



EBOOK

GUIA DE TRATAMENTOS PARA NEUROSE DE ABANDONO

- 01** Abandônico
- 02** Quais são os sintomas da neurose de abandono?
- 03** O que o abandono pode causar?
- 04** O que é neurose de abandono para a psicanálise?
- 05** Como se livrar do sentimento de abandono?
- 06** Terapia do esquema
- 07** Psicanálise e tratamento para neurose de abandono

O QUE É SÍNDROME DO ABANDONO?

A neurose de abandono se manifesta nas pessoas que sofrem um misto de medo e ansiedade, senão angústia, que se desencadeia toda vez que o(a) parceiro(a) (ou, em todo caso, alguém por quem se nutre forte afeto) está ausente, quer seja uma separação momentânea, definitiva, real ou apenas temida.

Mesmo que não tenha consciência disso, a pessoa sente que não pode realmente confiar no outro da relação e vive em constante medo de ser abandonado(a) a qualquer momento. A consequência pode ser interpretar mal todos os gestos da outra pessoa, acumular raiva contra ele(a) ou abandonar-se em estados de angústia ou depressão.

Na neurose de abandono logo no início de um novo relacionamento, seja de amizade, amoroso, sexual, ou qualquer outro tipo de relacionamento se tem a sensação de que a relação será terminada abruptamente.

Existe a impressão que a outra pessoa vai embora por nossa culpa, porque dissemos algo errado, ou qualquer outro motivo, e ficamos com a sensação de que as coisas não

vão dar certo em nenhum relacionamento.

Isso não quer dizer que qualquer perda vivenciada durante a infância será motivo para viver a neurose de abandono no futuro.

A percepção é sempre muito mais importante do que o fato em si e será traduzida pela pessoa como se fosse a realidade, como um sentimento de abandono na infância- mesmo que tenha sido o atraso dos pais em pegá-la na escola, ou deixar de ir a alguma festa.





ABANDÔNICO

Germaine Guex e Charles Odier, que primeiro descreveram a neurose de abandono em 1950, usaram o termo abandônico como o substantivo para designar pessoas que sofrem deste mal.

O termo abandônico passou a ser utilizado como forma descritiva para pessoas com insegurança afetiva fundamental, que padecem de "angústia, agressividade, masoquismo, sentimento de não-valor".

Na sua obra *La névrose d'abandon* (A neurose de abandono), Germaine Guex considera

necessário isolar a neurose de abandono de outras neuropatias, pois não caberia em nenhum dos quadros clássicos da nosografia.





QUAIS SÃO OS SINTOMAS DA NEUROSE DE ABANDONO?

Devemos lembrar, em primeiro lugar, que a neurose de abandono é um transtorno de personalidade que um(a) bom(a) psicólogo(a) ou psicoterapeuta poderá reconhecer. Conte com a gente para encontrar um profissional para realizar sua avaliação e tratamento.

Entre os sintomas deste transtorno encontramos uma forte insegurança que muitas vezes faz com que a pessoa se sinta indigna do amor do próximo em geral; a pessoa sente muita ansiedade em momentos

de separação, sejam reais ou hipotéticos; existe uma hipersensibilidade ao julgamento de outros; dificuldade em confiar no(a) parceiro(a) e em estabelecer vínculos afetivos de qualquer tipo; raiva reprimida que frequentemente resulta em ataques incontroláveis.

Quem sofre de ansiedade de abandono certamente terá dificuldade em estabelecer relações importantes em sua vida, as quais correm o risco de serem disfuncionais. A pessoa fará de tudo para evitar separações e rejeições e tenderá a se afastar primeiro da outra pessoa por medo de ser abandonado, por sua vez, ou terá medo de terminar seu relacionamento, ainda que ele já não traga nenhuma satisfação. A pessoa terá a tendência de agradar o outro em todos os sentidos e se culpar se as coisas não correrem bem.





O QUE O ABANDONO PODE CAUSAR?

Num relacionamento romântico conviver com a neurose de abandono pode ser muito difícil. Lidar com a paranoia, possessividade e de solicitações constantes de atenção e garantias pode exaurir as energias e o interesse da outra pessoa.

