta e análise dos estudos utilizados durante a revisão foi feito um resumo, coletando e analisando dados relacionados ao tema. Os achados de cada artigo foram disponibilizados em uma tabela única (Tabela 1), contendo informações como autor/ano/periódico, título e os principais resultados, contribuindo assim para o confronto de dados e análises.

Devido à escassez de estudos na literatura sobre este tema específico, foram incluídos na pesquisa livros e capítulos de livros publicados em português. Posteriormente, esses materiais foram lidos e analisados de forma criteriosa.

## Relações afetivo/conjugais nos dias atuais

Historicamente, várias culturas se caracterizaram por valores patriarcais, que definem a forma como a sociedade se organiza na expressão de suas crenças, atitudes e comportamentos, determinados pelo contraste entre homens e mulheres (Narvaz & Koller, 2006). A partir desta dinâmica, os papéis superiores associados ao gênero masculino se expressam de forma natural e espontânea pela existência de uma construção social caracterizada por mulheres submissas, econômica e emocionalmente dependentes (Castañeda, 2006). Desta forma, compreende-se que a desigualdade de gênero consolidada pelo patriarcado deixou sua marca na constituição das relações conjugais nos tempos atuais.

A emoção de acordo com o gênero vem sendo discutida desde séculos passados. Leahy (2016) explica sobre a ascensão da *emoção de gênero* na era Vitoriana (1837-1901), em que o mundo das emoções era dividido. Naquele contexto, a raiva era considerada inadequada para a vida doméstica/familiar, mas era vista como apropriada para o gênero masculino. O autor ressalta que no século XX, com o advento da igualdade de gênero, as visões sexistas das mulheres como histéricas, mais fracas ou mais emocionais e menos racionais foram cada vez mais consideradas antiquadas. No entanto, desde infância escutamos frases do tipo *homem não chora*, o que reforça que as emoções são rotuladas pelo sexo, e/ou *olha aí, está chorando que nem uma menininha*, identificando o gênero feminino como algo fraco e pequeno por expressar suas emoções de tristeza e frustração.

O contexto social, econômico, cultural e político em que os casais se encontram atualmente são complexos e multifacetados (Chaves, Cenci, & Gaspodini, 2020). A dinâmica de nupcialidade brasileira pode ser observada a partir dos dados publicados pelo IBGE, os quais apontam que quase metade dos casamentos que se desfizeram em 2019 duraram menos de 10 anos (IBGE, 2019). Esses dados corroboram com as autoras Heckler e Mosmann (2014), as quais afirmam que, embora o início da vida conjugal possa ser um período de maior satisfação entre os cônjuges, é também o período em que ocorre um número significativo de divórcios, o que justifica um esforço para compreender aspectos da constituição da relação conjugal na atualidade.

A literatura refere-se à conjugalidade como um processo de interação formado por dois passados convergentes em que muitos dos comportamentos e atitudes dos cônjuges são motivados pelo processo de aprendizagem que ocorreu no ambiente familiar de origem. A partir disso, surgem aspectos como legados, conjunto de crenças e outros padrões que se formaram durante as experiências de cada um com sua família de origem, o que pode gerar conflitos e sofrimento para os cônjuges (Paim, Madalena, & Falcke, 2012; Schulz & Colossi, 2020; Haack & Falcke, 2020). Sendo assim, a dinâmica conjugal se constitui através da troca interpessoal entre os parceiros, influenciando diretamente no vínculo amoroso e tornando o relacionamento saudável ou abusivo.

Ao passo que os relacionamentos conjugais, atualmente, se apresentam fragilizados em relação ao tempo de duração, a violência também está cada vez mais presente entre os cônjuges. Conforme os dados apresentados pela OPAS/OMS do Brasil, através da folha informativa publicada em novembro de 2017, estima-se que, em todo mundo, pelo menos 30% das mulheres relataram já terem vivenciado alguma forma de violência física e/ou sexual em seus relacionamentos conjugais ao longo da vida, sendo que a maioria dos casos é de violência causada por um parceiro (OPAS/OMS, 2017).

