



## O APEGO INFANTIL PROJETADO NA VIDA ADULTA: a teoria do apego nos relacionamentos amorosos

### *The childhood attachment projected on the adult life: the attachment theory on loving relationships*

Camylla Augusta Santos Coutinho<sup>1</sup>, Renilza Reis Caldas<sup>2</sup>

#### RESUMO

O projeto de pesquisa presente tem como objetivo geral entender os tipos de apego na infância e suas consequências nos relacionamentos amorosos, assim como os objetivos específicos de caracterizar os tipos de apego na infância, especificar os relacionamentos amorosos e relacionar os tipos de apegos com as escolhas amorosas. O apego gerado pelos nossos pais/cuidadores é como um espelho para os nossos relacionamentos amorosos, sendo uma grande influência e guia para as nossas escolhas sentimentais e escolhas amorosas, assim como iremos nos relacionar e de como vamos amar e ser amados. É a partir dessa relação com o cuidador que serão moldados os padrões de apego seguros e inseguros, eles que irão ser a ferramenta principal para as escolhas amorosas e relacionamentos funcionais ou disfuncionais do sujeito. Com base nisso, é preciso entender o apego infantil e as consequências que ele causa na fase adulta. Sendo esta uma pesquisa de natureza tipo bibliográfica básica qualitativa e método de abordagem dedutivo. Diante dos fatos mostrados por meio de discussões textuais foi observado que os cuidadores são uma ferramenta importante para o desenvolvimento infantil e os relacionamentos amorosos da criança no futuro, pois é nesse período que aprendemos quem somos, como devemos amar e como devemos ser amados.

Palavras-chave: Apego. Cuidadores. Figuras de Apego. Relacionamento amoroso. Desenvolvimento Infantil.

#### ABSTRACT

This project has as its main objective to understand the childhood attachment types and the consequences as well as the specific objective to characterize the childhood attachment types, specify loving relationships and show a relationship between the types of attachment and the loving relationships. The attachment created by our parents or caretakers is like a mirror for our loving relationships, being a great influence and guide for our sentimental and love choices, as well as how we are going to connect and how we will love and be loved. It is from this relationship with the caretaker that the patterns of secure or insecure attachments will be forged, they will be the main tool for our sentimental choices and functional and dysfunctional relationships of the individual. Based on this, we need to understand the childhood attachment and the consequences that it will cause in our adult life. Being this research of basic bibliographic qualitative nature and deductive approach method. Therefore, according to the facts shown by textual discussions it has been observed that caretakers are a very important tool for the child development as well as for the child loving relationships in the future, because during this period we learn who we are, how we should love and how we should be loved.

Key words: Attachment, Caretakers, Bond Figures, Loving Relationships. Childhood Development

---

<sup>1</sup> (Camylla Augusta Santos Coutinho) Graduada de Psicologia da Faculdade Cathedral (Boa Vista-RR, E-mail: camyllaAugusta13@gmail.com)

<sup>2</sup> (Renilza Reis Caldas) Especialista em Terapia Cognitivo- Comportamental pelo Centro Universitário Amparense (Boa Vista-RR), Graduada em Psicologia pela Faculdades Cathedral e docente do curso de Psicologia da Faculdade Cathedral, Boa Vista-RR. E-mail: renilzacaldas1@hotmail.com

## 1 INTRODUÇÃO

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. A partir dessa relação de zelo direcionado a criança, seus estilos de apego serão moldados e levados para o resto da vida, além disso, eles irão direcionar os relacionamentos interpessoais desse sujeito. Esses padrões fazem com que repitamos comportamentos e emoções infantis, projetando-as na vida adulta com os nossos parceiros românticos (BRETHERTON, 1985). Se a conexão estabelecida na infância for de negligência, indiferença ou frieza dos seus cuidadores, o adulto terá estilos de apegos inseguros como: Ambivalente/ansioso, Evitativo e Desorganizado, onde estabelecerá, com seu par amoroso, relacionamentos disfuncionais e conflituosos, todavia se o tipo de apego for seguro o adulto desenvolverá relacionamentos positivos (AINSWORTH, 1978).

Os padrões de apego vão fazer a criança desenvolver os Modelos Internos Operantes (MIO), que serão modelos de funcionamento interno, moldados pelas interpretações das experiências infantis, que farão com que percebam e interpretem o ambiente, a si mesma e a figura de apego. Assim se os cuidados, e as demandas da criança não forem respondidos de formas positivas pelo apego seguro, isso poderá ser um fator preponderante para desenvolver modelos de funcionamento inseguro, que terá maior possibilidade de gerar um *self* negativo, desvalorizado e sem amor. A natureza e a segurança dessas representações construídas, vão conectar a representação global do self. (CASSIDY, 1999)

As crianças com o apego seguro demonstram serem mais positivas em relação a si e aos outros. Desta forma, a mesma irá conseguir perceber se os seus cuidadores estarão disponíveis para as suas demandas, suas figuras representativas serão a base segura para seu desenvolvimento de segurança, proteção e cuidado, no entanto, os estilos de apego ansioso, evitativo e desorganizado serão estabelecidos a partir das necessidades básicas da criança não atendidas, gerando desorganização no seu funcionamento interno, desta maneira o vínculo seguro fará com que o adulto se aproxime do seu par amoroso de maneira equilibrada, contudo se for estabelecido os estilos inseguros de apego as relações amorosas serão conflituosas e conturbadas (BOWLBY, 1969).