Manifestações violentas de ansiedade ou ataques de raiva também podem sabotar os relacionamentos.

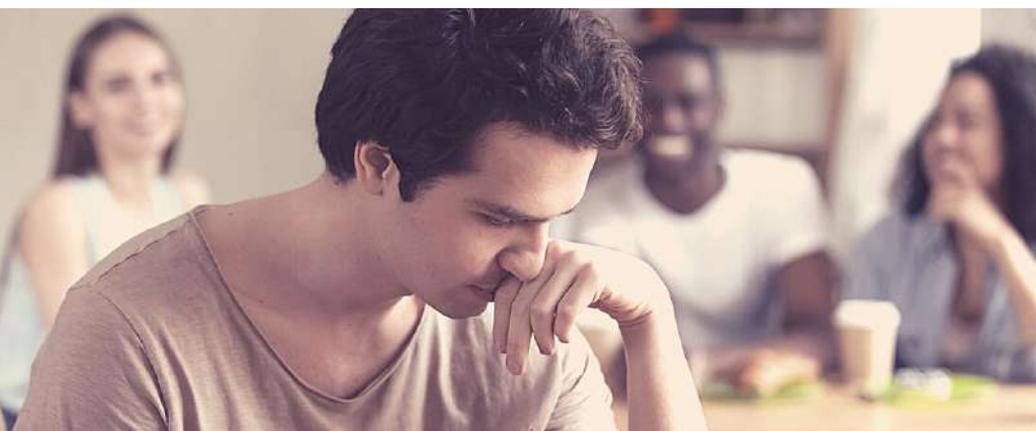
A mitologia que se vivencia é aquela que pode ter sido aprendida na infância: se os adultos

não se mostraram confiáveis quando era uma criança porque seriam honestos agora? Por que o outro não o deixaria se todos aqueles que diziam lhe amar foram embora?

No início de um relacionamento pode ser mais fácil lidar com ideias de abandono, mas conforme os laços se fortalecem sobrevêm uma ansiedade de abandono e pânico, interpretando as mudanças no relacionamento como sinais de separação iminente e desapego.

Nesses momentos haverá pessoas que reagem mostrando-se mais necessitados, e aquelas que se afastam para não serem abandonadas.

Assim, a neurose de abandono pode fragilizar todos os laços interpessoais que se tenta construir, afetando autoestima, causando ansiedade, depressão e um sentimento geral de desajuste social, já que somos seres sociais e em todas as dimensões de nossas vidas sentimos o impacto de outras pessoas.