A persistência da desigualdade de gênero combinada com a grande quantidade de informações que recebemos culturalmente através de músicas, filmes e novelas, contribui de certa forma para a naturalização desses padrões, produzindo modelos e conceitos de comportamento possessivos, que costumam ser entendidos como sinônimos de amor e cuidado, promovendo ainda mais as organizações patriarcais da sociedade e a conexão entre atração e violência (Paim & Cardoso, 2019; Flecha, Puigvert, & Ríos, 2013). Nesse sentido, o contexto histórico-social não apenas colabora com a perpetuação da desigualdade de gênero, como influencia diretamente na romantização de relações violentas.

Além disso, muitos cônjuges consideram que a violência e o afeto são compatíveis, acreditando que certos atos de violência são evidências de amor e por isso justificam o ciúme (Paim & Cardoso, 2019). Desta forma, as relações afetivo-conjugais que são marcadas pelo ciúme de um dos cônjuges, muitas vezes, são vistas como demonstrações de um amor ao *extremo*, sendo esta uma ideia que perpassa o imaginário do senso comum através de dizeres como *quem ama de verdade sente ciúme*, como se este sentimento fosse algo a ser almejado no relacionamento amoroso.

Um estudo de delineamento quantitativo, transversal e explicativo, com uma amostra de 600 pessoas, realizado por Haack e Falcke (2020), teve como objetivo testar um modelo teórico no qual o ciúme era mediador entre as experiências na família de origem e a violência física conjugal, os resultados confirmaram a hipótese inicial do estudo, indicando o ciúme como mediador parcial, corroborando com a literatura e evidenciando uma interligação entre o ciúme e a ocorrência de violência nas relações conjugais (Centeville & Almeida, 2007; Lacerda & Costa, 2013).

Adicionalmente, o ciúme está relacionado ao comportamento abusivo e ao aumento de agressões entre parceiros, tanto em homens quanto em mulheres. (Leahy, 2016). Na realidade, esse sentimento é uma das principais razões pelas quais homens matam mulheres em relações conjugais. Tais dados são justificados: 38% dos assassinatos femininos no mundo todo são cometidos por parceiros homens (OPAS/OMS, 2017).

O impacto negativo da violência só aumenta ainda mais o número de mulheres agredidas pelos parceiros, o que pode ser considerado como um problema atual nos relacionamentos (Waiselfisz, 2015). Segundo a publicação da OPAS/OMS do Brasil, em 2017, uma estimativa global é que aproximadamente uma em cada três mulheres, totalizando em torno de 35%, já foram vítimas violência física e/ou sexual por parte do parceiro ou de terceiros (OPAS/OMS, 2017).

A realidade atual das relações afetivo-amorosas está relacionada ao imaginário social sobre o amor e ao modelo de relacionamento, e a atração relacionada ao sofrimento e à violência, esta é a socialização ocasionada pela constante imersão das pessoas na cultura e no meio em que vivem (Flecha,

Puigvert, & Redondo, 2005). Deste modo, foram construídos pela sociedade ao longo do tempo paradigmas sobre as relações conjugais, juntamente com fatores biopsicossociais que podem predispor uma relação abusiva ao longo da vida do indivíduo.

## **A influência dos esquemas iniciais desadaptativos nas relações conjugais**

O vínculo amoroso se dá a partir da sua construção, e os esquemas de cada parceiro (a), influenciando diretamente na permanência de cada um na relação (Beck, Rush, Shaw, & Emery, 2012). A interligação dos esquemas é um fator muito importante na relação conjugal, pois reflete na forma como os cônjuges irão conduzir o relacionamento ao longo do tempo, e quais estratégias irão estabelecer para o enfrentamento de conflitos e desentendimentos conjugais.

A definição de esquema descrita pelos autores Young, Klosko e Weishaar (2008) utiliza o termo denominado Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs), caracterizado por padrões emocionais e cognitivos derrotistas, que se originam em nosso desenvolvimento desde a infância, e se repetem ao longo de nossas vidas. O foco deste estudo será nos esquemas desadaptativos, pois é a partir desta perspectiva que os cônjuges pensam, sentem, agem e se relacionam.

Scribel, Sana e Benedetto (2007) destacam que os relacionamentos amorosos podem promover a satisfação das necessidades primárias, como repetir padrões comportamentais oriundos da ativação de esquemas. Sendo assim, as escolhas amorosas e a perpetuação de relacionamentos prejudiciais costumam estar baseadas no sentimento experimentado pela ativação dos EIDs, e essa sensação ocorre em um nível emocional pouco racional para o indivíduo, ou seja, de forma inconsciente, denominada de química esquemática (Paim & Cardoso, 2019).