De acordo com a terapia dos esquemas, essas relações iniciais estabelecerão os tipos de esquemas que a criança irá desenvolver. Em vista disso, os sujeitos inseguros desenvolvem esquemas iniciais desadaptativos (EIDs), que serão estabelecidos através do apego indiferente, frio ou negligente gerado na infância, desta forma as escolhas amorosas dos adultos refletirão no tipo de esquema. Vale a pena ressaltar que, essa repetição dos padrões iniciais infantis, reforçarão estruturas e crenças nucleares desse indivíduo. Quanto maior e mais intenso for os EIDs, será mais complicado mudar, e mais fácil será repetir parceiros que ocasionem muito sofrimento e angústias (DIFRANCESCO, 2015).

Através da pesquisa de revisão bibliográfica para a realização deste projeto, surge o seguinte questionamento: Como esses cuidados das figuras de apego refletem nas relações amorosas? Para compreensão da problemática precisaremos entender como os adultos projetam suas vivências com os seus cuidadores em suas escolhas amorosas. Para responder esta pergunta faremos como marco teórico Ainsworth e Main (1978; 2000), Bowlby (1967, 1969 e 1989) e Difrancesco (2015).

Diante do referencial teórico escolhido fica claro que o adulto com apego ambivalente tende a ser muito extremo em suas emoções sendo muito inseguro e com medo do abandono, faz com que ele demande muito mais atenção para manter seu parceiro próximo, assim como quando era criança que aumentava suas estratégias como choro e birra para trazer seu cuidador de volta; já os evitativos tendem a evitar seus parceiros por medo do abandono ou rejeição assim como na infância que evitam qualquer conexão com os seus cuidadores porque foram rejeitados e aprenderam a ocultar suas emoções; já o desorganizado é uma junção dos dois estilos o que torna ele confuso e contraditório, pois na infância não sabiam o que esperar dos seus cuidadores (AINSWORTH, 1978).

Diante do que foi exposto, esse estudo tem como objetivo geral entender os tipos de apego na

infância e suas consequências nos relacionamentos amorosos. Para isso, foram traçados os seguintes objetivos específicos: caracterizar os estilos de apego na infância e entender a química amorosa nos relacionamentos.

Diante da relevância do tema, justifica-se a necessidade da realização deste artigo, pois o mesmo visa entender como os cuidados da figura de apego com a criança refletem nas escolhas amorosas quando adultos, dessa forma a comunidade acadêmica e os profissionais da área poderão compreender a importância do cuidado infantil nessa fase do desenvolvimento, pois desta forma relacionamentos mais saudáveis e com menos sofrimentos psíquicos possam ser construídos. Podemos desta forma fomentar a ideia de mais políticas públicas, em relação à informação dentro de um pré-natal psicológico, onde o mesmo visa esclarecer o cuidado nesta etapa da vida e a importância das relações construídas com os cuidadores primários.

## 2 REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 TEORIAS DO APEGO - BREVE DEFINIÇÃO E SEUS FUNDAMENTOS

A teoria do apego é um estudo que trata dos relacionamentos entre as pessoas e tenta exemplificar como ocorre a conexão entre esses sujeitos, onde Bowlby aponta o apego como estado biologicamente programado e modificado do ser humano (DOS SANTOS, 2020). Segundo Main (2000), esse estudo foi organizado em três fases principais para o seu desenvolvimento: a primeira pelos estudos de Bowlby (1950) em observação com crianças e a separação de seus cuidadores, a segunda os experimentos de Ainsworth (1960), realizados com crianças e sua figura materna nos lares das díades e laboratórios na Uganda; e a terceira que decorre de um aprofundamento representacional dos estudos anteriores de Ainsworth, por Main (2000).

Para Bowlby (1967) a primeira fase desenvolvida, descreve que o apego significa uma conexão com uma pessoa especial. Portanto, na infância a criança mantém esse elo com o seu cuidador primário, no qual é procurado durante uma situação de sofrimento e angústia. Para a criança, essa figura é vista como uma base segura para a qual a mesma possa lidar com os conflitos do mundo (BOWLBY, 1967). Deste modo, ao entrar em uma situação conflituosa a criança ativa o seu sistema de apego que identifica situações de risco, avaliando a disponibilidade da figura significativa, isso acontece pelos comportamentos emocionais como: chorar, seguir e agarrar-se, que serão direcionados ao cuidador induzido uma resposta; tendo como objetivo principal fazer com que a criança se sinta segura, quando isso ocorre e esse sistema associa o ambiente não ameaçador, ele permite que a criança volte a explorar o local onde se encontra, todavia caso uma ameaça seja identificada o sistema é acionado novamente (CORTINA; MARRONE, 2003).