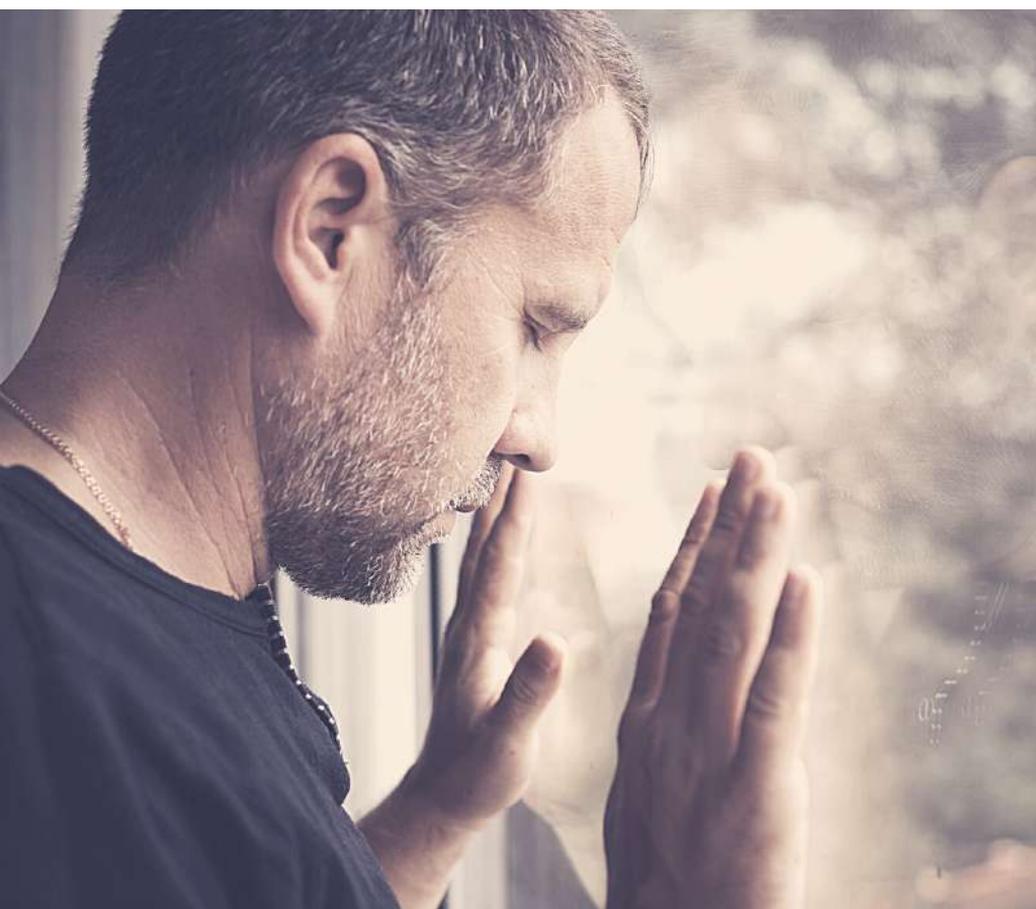
O QUE É NEUROSE DE ABANDONO PARA A PSICANÁLISE?

A necessidade ilimitada de amor, manifestada de uma maneira polimorfa que frequentemente a torna irreconhecível, significaria uma procura da segurança perdida, cujo protótipo seria uma fusão primitiva da criança com a mãe.

Não corresponderia necessariamente a um abandono real pela mãe, mas, quanto ao essencial, a uma atitude afetiva da mãe, sentida como recusa de amor ("falsa presença" da mãe, por exemplo). Por fim, deveria ser invocado, segundo Germaine Guex, um fator

constitucional psico orgânico ("gula" afetiva, intolerância às frustrações, desequilíbrio neurovegetativo).

A sintomatologia do abandônico não apresenta, à primeira vista, nada de rigorosamente específico: angústia, agressividade, masoquismo, sentimento de não ter valor; na realidade, esses sintomas não se ligariam aos conflitos postos em evidência habitualmente pela psicanálise (e, singularmente, menos ainda aos conflitos edipianos), mas a uma insegurança afetiva fundamental.





COMO SE LIVRAR DO SENTIMENTO DE ABANDONO?

Os tratamentos para neurose de abandono vão focar, de modo geral, o fortalecimento do ego e autoestima da pessoa. Ideias e comportamentos, bem como outras construções individuais, serão analisadas do ponto de vista estrutural interno e então será desenvolvido um programa de tratamento de acordo com técnicas e teorias psicológicas distintas.

Sentir-se confiante é o primeiro passo para não viver com medo de ser abandonado(a). A partir daí será mais fácil confiar nos outros.



TERAPIA DO ESQUEMA

Na terapia do esquema se entende que há características relativas a alguns esquemas que levamos conosco e que ajudam a estruturar nossas experiências de uma maneira negativa. A manutenção de esquemas ruins podem criar labirintos dos quais não vislumbramos saída.

Abuso

Na interpretação da terapia do esquema a pessoa pode estar envolvida num esquema

onde a desconfiança e o abuso direcionam as expectativas à realidade. Pode ser a sensação de que as pessoas vão de alguma forma tirar vantagem dela a qualquer momento.

Condicionalizada a vivências deste esquema a pessoa pode manter a expectativa de ser magoada e enganada de alguma forma. Então é possível que na tentativa de defesa a pessoa ataque primeiro.

Vergonha

A vergonha pode existir como percepção de que o outro não gosta de mim, não gosta do jeito que eu sou, e isso costuma ter ligação direta com a origem do esquema em que a pessoa se encontra e a faz se sentir carente.