De forma geral, as pessoas acreditam que a decisão de iniciar uma relação afetivo-sexual ocorre por questões de afinidade de interesses entre os cônjuges, no entanto, o que realmente ocorre é um encaixe, de maneira simultânea, entre os esquemas de cada parceiro. Essa interligação de esquemas poderá proporcionar relações saudáveis ou prejudiciais, dependendo de quais esquemas serão ativados a partir da dinâmica conjugal.

Nas relações adultas, os EIDs levam os parceiros a recriarem as condições da infância em que foram constituídos, perpetuando os temas associados ao sofrimento ocasionado por interações insatisfatórias e padrões de relações disfuncionais (Young, Klosko, & Weishaar, 2008). Nesse sentido, a escolha do parceiro amoroso é considerada como uma *armadilha da vida*, ou seja, a tomada de decisão baseada na ativação de um ou mais EIDs acaba sendo mantida como um padrão esquemático desadaptativo ao longo da vida (McGinn & Young, 2012; Young & Klosko, 2019).

Ao analisarmos essa perspectiva não temos a opção de escolha como propriamente dita, pois estamos sob influência constante de nossos próprios esquemas. A partir disso, é mais fácil e cômodo para o indivíduo encontrar e/ou permanecer em relações amorosas provenientes de seus esquemas, justamente pelas sensações familiares, do que romper esse ciclo de padrões esquemáticos perpetuados por anos.

## Contribuições da Terapia do Esquema na conjugalidade

Os modelos mentais de como amar e ser amado são construídos através de experiências com os pais e/ou cuidadores, pois os mesmos são figuras representativas no desenvolvimento do indivíduo ao longo da vida (Paim & Cardoso, 2019). Adicionalmente, a percepção desses modelos é fundamental para o indivíduo, uma vez que, eles servem como base no que diz respeito à vivência de cada um em seus relacionamentos íntimos.

Desse modo, quando o ambiente oferece boas condições sociais, especialmente no que se refere à qualidade do relacionamento emocional com a mãe (ou cuidador principal), o desempenho cognitivo saudável e adaptativo se desenvolverá (Wainer, Paim, Erdos, Erdos & Andriola, 2016). Os autores afirmam que o mesmo ocorre com a origem dos EIDs, ou seja, se a relação com o cuidador for marcada por negligência, indiferença, instabilidade e hostilidade, esta relação se tornará desadaptativa e disfuncional, o que poderá gerar dificuldades nos relacionamentos interpessoais.

Sendo assim, a possibilidade de um indivíduo que cresceu em um ambiente familiar sem afeto envolver-se em um relacionamento marcado por rejeição, humilhação e frieza pode ser ocasionada por um padrão natural, dito de outro modo: o fato de um indivíduo já ter vivenciado determinadas sensações emocionais anteriormente, faz com que ele desenvolva esquemas como forma de adaptação para lidar com a própria família.

A perspectiva da Terapia focada em Esquemas proposta por Jeffrey Young é uma das teorias mais recentes baseadas na teoria do apego, com foco nas relações interpessoais (Wainer et al., 2016). O pressuposto básico da teoria do apego é determinado pela qualidade da interação entre a criança e o cuidador principal (Becker & Crepaldi, 2019).

Young e colaboradores (2008, p. 24) descreveram cinco necessidades emocionais essenciais no desenvolvimento dos seres humanos, tais como: “1) Vínculos seguros com os outros indivíduos (inclui segurança, estabilidade, cuidado, e aceitação); 2) Autonomia, competência e sentido de identidade; 3) Liberdade de expressão, Necessidades e emoções válidas; 4) Espontaneidade

e lazer, e 5) Limites realistas e autocontrole”. Quando essas necessidades emocionais não são atendidas na infância de forma satisfatória, elas seguem repercutindo ao longo da vida.