Segundo Bowlby (1969), as interações com as figuras de apego, fazem com que a criança avalie a disponibilidade do seu cuidador, para poder criar uma representação interna de si, das pessoas significativas e do mundo. Essas representações são denominadas de modelos operantes internos (MIO), que servirão de guia para futuras percepções do mundo, comportamentos e relações interpessoais. Se a criança consegue construir uma conexão de apego segura com o seu cuidador, ela terá uma menor necessidade de aproximação e uma maior exploração do ambiente e experiências positivas (LICKLITER, 2008).

Como citado acima, os MIO, são padrões internalizados que irão direcionar os relacionamentos pessoais adultos. Essa internalização foi feita pelo modelo de apego estabelecido, se o cuidador respondeu as necessidades e esteve disponível para a criança e ela se sentiu segura e confortável, ela desenvolve uma autonomia para explorar o mundo. Possivelmente essa criança desenvolverá um MIO como alguém valorizado e digno de amor, entretanto se a figura de apego a rejeita não atendendo as suas necessidades de autonomia e proteção, ela desenvolverá um MIO como alguém sem valor e incompetente (BOWLBY, 1989).

Certamente ficou claro que o MIO traz consequências para os relacionamentos interpessoais do futuro, além de definir as escolhas amorosas que serão direcionadas pelos padrões de apego na

infância (BRETHERTON, 1985). Dessa forma, as figuras de apego são responsáveis por estabelecer os esquemas iniciais desadaptativos que se formam quando as necessidades emocionais básicas não são supridas na sua etapa evolutiva. Na fase adulta o sujeito tende a recriar esses esquemas infantis nos relacionamentos amorosos, escolhendo um parceiro que reforce os cuidados moldados na infância e seu padrão de apego (YOUNG, 2008).

Os estudos de Bowlby (1969) sobre o apego, MIO e os cuidados da figura de apego foram à base para a segunda fase da teoria, onde Ainsworth (1978), junto com o grupo de pesquisa de Bowlby, realizou um estudo observacional em 26 lares na Uganda, entre a relação mãe-bebê onde eram observados durante nove meses a interação da criança e a sua genitora. Ela elaborou outro estudo com uma estrutura parecida em lares das díades, onde foi nomeado de situação estranha avaliando o equilíbrio entre o comportamento exploratório e de apego que as crianças tinham com as suas mães. Esses estudos deram a origem ao conjunto de padrões de apego que Ainsworth, dividiu em conjuntos de seguro e inseguros (Ambivalente/Ansioso e Evitativo). Por meio dessas bases Main (2000), descobriu um quarto estilo de apego denominado de desorganizado/desorientado.

No quadro a seguir, demonstra-se a virtude dos estudos de Ainsworth (1978), onde mostra a separação dos seus conjuntos de comportamentos de apego e incluindo o apego descoberto por Main (2000), sendo visualizados no quadro “Estilos de apegos infantis e suas características”.

Quadro 1: Estilos de apegos infantis e suas características

Estilos de Apego Infantil	Características
<b>Apego Seguro (Grupo B)</b>	<b>1.</b> Relaciona o cuidador a uma base segura <b>2.</b> Empático, confiante, independente, carinhoso, tendencia a boas relações com os demais, boa autoestima, compreensivo <b>3.</b> Comportamentos de protesto: Choro, Risos, Abraços. <b>Cuidador:</b> Sensível e compreensivo ao estado emocional da criança, afetivo e amoroso.
<b>Apego Inseguro Evitativo (Grupo A)</b>	<b>1.</b> Relaciona o cuidador como uma base insegura que não se sabe se pode confiar <b>2.</b> Indiferente, isolado, não demonstram afeto, hostil, agressivo, não gostam de intimidade, estresse alto, inseguro, desconfiado, reprimido <b>3.</b> Comportamentos de desativação de estratégias por medo da rejeição como: ignorar, ser frio, empurrar, agredir. <b>Cuidador:</b> Rígidos, indisponível as necessidades da criança.
<b>Apego Inseguro Ansioso/Ambivalente (Grupo C)</b>	<b>1.</b> Relaciona o cuidador como uma base insegura onde sente muita ansiedade na ausência dele, todavia quando ele retorna sente raiva e fica ressentido <b>2.</b> Estratégias de ativação: Explosões de raiva, birra, choro excessivo, segurar-se ao cuidador, impulsividades <b>Cuidador:</b> Rudes, carinhosos, contraditórios diante as emoções da criança.
<b>Apego Inseguro Desorganizado/Desorientado (Grupo D)</b>	<b>1.</b> Relaciona o cuidador como uma base insegura pois ela apresenta ser uma imagem amedrontadora onde não sabe o que esperar dessa figura <b>2.</b> Um misto de ambivalência e evitação, raiva, medo, paralização apreensão do cuidador <b>3.</b> Associado a vivências traumáticas, perdas, abusos físicos e psicológicos, não conseguem ter estratégias com situações estressantes. <b>Cuidador:</b> Agressivo, problemas com álcool ou drogas, problemas de transtornos de personalidades e outros, ambíguo, violento.

Fonte: Baseado em Ainsworth; (1978).