Família, colegas de escola e outras pessoas próximas podem ter feito a pessoa se sentir feia, ruim, e aí chamamos atenção para a importância da comunicação entre pais e crianças: é importante que os pais prestem muita atenção em suas crianças e o jeito que falam com elas, as palavras podem tocar as crianças de modo muito profundo.

Algumas crianças crescem ouvindo “você é feia”, “não sabe fazer nada direito”, e outras sentenças que põem a autovalorização da criança em xeque, já que os familiares costumam ser a primeira referência do mundo para nós.

Dizer que alguém "é" feio, ou ruim ou seja o que for traz um peso que pode sedimentar uma identidade alienada para uma criança que poderá ter dificuldade em sair daquele esteriótipo repetido pelas pessoas próximas.

Uma dica é focar no comportamento se a criança faz algo errado, pois comportamentos são flexíveis, mas dizer a uma criança que ela é isso ou aquilo tem um peso para ela que não podemos saber de antemão.

Isolamento social

As pessoas se resignam a se isolar dos outros. Já que se foi abandonado(a) o jeito é criar alternativas para se viver isolado(a), racionalizam essas pessoas.

É possível que se critique todos, o mundo está errado, então o melhor é se preservar, não se mostrar, nem se aproximar de ninguém porque o resultado é sempre desastroso.

O foco da percepção está entre as diferenças pessoais e não no que nos une coletivamente. Da ideia de que não se pode confiar nos outros constrói-se a evitação de situações sociais. Quando a situação é inescapável a pessoa se torna um camaleão para ajustar-se às situações e aos outros.

Desconexão e rejeição

O pesquisador entendeu que esses "esquemas" normalmente têm suas raízes em uma infância conturbada ou abusiva - uma infância em que as necessidades básicas da criança não foram atendidas, e estilos de sobrevivência ou enfrentamento mal adaptativos foram adotados pela criança. Fora do ambiente doméstico e na vida adulta, esses estilos de enfrentamento e visões de mundo apresentaram mais problemas para os pacientes e para aqueles ao seu redor.

Esses pacientes, em muitos casos, se enquadram na definição de transtorno de personalidade.

Modalidades

Vários esquemas podem se unir para formar uma modalidade de estar no mundo, em especial para transtornos mais complexos como o borderline. Um destes modos é o da criança irritada e impulsiva, que envolve esquemas de abandono, privação, abuso. Essa modalidade é uma das encontradas em pessoas com diagnóstico borderline.

A modalidade Criança Irritada e Impulsiva

O modo infantil raivoso e impulsivo reflete a parte da criança que sabe que não teve suas necessidades satisfeitas - que sabe que sofreu injustamente.

O modo Criança Irritada expressa raiva sobre os maus-tratos e necessidades emocionais não satisfeitas que originalmente formaram seus esquemas - o abuso, abandono, privação, subjugação, rejeição e punição.

Em certo sentido, os(as) pacientes têm razão em ficar com raiva.

Esta modalidade pode ser ativada em situações nas quais haja ocasiões reais ou percebidas de privação, maus-tratos ou abandono.

O outro dilema é que, na situação da infância de muitos desses(as) pacientes, as expressões de emoções, especialmente raiva, e desejos eram proibidas.

Após explosões de raiva da criança, o pai poderia agir a partir de um modelo punitivo castigando a criança abandonada/abusada. Esses tipos de demonstrações de raiva podem ser seguidos por cortes ou outras formas de autopunição, à medida que pacientes repassam a dinâmica de sua situação familiar.



PSICANÁLISE E TRATAMENTO PARA NEUROSE DE ABANDONO

Para a psicanálise, segundo Germaine Guex, eminente pesquisador que escreveu um livro referência sobre o tema neurose de abandono, pode-se pensar em três indicadores que mostram quão bem a pessoa com neurose de abandono responderá ao tratamento: a intensidade e caráter do masoquismo, a intensidade e o caráter da agressividade e a capacidade de amar, em termos de capacidade recíproca mínima.