Os EIDs estão divididos em cinco amplas categorias, nomeadas como domínios esquemáticos. O primeiro domínio é chamado de *Desconexão e Rejeição* e consiste na incapacidade de estabelecer relacionamentos seguros e satisfatórios com outras pessoas. O segundo domínio, *Autonomia e Desempenho Prejudicados*, referem-se à capacidade de se separar da família e operar de forma independente. Já no domínio de *Limites Prejudicados*, não há o desenvolvimento de limites internos adequados no que diz respeito à reciprocidade ou à autodisciplina, o que pode ocasionar dificuldades em respeitar os direitos dos outros e cumprir compromissos, ou alcançar objetivos de longo prazo. O domínio de *Direcionamento para o Outro* é composto pela ênfase em atender às necessidades dos outros ao invés das próprias. E por último, *Supervigilância e Inibição*, trata-se de um domínio baseado em suprimir sentimentos e impulsos espontâneos e tentar seguir regras rígidas internalizadas em relação às próprias ações (Young, Klosko, & Weishaar, 2008).

Levando em consideração o que foi exposto nos parágrafos supracitados, pode-se afirmar que, muitos indivíduos buscam, nas relações conjugais, suprir necessidades emocionais que não foram atendidas na infância, depositando no parceiro (a) expectativas e percepções de uma vida conjugal. No entanto, nem sempre isso ocorre de maneira positiva e próspera, pois muitas vezes o outro parceiro não tem condições de suprir essas necessidades por conta de seus próprios esquemas.

## Resultados

Conforme os descritores, foram selecionados, de forma criteriosa, 8 dos 21 artigos lidos. Além dos artigos, a busca de dados ocorreu através de 3 livros, sendo eles: Terapia do Esquema para casais: base teórica e intervenção, Terapia Cognitiva focada em Esquemas: integração em psicoterapia, e Terapia do Esquema: Guia de técnicas cognitivo-comportamentais inovadoras.

Tabela 1 – Distribuição dos artigos e livros selecionados e analisados sobre a temática.

Periódicos Nº de artigos/livros	Autores	Ano	Título	Principais resultados
PEPSIC  5 artigos	Vargas, L., & Pureza, J. R.	2019	Esquemas iniciais desadaptativos e ajustamento diádico na conjugalidade	Os resultados apresentaram 27 correlações entre EIDs e os fatores da EAD. Esses resultados indicam que há relação entre EIDs e o ajustamento diádico.
	Boscardin, M. K., & Kristensen, C. H.	2011	Esquemas iniciais desadaptativos em mulheres com amor patológico	Pode-se concluir que as mulheres com AP apresentam padrões de relacionamento que são construídos desde a infância e continuam sendo utilizados e reforçados ao longo de suas vidas.
	Paim, K., Madalena, M., & Falcke, D.	2012	Esquemas iniciais desadaptativos na violência conjugal	Os resultados remetem à existência de um padrão de esquemas de personalidade entre os indivíduos que experienciam violência na relação conjugal, assim como a associação desses com as habilidades de negociação.
	Luz, F. Q., Santos, P. L., Cazassa, A. M. J. & Oliveira, M.	2012	Diferenças nos esquemas iniciais desadaptativos de homens e mulheres	Os resultados indicaram diferenças significativas entre os grupos do sexo masculino e do sexo feminino nos esquemas iniciais desadaptativos (EIDs).
	Bohn, M. Berlitz, D., Oliveira, A. D., & Pureza J. D. R.	2018	Sofrimento associado ao relacionamento conjugal: olhar da teoria do esquema	Os resultados da análise de conteúdo indicaram a formação de seis categorias: insegurança no vínculo conjugal, dependência associada ao relacionamento conjugal, subjugação, transgeracionalidade, dúvidas sobre a relação conjugal e violência conjugal.