Para Ainswort (1978), os resultados obtidos do experimento mostraram que o apego desenvolvido entre a figura materna e a criança, gera consequência no seu comportamento, sentimentos e na sua personalidade. Sendo assim, o bebê seguro consegue desenvolver uma conduta exploratória mais ampla e uma personalidade estruturada que faz com que construa independência e autoconfiança, todavia as crianças inseguras tem um comportamento menos explorativos e uma personalidade desestruturada, onde o cuidado indiferente frio e contraditório de sua mãe faz que o bebê seja extremamente desconfiado, ansioso e amedrontado.

Esse apego infantil desenvolvido pelas crianças se torna uma base para seus relacionamentos interpessoais no futuro, ele que irá definir seus comportamentos, emoções e parceiros românticos na fase adulta (WATERS; CUMMINGS, 2000). Tendo em vista, que os adultos se comportam de acordo com o seu padrão de apego infantil, eles tendem a procurar parceiros que representem o seu cuidador primário e o apego gerado por essa figura, tendo como papel importante a busca por conexão e segurança (CASSIDY, 1999). No quadro a seguir são demonstrados os padrões e comportamentos adultos nos relacionamentos amorosos de acordo com Ainswort (1978):

Quadro 2: Estilos de apegos adultos e suas características

<b>Estilos de Apego Adulto</b>	<b>Características</b>
<b>Apego Seguro (Grupo B)</b>	<b>1.</b> São adultos positivos, independentes, tem experiências positivas de memórias infantis, empáticos, autoestima elevada <b>2.</b> Nos relacionamentos sentem-se confortável com a intimidade e afeto, conseguem responder as necessidades do seu parceiro, são afetivos, compreensíveis, consegue fazer ser parceiro se sentir seguro
<b>Apego Inseguro Evitativo (Grupo A)</b>	<b>1.</b> São adultos com um alto nível de independência muitas vezes evitando o apego, se enxergam autossuficientes, invulnerável ao sentimento de apego, tem experiências confusas da infância, tendem a reprimir seus sentimentos <b>2.</b> Nos relacionamentos são pessoas contraditórias, podem trair, mentir ou rejeitar seus parceiros quando estão muito íntimos por medo de serem rejeitados e enganados.
<b>Apego Inseguro Ansioso/Ambivalente (Grupo C)</b>	<b>1.</b> São adultos com altos níveis de intimidade, intensidade, expressividade emocional, preocupação, ciúmes, tem experiências confusa e dependente na infância <b>2.</b> Nos relacionamentos precisam constantemente de aprovação e respostas de seus parceiros, são dependentes, explosivos e ansiosos.
<b>Apego Inseguro Desorganizado/ Desorientado (Grupo D)</b>	<b>1.</b> São adultos com sentimentos mistos de querer a proximidade e de se sentir desconfortável com ela, tendências de desconfiar de seus parceiros, baixa autoestima, enxergam-se como desprezíveis, desconfianças excessivas, impulsividades, explosões de raiva, tem experiências traumáticas de abusos e violência na infância <b>2.</b> Nos relacionamentos são extremamente ciumentos, agressivos e impulsivos.

Fonte: Baseado em Ainsworth; (1978).

Nos relacionamentos amorosos, é onde vemos com a maior força a projeção do apego infantil e as consequências geradas por ele na fase adulta. O adulto seguro traz como consequência a reação dos seus cuidadores que eram compreensíveis e sensíveis quando era criança; nos seus

relacionamentos amorosos ele consegue ofertar segurança emocional e ampliar sua capacidade de empatia, o que facilita reconhecer o que o seu amado está sentido (BOWLBY, 1989). Ele tende a se comportar de forma mais confiante e carinhosa com o seu parceiro, onde ele consegue construir um efeito reconfortante, elevando a satisfação e segurança, desse relacionamento (KEELAN, 2013). Todavia os padrões inseguros não conseguem se sentir e se comportar dessa forma, verá a seguir o que acontece com esses estilos disfuncionais.

Os adultos com padrões inseguros são gerados pelo tipo de cuidadores que eram negligentes, contraditórios e violentos. Em seus relacionamentos amorosos tendem a se comportar de forma dependente, hostis ou tendo um misto de emoções contraditórias. Como por exemplo, o adulto evitativo tem problemas de construir uma conexão por medo da rejeição e desativa qualquer estratégia de aproximação com seu parceiro (CASSIDY, 1999). Já para o adulto ambivalente ele tende a querer muita intimidade o que leva a ter problemas com dependência emocional e uma alta ansiedade; quando se sentem rejeitados tende ativar suas estratégias para uma reaproximação com seu parceiro (LEVINE; HELLER, 2018). Já para o padrão desorganizado ele é um misto de ambivalência e evitação o que faz com que se comporte de forma contraditória não conseguem desenvolver uma ativação ou desativação de estratégias o que faz com que haja sempre sendo desconfiado e impulsivo (CORTINA; MARRONE, 2003).

## 2.2 QUÍMICA ESQUEMÁTICA DOS ESTILOS

Para o filósofo Baruch Spinoza do século XVII a felicidade e infelicidade de um relacionamento amoroso dependem somente da qualidade do objeto ao qual estamos vinculados pelo amor. E essa conexão de vínculos se torna um dos principais fatores para o funcionamento da relação amorosa, onde traz como projeção o cuidado das figuras significativas e como buscamos por padrões de parceiros, com divergentes estilos de apego. Dentro dos padrões de parceiros temos combinações que fazem com que o relacionamento seja disfuncional e patológico, onde iremos observar na química esquemática (PAIM, 2017).