Masoquismo

O masoquismo é um item polêmico pois carece de interpretação inequívoca na psicologia, e biologia. Mesmo na prática analítica, muitas vezes se confunde masoquismo com a violência de impulsos que aparecem como antievolucionários e que são reunidos sob o nome de “masoquismo primário”, graças ao trabalho de Freud.

O masoquismo desempenha um papel central na neurose de abandono e suas muitas nuances.

Em determinados(as) pacientes se reconhece desde o início que o masoquismo é a reação primária e que, em contraste com suas tendências autodestrutivas, a análise oferece uma oportunidade para que a pessoa passe a desfrutar da vida, (re)adquirir uma capacidade de saborear suas alegrias e uma resiliência de caráter que é um bom presságio para tratamento.

Em outros(as) pacientes, ao contrário, parece que todo o dinamismo interior foi destruído e o sabor do prazer ou da alegria não existe. Aqui, o masoquismo parece ser constitucional, o que parece um absurdo do ponto de vista biológico, então não se converte em causa válida para entendermos o fenômeno.

Torna-se, então, uma questão de intuição e

prática monitorar se a intensidade e o aparente caráter constitucional desse masoquismo permitem ou não esperança de melhora.

Agressão

Embora a agressão não apresente o mesmo tipo de problemas biológicos e filosóficos que o masoquismo, do ponto de vista prático deve, no entanto, ser examinada da mesma maneira.

O que quer dizer que medimos os níveis de intensidade em cada caso e estabelecemos se a agressão é essencialmente reativa ou constitucional. Achados negativos nesses dois pontos são uma contraindicação menos definitiva para o tratamento analítico do que uma conclusão que verifica um forte masoquismo constitucional.

No entanto, diante de alguém cuja natureza está aparentemente ligada a altos níveis de agressividade, para alcançar um resultado positivo é essencial garantir a existência dos elementos analíticos colaborativos: inteligência, clareza de espírito, desejo de cura, ausência de um narcisismo excessivamente pesado, etc.

O terceiro ponto de consideração, não menos importante, Germaine chamou de capacidade de amar. Tal como acontece com a dotação de inteligência e potencial de atividade, parece certo que a capacidade de amar varia de um indivíduo para outro.

Neste caso, a dificuldade reside em trazer as possibilidades latentes do(a) cliente à fruição, em lugar da conformidade opressora com sua realidade presente.

Dado que a pessoa apresenta sintomas de neurose de abandono, isso permite a suposição a priori de que ele ou ela está sofrendo de alguns sentimentos poderosos.

No entanto, ainda precisamos conhecer as características dessa afetividade porque, no decorrer da análise, quem sofre com a neurose de abandono pode vir superar o passado e aceitar-se, ao mesmo tempo em que renuncia aos atuais pedidos de reparação em favor da atividade construtiva, que são a realização dessas possibilidades interiores latentes como compreensão e generosidade.

Sem o desenvolvimento dessas capacidades recíprocas, o narcisismo persistirá. O estereótipo de homem calculista e agudamente egocêntrico, e o da mulher avarenta permanecerão ativados, impossibilitando em diversas circunstâncias muito pouca emergência de generosidade. Esses casos são problemáticos analiticamente.

As conclusões sobre a adequação de alguém para o tratamento são baseadas diretamente nas observações desses três componentes essenciais: masoquismo, agressão e a capacidade de amar.

Ao decidir prosseguir, o prognóstico e a duração do tratamento podem ser definidos de forma aproximada. O perfil negativo repulsivo é tipicamente tratado por um período mais longo e tem um prognóstico menos favorável do que o positivo atrativo.

Com níveis naturalmente mais baixos de masoquismo e agressão, quem apresenta neurose de abandono na sua variável positiva atraente está, em sua maior parte, em melhor posição por causa da capacidade de amar.

Em contraste, o perfil negativo repulsivo enfrenta problemas de desenvolvimento que são, inevitavelmente, muito mais numerosos e difíceis de superar por causa da frugalidade emocional imposta a si mesmo e aos outros.