Periódicos Nº de artigos/livros	Autores	Ano	Título	Principais resultados
SciELO 1 artigo	Borges, J. L., & Dell'aglio, D. D.	2020	Esquemas iniciais desadaptativos como mediadores entre os maus tratos na infância e a violência no namoro na adolescência	Os resultados indicaram que adolescentes perpetradores de violência no namoro, com histórico de maus tratos na infância tiveram escores significativamente mais altos na perpetração de violência íntima do que adolescentes sem histórico de maus tratos.
Google Acadêmico 2 artigos	Baldissera, D., Paim, K., Predebon, B. M., & Feix, L. F.	2021	Contribuições da terapia do esquema em relacionamentos conjugais abusivos: uma revisão narrativa	O estudo aborda a complexidade do fenômeno da violência nos relacionamentos afetivo-conjugais e elenca fatores individuais e coletivos que interferem na problemática
	Silva, G. C. F. O., & Laport, T. J.	2019	Machismo: fruto de esquemas desadaptativos	Compreende-se, com base na teoria dos esquemas e nas contribuições da terapia cognitivo-comportamental, que a origem familiar detém grande parcela de responsabilidade no desenvolvimento de esquemas, os quais influenciam o modo como interpretamos as situações, lidamos emocionalmente com elas e nos comportamos
3 livros	Paim, K., & Cardoso, B. L. A.	2019	Terapia do esquema para casais: base teórica e intervenção	Este livro compreende a dinâmica relacional dos casais a partir do modelo da terapia do esquema (TE), integrando a teoria dos modos e os ciclos interpessoais desadaptativos à formulação de casos.
	Wainer, R. et al.	2016	Terapia cognitiva focada em esquemas: integração em psicoterapia	Este livro apresenta a fundamentação teórica e o passo a passo da utilização das técnicas, além de exemplos clínicos de psicoterapia em terapia do esquema.
	Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E.	2008	Terapia do esquema: guia de técnicas cognitivo-comportamentais inovadoras	São descritas formas inovadoras de conceituar rapidamente casos desafiadores. Inclui protocolos detalhados para o tratamento de transtorno de personalidade e é ilustrado com vários exemplos clínicos.

Fonte: Produzido pelas autoras (2021).

A distribuição dos 9 artigos foi detalhada na tabela 1 a partir dos critérios de inclusão e foi dividido nas seguintes categorias: periódicos/número de artigos, autores, ano de publicação, título e principais resultados.

Nota-se, quanto ao ano de publicação, que apenas um artigo foi publicado em 2011; seguido pelo ano de 2012, em que dois artigos foram publicados. De 2013 a 2017, houve uma lacuna em que nenhuma pesquisa foi publicada a respeito dos EIDs nas relações conjugais nas bases de dados pesquisadas nesta revisão. Posteriormente, nos anos de 2018 a 2021, foram publicados cinco artigos. Quanto às bases de dados, foram selecionados cinco artigos da PEPSIC, apenas um artigo da SciELO e dois artigos do Google Acadêmico.

Em um estudo aprofundado dos artigos, observou-se a influência do núcleo familiar no desenvolvimento dos esquemas desadaptativos nas relações conjugais e, conseqüentemente, na prevalência de violência conjugal.

## Discussão

Em relação aos principais dados encontrados na literatura sobre a relação da Teoria do Esquema e as relações conjugais, pode-se dizer: 1) Apontam a transgeracionalidade na ativação de esquemas, indicando vivências de sofrimento na família de origem, o que pode ser um fator de risco para sofrimento nas relações conjugais na idade adulta; 2) Evidenciam os EIDs do domínio de Desconexão e Rejeição como preditor nas dificuldades de estabelecer relações afetivo-sexuais; e 3) Recomendaram a TE como base teórica de sustentação empírica para compreender e tratar acerca dos vínculos conjugais em sofrimento prevenindo possíveis conflitos conjugais (Vargas & Pureza, 2019; Boscardin & Kristensen, 2011; Paim, Madalena, & Falcke, 2012; Luz et al., 2012; Bohn et al., 2018; Borges & Dell'aglio, 2020; Baldissera, et al., 2021; Silva & Lapor, 2019; Paim & Cardoso, 2019; Wainer et al., 2016; Young, Klosko, & Weishaar, 2008)

A transgeracionalidade na ativação de esquemas é um fator relevante para determinar a dinâmica conjugal. A busca por relacionamentos e experiências que forneçam conforto familiar é algo comum entre os cônjuges, no entanto, experiências familiares de origem destrutivas podem proporcionar a reprodução de comportamentos aprendidos, como a perpetuação de atos violentos e relações de dependência entre a vítima e o cônjuge agressor.