A química esquemática é um termo utilizado dentro da terapia do esquema, elaborada por J. Young (1990), considerada uma abordagem sistêmica, da terceira onda da terapia cognitiva comportamental para o tratamento de transtornos de personalidade, porém conseguiu desenvolver uma identificação própria; utilizando vários métodos e conceitos de outros autores como J. Bowlby que foi a base da abordagem. (PAIM, 2017). Para Stevens e Roediger (2017), a química esquemática está relacionada aos modelos mentais de como amar ou ser amado, construídos a partir das experiências com seus cuidadores, desta forma o indivíduo vai buscar inconscientemente a manutenções de padrões aprendidos nas relações primárias.

Essas escolhas são feitas pelos esquemas iniciais desadaptativos (EIDs), que são padrões desenvolvidos de memórias emocionais dolorosas, como crenças e regras familiares, que foram erguidas através da vulnerabilidade na infância e as necessidades emocionais não atendidas. Nos relacionamentos amorosos a escolha do ser amado, revive emoções infantis e situações angustiantes, quanto mais fortes forem os EIDs mais as escolhas amorosas serão influenciadas por ela (DIFRANCESCO et al., 2015). O indivíduo se sente atraído pelo padrão de apego, onde ele irá atrair ou evitar pessoas com o mesmo comportamento do seu cuidador que lhe causou sofrimento.

A moldura insegura desse desenvolvimento infantil também é baseada em crenças centrais como: Desvalor, Desamor e Desamparo, decorrente da infância que se fortalecem ao longo da vida. Para Beck (2005, p.21-40), “as crenças centrais ou nucleares são desenvolvidas na infância através das interações do indivíduo com outras pessoas significativas e da vivência de muitas situações que fortaleçam essa ideia”, assim como os estilos de apego construído na infância, essas crenças irão fazer que o sujeito buscasse um parceiro que reforcem nele os EIDs durante a vida (STEVENS; ROEDIGER, 2017).

De acordo com Beck (2005, p. 21-40): Assim como os estilos de apego construído na infância, essas crenças irão fazer que o sujeito busque um parceiro que reforcem nele os EIDs durante a vida,

que traz como consequência prejuízo para as relações amorosas onde situações de abandono, abuso, negligência ou rejeição vividos na infância, serão seu padrão de funcionamento norteando a sua busca amorosa. Os eventos ativarão seus esquemas que farão com que o sujeito experimente uma forte emoção negativa, como aflição, vergonha, medo ou raiva (STEVENS; ROEDIGER, 2017).

Os EIDs trazem consequências prejudiciais nas relações amorosas do sujeito, as situações de abandono, abuso, negligência ou rejeição vivida na infância, serão seu padrão de funcionamento norteando a sua busca amorosa. Os eventos ativarão seus esquemas que farão com que o sujeito experimente uma forte emoção negativa, como aflição, vergonha, medo ou raiva. Os padrões traumáticos e destrutivos se tornam uma repetição permanente quando a dinâmica de atração está fora da consciência do indivíduo e se torna muito fácil repeti-los e difícil de mudá-los assim como as ilusões do sujeito (STEVENS; ROEDIGER, 2017).

As escolhas amorosas são como armadilhas de vida, isto é, são decisões que tem base em EIDs e que acabam sendo uma continuidade dos padrões esquemáticos (MCGINN; YOUNG, 2012; YOUNG; KLOSKO, 1994). A química esquemática funciona como um encaixe já que os esquemas são compatíveis e interligados (STEVENS & ROEDIGER, 2017). A seguir um quadro baseado em algumas dessas químicas esquemáticas:

Quadro 3: A química esquemática e seus esquemas

<p><b>Autocontrole/Autodisciplina insuficiente- auto sacrifício:</b>  <b>Sensação:</b> Falta de limites, irresponsabilidades, procrastinação e desmotivação para mudanças de vida. <b>História:</b> Vivências de necessidades infantis que foram atendidas, mas não houve uma tolerância e não teve a frustração desenvolvida  <b>Parceiros:</b> Se auto sacrifica, apoia de forma que toma as responsabilidades dos outros, esse é um parceiro que sempre teve que cuidar da sua família.</p>	<p><b>Privação emocional- inibição emocional:</b>  <b>Sensação:</b> Desamparo, solidão, desconexão emocional, incluindo expectativas negativas das respostas de suas necessidades emocionais. <b>História:</b> Vivências negativas e precoces com os seus cuidadores que incluem: frieza e distanciamento, negligências, conflitos familiares que exigem atenção dos cuidadores e ausência de apoio. <b>Parceiros:</b> São distantes afetivamente, ausência de apoio, frieza e dificuldade de expressar sentimentos, emoções ou empatia.</p>
<p><b>Defectividade/vergonha-Grandiosidade/Arrogo:</b>  <b>Sensação:</b> desvalor, não são merecedores de amor e valor por serem elas mesmas, se acham sem atrativos. <b>História:</b> Vivências de ambiente crítico, exigente e de valorização condicional.  <b>Parceiros:</b> senso de superioridade, visivelmente confiante e poderoso, tratamento de desdém que reforcem a sua crença.</p>	<p><b>Desconfiança/ abuso subjugação:</b>  <b>Sensação:</b> Preocupação de traição, mentiras, impulsividade e agressividade <b>História:</b> Vivências infantis abusivas de agressão e desconfianças.  <b>Parceiros:</b> Agressivos, controladores e desconfiados.</p>

Fonte: Baseado em Stevens; Roediger, (2017).