Técnica analítica

A sintomatologia da neurose de abandono revela que o ponto crucial do conflito deste quadro não reside no inconsciente, mas no ego. Aqui, a reação patológica está agrupada em torno de dois centros que dizem respeito diretamente ao ego: a capacidade de amar, incluindo seu método preferido, e as formas de defesa.

Depois de reunir uma impressão geral inicial da orientação do paciente, o analista irá orientar a pessoa, e não solicitar uma recontagem

continua da sua história neurótica, mas, sim, agir através de intervenções que incentivem a exploração da experiência atual e detalhes acessíveis e cotidianos da sua vida e impressões.

Esse material é usado para empurrar o(a) cliente implacavelmente para a análise dos dois pontos focais errôneos dessa neurose: a necessidade insaciável de amor e o medo que impulsiona a resistência. Essa estratégia analítica tem um objetivo duplo:

- O primeiro é proporcionar aos(as) abandonados(as) uma clara consciência de sua enfermidade e uma compreensão precisa de suas reações patológicas características, pois, mesmo em casos de extrema rapacidade emocional consciente, podemos estar mais ou menos seguros(as) de que os(as) pacientes não adquiriram de fato avaliação de sua condição real, já que o mundo externo será imediatamente responsabilizado como a única entidade responsável por suas falhas e sofrimentos.
- O segundo é que o(a) analista valorize os elementos habitualmente normativos do comportamento do(a) paciente, o que gradualmente fortalecerá o(a) cliente, assim também lhe inculcando um senso de responsabilidade.

É imperativo monitorar continuamente o senso pessoal de não valor da pessoa e seu desenvolvimento dentro da neurose.

Além disso, ao longo do trabalho clínico, o(a) psicanalista olhará com cuidado para a força de resistência do ego antes de fornecer ao(a) cliente interpretações que são difíceis de se lidar ou aceitar.

Em certos casos, devido a pouca saúde egoica da pessoa atendida é necessário iniciar a análise, ou talvez precedê-la, com um enriquecimento curativo do ego do(a) paciente, seja porque é virtualmente inexistente ou porque está debilitado ao ponto de não ter capacidade autossustentável.

Caso contrário, sem quaisquer sentimentos claros de valor e segurança, a pessoa não pode enfrentar eventos presentes dolorosos nem traumas passados.

É um estado de ser que pode desencadear a inibição no início do tratamento e, à medida que a ansiedade cresce, pode barrar qualquer incidência de euforia, como ocorre no tratamento de outras neuroses, além de deixar a pessoa quase completamente muda.

Tal eventualidade, além de inútil para o trabalho psicoterápico, tem o efeito adicional de iniciar um episódio depressivo que se torna cada vez mais passivo. Aqui, novamente, é crucial que o(a) analista intervenha, explique os traumas psíquicos intoleráveis do passado e fortaleça o ego destacando suas qualidades positivas.

Durante o curso da análise, antes de evocações particularmente dolorosas, pode ser necessário utilizar a mesma técnica, evitando assim bloqueios profundamente estéreis e destrutivos no(a) cliente, gerados por sentimentos extremos de inutilidade.

Por outro lado, se o analista demonstrar ativamente que o conhecimento do passado do paciente não interessa, exceto em termos de como ele pode afetar e modificar a vida no presente, a pessoa em análise, sacudida pelo hábito cansado da reclamação estéril, fica agitada e muitas vezes se revolta, temendo que o analista roubou a fonte indispensável de reclamação que alimenta o masoquismo da analisanda.

Porém, aos poucos, a pessoa passa a ver, e principalmente a sentir, tudo que diz respeito à sua vida passada de uma nova maneira. Assim, a emoção é mobilizada, permitindo sua descarga efetiva e trazendo à consciência os eventos ou situações reais que foram verdadeiramente traumáticas.

Transferência e utilização da nova relação analítica

Todas as neuroses causam alterações nas trocas familiares e sociais; com a ansiedade de abandono, descobrimos que relações problemáticas não estão apenas situadas no ponto da gênese neurótica, mas que permanecem um ponto central.