Um estudo realizado por Bohn et al. (2018) teve como objetivo investigar o sofrimento associado ao relacionamento conjugal, através da busca de tratamento clínico, sob a ótica da Terapia do Esquema. Os resultados deste estudo evidenciaram a formação de seis categorias: insegurança no vínculo conjugal, dependência associada ao relacionamento conjugal, subjugação, transgeracionalidade, dúvidas sobre a relação conjugal e violência conjugal. A partir destas categorias, foram descritos os aspectos mais representativos do sofrimento associado ao relacionamento conjugal presentes em atendimentos analisados, nos quais foi possível evidenciar casos comuns tanto na categoria de transgeracionalidade e impacto da família de origem quanto na categoria de dependência na relação conjugal. Levando em conta estas semelhanças, pode-se dizer que tais categorias estão relacionadas ao mesmo fenômeno psicológico.

O domínio de Desconexão e Rejeição é composto por cinco EIDs, conforme Young, Klosko e Weishaar (2008) tais como Abandono/instabilidade, Desconfiança/abuso, Privação emocional, Defectividade/vergonha e Isolamento social/alienação. Para o autor, os indivíduos com esquemas no domínio de desconexão e rejeição geralmente são os que mais sofrem. Muitos sofreram traumas na infância e, com frequência, passam de um relacionamento autodestrutivo para outro na idade adulta ou evitam totalmente os relacionamentos íntimos.

No entanto, a literatura evidencia que alguns esquemas são mais suscetíveis à prevalência de violência conjugal tais como desconfiança/



abuso, emaranhamento/self subdesenvolvido e arrego/grandiosidade (Paim, Madalena, & Falcke, 2012). A partir desta perspectiva, as autoras através do mesmo estudo, destacam que o esquema de Arrego/grandiosidade obteve resultados superiores na análise da correlação de EIDs e indicadores de violência conjugal, sendo justificados pela baixa tolerância à frustração em relação aos próprios desejos e desenvolvimento de um padrão impulsivo e restritivo de autocontrole em um relacionamento, confirmando a violência como estratégia de resolução de conflitos. Ainda no mesmo estudo, foi confirmada a existência de um padrão de esquemas de personalidade entre pessoas que vivenciam violência no casamento, bem como a conexão desses esquemas com habilidades de negociação.

Para Silva e Laport (2019), alguns esquemas apresentados na teoria podem estar relacionados com o machismo constituinte na sociedade atual, como o esquema de arrego/grandiosidade, pertencente ao terceiro domínio, o qual se refere à superioridade em relação aos outros, às regras, às restrições sociais e internas. Além de sua associação com o esquema de privação emocional, que pertence ao primeiro domínio, em que o indivíduo acredita que a outra pessoa não será capaz de satisfazer plenamente os seus desejos.

Esses esquemas colaboram para a perpetuação de padrões reforçados pelo machismo nas relações interpessoais, tais padrões determinam o papel de cada cônjuge no relacionamento e o comportamento aceitável nessa situação.

As diferenças entre homens e mulheres em relação a aspectos psicológicos foram confirmadas através do estudo publicado por Luz et al. (2012), o qual mostrou em seus resultados diferenças significativas entre os grupos masculino e feminino em relação aos EIDs. As mulheres pontuaram mais alto nos esquemas de Fracasso, Vulnerabilidade ao Dano ou à Doença e Auto-sacrifício, com exceção do esquema de Inibição Emocional, no qual os homens pontuaram mais alto.

Esses dados corroboram com estudo publicado por Bohn et al. (2018) no qual o sexo feminino foi apontado como o principal público que buscou atendimento devido às demandas conjugais. A partir disso, observa-se que o esquema de Auto-sacrifício pode estar associado com as crenças culturais de que é dever das mulheres cuidar da sua família, corroborando para manutenção esquemática de sanar as necessidades alheias às custas das próprias necessidades.

Em contrapartida, o esquema de Inibição Emocional está relacionado à questão de não demonstrar seus sentimentos, a fim de evitar desaprovação de outras pessoas. Esse esquema pode estar relacionado com a sociedade patriarcal em que estamos inseridos, onde um homem que demonstra seus sentimentos mais primitivos, como chorar, é visto como *fraco*. Este tipo de influência social dificulta o enfraquecimento do esquema.

Por fim, a TE tem se mostrado cada vez mais eficiente na resolução e no entendimento de problemas conjugais porque um dos focos da sua teoria é baseado em mudanças de cognição e comportamento que afetam diretamente na qualidade das relações amorosas (Baldissera et al., 2021).