O quadro acima retrata os domínios esquemáticos que estão relacionados com as escolhas amorosas. Como podemos perceber os quatros esquemas desadaptativos remotos, proporcionam uma dinâmica entre história, sensação e funcionamento do parceiro. Os ciclos esquemáticos acionaram respostas emocionais, cognitivas e comportamentais infantis, que serão prejudiciais no relacionamento. (PAIM, 2017). Para Stevens e Roediger (2017), existem dois componentes importantes para a compreensão da química esquemática sendo elas: atração e ilusão. A atração indica o interesse imediato, quando as ativações emocionais são direcionadas a escolha amorosa, e o indivíduo se esforça e investe energia para conquista. Já a ilusão corresponde às expectativas e idealização da pessoa perfeita, que serve de busca ao amor incondicional, dessa maneira, o indivíduo mergulha na ilusão para identificar as necessidades não atendidas nas vivências precoces.

Segundo Stevens (2017), a atração ocorre no limite da consciência onde envolve aspectos mais inconscientes; por trás deste fenômeno estão as projeções infantis onde ocorre um padrão

repetitivo e familiar do cuidador, onde o sujeito revive os esquemas iniciais e dolorosos que foram lhe imposto em seu relacionamento amoroso, mesmo que o sujeito tenha pouca consciência dessa atração ele sabe as características de parceiros que deve se relacionar e amar, esses aspectos de expectativas tem uma base em memórias emocionais e crenças profundas que moldam os EIDs (STEVENS; ROEDIGER, 2017).

Em contrapartida a ilusão ela faz com que o amor romântico seja uma expectativa irreal de satisfação, como por exemplo, o simples fato de se conectar com alguém é entendido como uma possibilidade de cura para todas as dores e sofrimento do sujeito, essas esperanças ilusórias sobre os relacionamentos tem origens das culturas, regras sociais, histórias de contos de fadas, filmes ou séries que mostram um amor idealizado e ilusório, que gera pensamentos mágicos sobre o amor romântico, e que irá gerar frustrações e insatisfação diante as relações reais (BEHARY; YOUNG, 2011).

As origens e seus componentes da ilusão são fatores de confusões entre as relações adultas e as relações entre criança e cuidador, os sujeitos não conseguem fazer essa diferenciação entre as vivências e memórias infantis das adultas nos relacionamentos (PAIM, 2017). A provável compatibilidade do EIDs pode até proporcionar relacionamentos satisfatórios, se houver um ajuste das necessidades dos parceiros, mas elas tendem a resultar em patologias latentes (WHISMAN; UEBELACKER, 2007).

### 3 MATERIAIS E MÉTODOS

Para se atingir os objetivos deste estudo foi realizada uma pesquisa do tipo bibliográfica básica, uma vez que não tem por finalidade a resolução imediata de um problema. A vantagem em adotar esta modalidade de pesquisa consiste na possibilidade de uma maior cobertura espacial do fenômeno a ser investigado. (GIL, 2008) Preliminarmente, para compor o Referencial Teórico foi realizada uma ampla pesquisa em títulos de referência na Biblioteca da Faculdade Cathedral e Biblioteca virtual Scribd.com acerca do tema “O apego infantil projetado na vida adulta: a teoria do apego nos relacionamentos amorosos.”.

As palavras-chave Apego, Cuidadores, Figuras de Apego, Relacionamento amoroso e Desenvolvimento Infantil desta pesquisa serviram como critério de inclusão. As demais foram descartadas da seleção do estudo. Após a delimitação do estudo, uma busca será aprofundada será realizada acerca do tema. O objeto de pesquisa desta pesquisa foi composto por artigos científicos que foram publicados na base de dados, Scielo, revistas científicas, livros e google acadêmicos. O critério de inclusão contempla os artigos científicos correlatos à questão norteadora deste estudo que é: De que forma os cuidados das figuras de apegos refletem nas relações amorosas? Diante disto, todos os demais casos são excluídos do estudo.

O método de coleta de dados é o de levantamento direto no acervo das bibliotecas e sites acima especificados. A natureza da pesquisa é qualitativa. O método de abordagem utilizado é o dedutivo, pois a proposta do estudo concerne melhor clarear o fenômeno de forma a partir do geral para o específico. (LAKATOS; MARCONI, 2003)

Os métodos de procedimento que são adotados para o tratamento dos dados coletados são: Comparativo dentro da teoria da psicanálise e Terapia cognitiva comportamental.