Para além da transferência o(a) cliente descobre a experiência de ser ouvido(a) e compreendido(a) na ausência de juízos críticos e a oportunidade de dizer e expressar tudo sem provocar reações agressivas ou abandono do(a) analista, cuja atitude e comportamento podem ser totalmente confiáveis em termos de consistência, igualdade e objetividade.

Um motivo ainda mais convincente, ao trabalhar com abandono, para utilizar a técnica ativa é que estes elementos valorizados nas relações têm maior propensão a emergir.

O(a) analista “ativo(a)” torna-se, por necessidade, menos impessoal e, portanto, mais próximo do cliente, apesar de ainda impor, rigorosamente, a regra de nunca permitir que partes da vida pessoal ou privada contaminem a análise.

Aos olhos do analisando, também parece gerar uma valorização muito maior do árduo trabalho que está sendo executado em seu nome pelo(a) analista, esforço que pode facilmente passar despercebido em alguém que é comprovadamente, ou mesmo sutilmente, passivo(a), fato do qual o(a) analisando(a) muitas vezes não tem conhecimento.

Tratamento durante crise

Durante a crise, todos os problemas terapêuticos podem ser muito dolorosos para o(a) abandonado(a) e críticos para o(a) analista, que deve empurrar o(a) cliente para uma redistribuição de energias, que, até então, "arrumava tudo" em função da necessidade de vingança ou reparação do passado.

Essa redistribuição é difícil. As satisfações adultas, que devem substituir os prazeres infantis, são escassas, não tendo sido suficientemente experimentadas. Ao falar de instigar essa redistribuição para um novo dinamismo, não se quer dizer que o analista sabe tudo e deve dar conselhos práticos.

Freud demonstrou que qualquer tentativa desse tipo é fútil e representaria mais um obstáculo para a recuperação da neurose de abandono. O que é necessário é que o analista

abra o caminho para a aspiração, permitindo ao(a) paciente ousar olhar para frente, enfrentar e lutar pelo que deseja, se o medo puder ser superado.



Conclusão

A neurose de abandono é mais do que apenas o medo de perder um ente querido ou experimentar uma separação.

Algumas pessoas são incapazes de lidar com a ansiedade relativa a relacionamentos e autovalor e tornam-se vítimas de um sentimento perene de ansiedade que assume traços patológicos, levando a dificuldades nos relacionamentos, ataques de pânico e até depressão.

A terapia do esquema avaliará o(a) cliente em termos de esquemas que apresentem durante as sessões iniciais, através de entrevistas e testes. A partir daí se delineará um tratamento para a neurose de abandono focando os esquemas mal adaptados exibidos e sua transformação em mecanismos mais positivos e bem adaptados. O trabalho se desenvolverá, preferencialmente, num espaço de tempo menor do que outras opções terapêuticas.

Na psicanálise o(a) profissional acolherá o(a) cliente sem realizar juízos ou promover ilusões de abandono procurando no relacionamento com a outra pessoa verificar as dinâmicas psíquicas envolvidas na construção e perpetuação de sua neurose de abandono.

Buscando o melhor tratamento para neurose de abandono? Entre em contato conosco para encontrar um(a) psicólogo(a) que pode lhe ajudar.

REFERÊNCIAS

LAPLANCHE, Jean; PONTALIS, Jean-Bertrand. Vocabulário da psicanálise. **Vocabulário da psicanálise**. 4° ed. Martins Fontes. 2016.

GUEx, Germaine. **The Abandonment Neurosis**. Routledge, 2018

Kellogg, S. H., & Young, J. E. (2006). Schema therapy for borderline personality disorder. **Journal of Clinical Psychology, 62(4)**, 445–458. doi:10.1002/jclp.20240

MARQUE SUA CONSULTA

ATENDIMENTO ON-LINE OU PRESENCIAL
NA REGIÃO DA AV PAULISTA.



Rua Bela Cintra, 968,
Consolação, São Paulo



(11) 3262-0621



(11) 99787-4512

SIGA-NOS NAS REDES



VISITE:

WWW.MARISAPSIKOLOGA.COM.BR



Psicólogos em São Paulo