Adicionalmente, a TE apresenta recursos terapêuticos inovadores, como a reparentalização limitada, estratégias interventivas através de técnicas cognitivas, experienciais, comportamentais e interpessoais, além de ferramentas psicoeducativas, visando à consciência para identificar e processar as emoções relacionadas aos EIDs e a forma como influenciam na escolha do parceiro amoroso através da química esquemática (Paim & Cardoso, 2019; Wainer et al., 2016).

## Considerações finais

Diante de todo levantamento bibliográfico realizado até o momento, a TE visa romper com o ciclo esquemático desadaptativo nas relações conjugais, promovendo o desenvolvimento de estratégias saudáveis e funcionais com intuito principal de atender às necessidades emocionais que vem desde a infância. Sendo assim, podemos confirmar que a perspectiva da TE tem se mostrado cada vez mais promissora para os profissionais da Psicologia que vem trabalhando com estratégias eficientes no atendimento de casais.

O que se percebe como limitação do estudo, no entanto, é uma quantidade reduzida de estudos recentes que abordam o tema das relações conjugais sob a perspectiva dos EIDs no contexto da TE. Isso pode estar relacionado ao fato da TE ser uma das principais abordagens da nova tendência da área comportamental, conhecida como Terapias de Terceira Onda, que surgiu em meados dos anos 2000, sendo ainda, relativamente, recente no campo de estudos e pesquisas da Psicologia.

Através dos recursos e do embasamento teórico que a TE apresenta sugere-se a partir de novos estudos empíricos a construção de um protocolo interventivo por meio da psicoeducação, com objetivos de informar e prevenir a violência conjugal.

## Referências

- Baldissera, D., Paim, K., Predebon, B. M., & da Fonte Feix, L. (2021). Contribuições da Terapia do Esquema em relacionamentos conjugais abusivos: uma revisão narrativa. *PSI UNISC*, 5(1), 51-67. doi: 10.17058/psunisc.v5i1.15386
- Becker, A. P. S., & Crepaldi, M. A. (2019). O apego desenvolvido na infância e o relacionamento conjugal e parental: Uma revisão da literatura. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 19(1), 238-260. doi: 10.12957/epp.2019.43016
- Beck, A., Rush, J. A., Shaw, B. F., & Emery, G. (2012). *Terapia Cognitiva da Depressão*. Porto Alegre: Artmed.
- Bohn, M., Berlitz, D., Oliveira, A. D., & Pureza, J. D. R. (2018). Sofrimento associado ao relacionamento conjugal: olhar da teoria do esquema. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 14(2), 106-112. doi: 10.5935/1808-5687.20180015
- Borges, J. L., & Dell'Aglio, D. D. (2020). Esquemas iniciais desadaptativos como mediadores entre os maus tratos na infância e a violência no namoro na adolescência. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 3119-3130. doi: 10.1590/1413-81232020258.24992018
- Boscardin, M. K., & Kristensen, C. H. (2011). Esquemas iniciais desadaptativos em mulheres com amor patológico. *Revista de Psicologia da IMED*, 3(1), 517-526. doi: 10.18256/2175-5027/PSICOIMED.V3N1P517-526
- Castañeda, M. (2006). *O Machismo Invisível*. São Paulo: Girafa.
- Centeville, V., & de Almeida, T. (2007). Ciúme romântico e a sua relação com a violência. *Psicologia Revista*, 16(1/2), 73-91. Recuperado de <https://revistas.pucsp.br/index.php/psicorevista/article/view/18058>
- Chaves, C. E., Cenci, C. M. B., & Gaspodini, I. B. (2020). Casais que moram separados (Living Apart Together): Novas perspectivas para configurações familiares. *Revista da SPAGESP*, 21(2), 55-65. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-29702020000200005&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702020000200005&lng=pt&tlng=pt)
- Flecha, R., Puigvert, L., & Ríos, O. (2013). Las nuevas masculinidades alternativas y la superación de la violencia de género. *International Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 2(1), 88-113. Recuperado de <https://www.santiagoapostolcabanyal.es/wp-content/uploads/2012/08/SI-nuevas-masculinidades-flecha-rios-puigvert.pdf>