### 4 DISCUSSÃO

Segundo os autores Bowlby (1967), Cortina e Marrone (2003), a primeira fase do apego infantil é a conexão mais importante do desenvolvimento do indivíduo, onde situações estressantes e conflituosas geram consequências emocionais e comportamentais para o desenvolvimento e relacionamentos futuros do sujeito. Na infância é onde construímos a nossa personalidade é onde aprendemos amar e como devemos ser amados, é uma experiência marcante que traz consequências nas fases posteriores da vida.

Bowlby (1969) e Lickliter (2008) afirmam que além da conexão da primeira infância a interação que a criança tem com seu cuidador primário reflete em como o sujeito se comporta em

situações estressantes, de como se vê e como ver as pessoas com que se correlaciona. Devido essas interações esse indivíduo consegue criar um modelo que serve como guia para vida adulta, que vai ajudar ele a lidar com situações conflituosas e de como vai agir diante delas, essa mesma referência de guia leva o sujeito a escolher seus parceiros e a dinâmica que será esse relacionamento. Dessa forma, é claro afirmar que as primeiras experiências de vida da criança é o guia principal para as decisões e relacionamentos desse sujeito nas fases posteriores.

Para as autoras Ainsworth (1978) e Main (2000), após o desenvolvimento do modelo que serve de guia, a criança desenvolve estilos de apegos que são consequências do afeto e cuidados que foram lhe dados na infância. Sendo assim mostrando que se a criança teve cuidadores seguros e sensíveis diante as suas necessidades este sujeito consegue ofertar quando adulto autoconfiança e dependência, assim como fortalecer vínculos e ter relacionamentos mais saudáveis, ao contrário da criança que teve pais rígidos e negligentes diante as suas necessidades, este sujeito quando adulto terá problemas de confiança e de tomar decisões tendo comportamentos contraditórios e mantendo relações problemáticas que acarretem dor e sofrimento. Com base nisso, é possível observar que o cuidado direcionado a criança reflete tanto em sua personalidade e relacionamentos amorosos.

Bretherton (1985) e Young (2008), atentam para o fato que, as consequências dos relacionamentos interpessoais no futuro, inclusive os amorosos tem uma ligação com os padrões de apegos desenvolvidos. Entretanto, quando esse estilo de apego é disfuncional, os cuidadores se tornam responsáveis pelos os esquemas iniciais desadaptativos que esse sujeito desenvolveu, a criança tende a recriar o modelo de apego infantil nos relacionamentos amorosos, escolhendo um padrão de parceiro que reforce os cuidados traumáticos que viveu dentro dos seus relacionamentos. Dentro desse entendimento dos autores é possível verificar que as relações amorosas são projeções de vivências infantis que se tornam um espelho da relação entre criança e o seu cuidador.

Paim (2017), Stevens e Roediger (2017) defendem que dentro dos padrões de parceiros temos combinações que fazem com que o relacionamento amoroso seja disfuncional e até mesmo patológico, esses padrões e combinações são observados dentro da química esquemática e esquemas desadaptativos, onde o sujeito adulto consegue definir o seu tipo parceiro, como deve ser amado e de como vai amar, sempre repetindo inconscientemente o padrão primário mantendo-o em manutenção. Diante disso conseguimos verificar que o sujeito adulto disfuncional tende a reviver o seu padrão primário com o seu parceiro romântico e renovando as experiências infantis em seu relacionamento amoroso.

Os autores Difranceso et al (2015) e Beck (2005), afirmam que a química esquemática e os esquemas desadaptativos são reflexos de padrões primários onde consequentemente o reforço de crenças nucleares influenciam nas escolhas amorosas e de como o sujeito se acha merecedor de amor. Quanto mais fortes forem esses esquemas maiores serão as atrações por pessoas que reforcem os cuidados disfuncionais primários e a imagem do cuidador hostil, fazendo com que ele reviva os traumas desenvolvidos na infância e que fique mais forte ao longo da vida. Diante a concordância dos autores é possível verificar que os sujeitos adultos disfuncionais procuram sempre reforçar seus traumas e crenças, tendo como base o cuidado e o seu cuidador.

Os autores Stevens, Roediger (2017), Young, Weishaar e Klosko (2008) mostram em seus estudos que o reforço e repetição de esquemas desadaptativos se dar pela a dinâmica de atração e ilusão que está fora do campo de consciência do sujeito, as decisões do sujeito são baseadas nos padrões esquemáticos onde mostra que as relações amorosas disfuncionais viram uma armadilha de vida, onde é mais fácil repeti-los do que modificá-los. Ou seja, de acordo com os autores a atração é ativada e direcionada a um sujeito específico de parceiro romântico, já a ilusão é a idealização de pessoa perfeita e amor irreal, com base na discussão é possível verificarmos as consequências do apego e dos cuidadores diante das crianças e seus relacionamentos amorosos na fase adulta.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente projeto de pesquisa tratou de entender e apontar as consequências dos cuidados gerados na infância e como os cuidadores têm um papel importante no desenvolvimento infantil e a construção de sua personalidade e a percepção do mundo e de si mesmo. Os objetivos desse estudo, que contém entender os tipos de apego na infância e suas consequências nos relacionamentos amorosos, caracterizar os estilos de apegos na fase infantil e entender a química amorosa nos relacionamentos, encontram-se de acordo com o que foi mostrado na pesquisa, podendo-se afirmar então que os objetivos foram alcançados de maneira eficaz.