- Flecha F. S. A., Puigvert M. L., & Redondo S. G. (2005). Socialización preventiva de la violencia de género. *Feminismos*, 6, 107-120. doi:<http://dx.doi.org/10.14198/fem.2005.6.08>
- Haack, K. R., & Falcke, D. (2020). Seria o Ciúme Mediador entre as Experiências na Família de Origem e a Violência Física na Conjugalidade?. *Psico-USF*, 25, 425-437. doi: 10.1590/1413-82712020250303
- Heckler, V. I., & Mosmann, C. P. (2014). Casais de dupla carreira nos anos iniciais do casamento: Compreendendo a formação do casal, papéis, trabalho e projetos de vida. *Barbarói*, 2(41), 119-147. doi: <https://doi.org/10.17058/barbaroi.v2i41.3468>
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE]. (2019). *Estatísticas do Registro Civil de 2019*. Recuperado em [https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/135/rc\\_2019\\_v46\\_informativo.pdf](https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/135/rc_2019_v46_informativo.pdf)
- Lacerda, L., & Costa, N. (2013). Relação entre comportamentos emocionais ciumentos e violência contra a mulher. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 15(3), 21-36. Recuperado em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S151755452013000300003&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S151755452013000300003&lng=pt&tlng=pt)
- Leahy, R. L. (2016). *Terapia do Esquema Emocional: manual para o terapeuta*. Porto Alegre: Artmed.
- LUZ, F. Q., SANTOS, P. L., CAZASSA, M. J. & OLIVEIRA, M. (2012). Diferenças nos esquemas iniciais desadaptativos de homens e mulheres. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 8(2), 85-92. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-56872012000200003&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872012000200003&lng=pt&tlng=pt)
- McGinn, L. K., & Young, J. E. (2012). *Terapia focada no esquema*. (2ª ed). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Narvaz, M. G., & Koller, S. H. (2006). Famílias e patriarcado: da prescrição normativa à subversão criativa. *Psicologia & Sociedade*, 18(1), 49-55. doi: 10.1590/S0102-71822006000100007
- Organização Pan-Americana de Saúde/Organização Mundial de Saúde [OPAS/OMS]. (2017). *Folha informativa - Violência contra as mulheres*. Recuperado de <https://www.paho.org/pt/topics/violence-against-women>
- Paim, K., & Cardoso, B. L. A. (2019). *Terapia do Esquema para Casais*. Porto Alegre: Artmed.
- Paim, K., Madalena, M., & Falcke, D. (2012). Esquemas iniciais desadaptativos na violência conjugal. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 8(1), 31-39. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1808-56872012000100005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1808-56872012000100005&lng=pt&nrm=iso)
- Schulz, C., & Colossi, P. M. (2020). A transmissão transgeracional dos modelos conjugais. *Pensando famílias*, 24(1), 45-64. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-494X2020000100005&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2020000100005&lng=pt&tlng=pt)
- Scribel, M. D. C., Sana, M. R., & di Benedetto, A. M. (2007). Os esquemas na estruturação do vínculo conjugal. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 3(2), 0-0. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-56872007000200004&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872007000200004&lng=pt&tlng=pt)
- Oliveira S., G. C. F., & Laport, T. J. (2019). Machismo: fruto de esquemas desadaptativos. *Revista Mosaico*, 10(1), 20-28. doi: 10.21727/rm.v10i1.1758
- Vargas, L., & Pureza, J. D. R. (2019). Esquemas iniciais desadaptativos e ajustamento diádico na conjugalidade. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 15(1), 75-83. doi: 10.5935/1808-5687.20190011
- Wainer, R., Paim, K., Erdos, R., Erdos, R., & Andriola, R. (2016). *Terapia Cognitiva Focada em Esquemas: integração em psicoterapia*. Porto Alegre: Artmed.
- Waiselfisz, J. J. (2015). *Mapa da violência 2015: Homicídios de mulheres no Brasil*. Brasília: Flasco Brasil.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2008). *Terapia do esquema: Guia de técnicas cognitivo-comportamentais inovadoras*. Porto Alegre: Artmed.
- Young, J. E., & Klosko, J. S. (2019). *Reivente sua vida*. (2ª ed.). Novo Hamburgo: Sinopsys.