Diante a relação das hipóteses do projeto de pesquisa que eram “ O desenvolvimento do apego gerado pelas relações seguras e inseguras com as figuras representativas do sujeito, onde os padrões negativos geram consequências emocionais, afetando e direcionando os relacionamentos amorosos de uma forma disfuncional fazendo com que cause danos emocionais para o sujeito, todavia o padrão seguro consegue manter uma linha funcional fazendo com que o relacionamento seja saudável assim como a sua estrutura emocional”. Sendo assim todas as hipóteses foram atingidas.

Dessa forma nota-se que o apego e o cuidado direcionado a criança é fundamental para suas relações amorosas e interpessoais no futuro, já que é na fase infantil onde construímos quem somos o que devemos ser; como devemos amar e ser amado. 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.

É visível a importância do apego e afetos gerados na infância e a forma como afeta o desenvolvimento e o emocional do sujeito adulto, onde os estilos de apegos serão o guia para as relações futuras, de como o indivíduo se acha merecedor de afeto e de como ele irá responder o seu parceiro romântico. Para contribuições futuras acadêmicas é sugerido que enfatizem mais o assunto abordado com os pais e com outros profissionais, mostrando que se o cuidador responsável com a criança desenvolver mais segura, afeto e diálogo poderá diminuir relações disfuncionais assim como patologias futuras, ressaltando que a psicologia infantil é uma ferramenta importante para orientações familiares e o desenvolvimento seguro do sujeito

## REFERÊNCIAS

AINSWORTH, M. **Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation.** Hillsdale: Lawrence Erlbaum, 1978.

BECK, A. T. Além da crença: uma teoria de modos, personalidade e psicopatologia. In p. m. SALKOVSKIS (ED.), **Fronteiras Da Terapia Cognitiva.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005.p.21-40.

BEHARY, M; YOUNG, J. **Terapia dos esquemas para casais: Curando parceiros na relação.** Porto Alegre. Material Didático utilizado na III Jornada WP, 2011.

BOWLBY, J. **Formação e rompimento dos laços afetivos.** São Paulo: Itda, 1967.

BOWLBY, J. **Apego e perda:** vol. 1. Anexo. Livros básicos. Nova York, 1969.

BOWLBY, J. Uma base segura: **Aplicações clínicas da teoria do apego.** Porto Alegre: Artes Médicas, 1989.

BREHTERTON, S. The internal working model construct in light of contemporary neuroimaging research. In **j. Cassisy, e p. R. Shaver (orgs.)**, Handbook Of Attachment New York: Guilford, 1985.p.63-90.

CASSIDY, J. Handbook of attachment. **Theory, research and clinical applications**. Preface New York: The Guilford Press, 1999.

CORTINA, M.; MARRONE, M. **Attachment theory and the psychoanalytic process**. London: Whurr Publishers. 2003.

DIFRANCESCO, S. Schema therapy with couples: **A practitioner's guide to healing relationships**. Oxford: Wiley-Blackwell, 2015.

DOS SANTOS, G. 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. Aracaju: Cadernos de graduação: ciências humanas e sociais. Set/2020.v. 6.p. 2-238.

KEELAN, J. Attachment Style and Heterosexual Relationships Among Young Adults: **A Short - Term Panel Study**. Journal of Social and Personal Relationships, 2013. n11. p.141-60.

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

LICKLITER, R. **Teorias do apego: O longo e tortuoso caminho para uma ciência integrativa do desenvolvimento**. Integrative Psycho Logical; Behavioral Science, 2008.v.42.n.4. p.397-405.

MAIN, M. Apego desorganizado em bebês, crianças e adultos. **Journal of the american psychoanalytic association**, 2000.v.48.p.1097-127.

MCGINN, L. K.; YOUNG, J. E. Terapia focada no esquema. In **p. M. Salkovskis. (orgs.)**, **fronteira da terapia cognitiva**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1994.p.179-200.

PAIM, K. A terapia do esquema para casais. In R. Wainer, K. Paim, R. Erdos; R. Andriola. (Orgs.), **Terapia cognitiva focada em esquemas: integração em psicoterapia**. Porto Alegre: Artmed, 2019.p. 204-220.

STEVENS, B; ROEDIGER, E. Breaking negative relationship patterns: **A schema therapy self-help and support book**. Washington: John Wiley; Sons. 2017.

WATERS; CUMMINGS. A secure base from which to explore close relationships. **Child Development**, Cambridge: University Press, 2000. v71.p.164-172.

WHISMAN M. A.; UEBELACKER L. A maladaptive schemas and core beliefs in treatment and research with couples. In I. P. Riso, p.l. du toit d. Stein, & j. E. Young, (orgs), **cognitive schemas and core beliefs in psychological problems a scientist practitioner guide**. Washington: American Psychological Association, 2007. p. 199-220.

YOUNG, J.; KLOSKO, J.; WEISHAAR, M. Terapia do esquema: **Guia de técnicas cognitivo-comportamental inovadoras**. Porto Alegre: Artmed, 2008.