

# Codependência e Tratamento familiar com a terapeuta de família Ângela Hollanda



# Codependência

é um termo da área de saúde usado para se referir a pessoas fortemente ligadas emocionalmente a uma pessoa com séria dependência física e/ou psicológica de uma substância (como álcool ou drogas ilícitas) ou com um comportamento problemático e destrutivo (como jogo patológico ou um transtorno de personalidade).

<https://codabrasil.org.br/>



# A família

é o primeiro e principal sistema afetado quando um dos membros familiares passa a fazer uso de drogas lícitas e/ou ilícitas, e tal comportamento acarreta conseqüências para a saúde de todos os envolvidos e a fragilização dos mesmos.



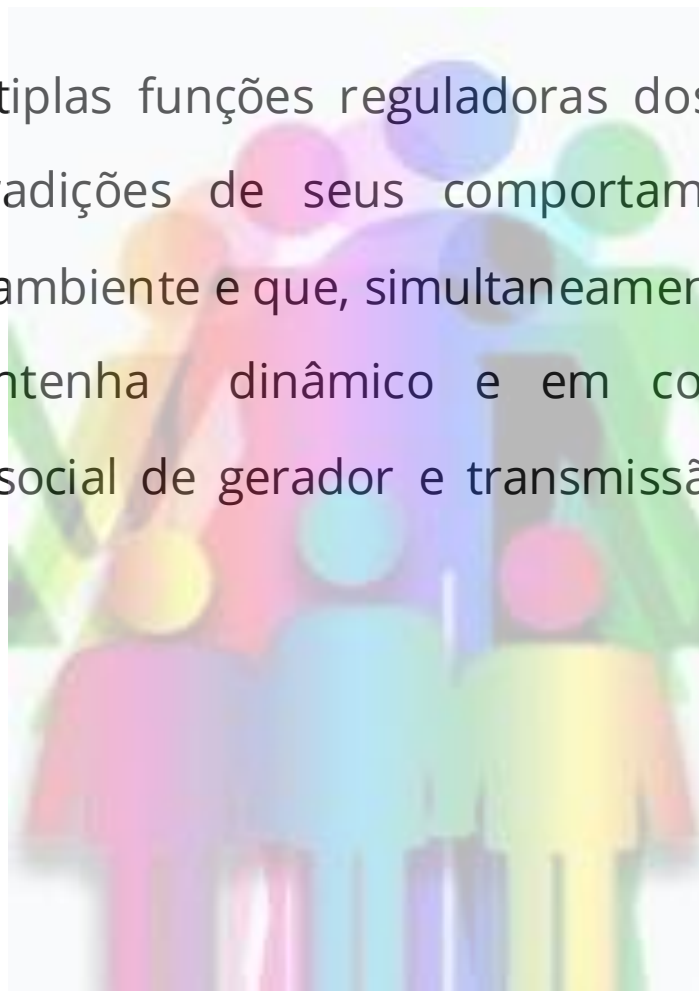
# A família

é um sistema aberto, cujos membros se relacionam, criam laços emocionais e compartilham suas histórias e experiências.



## **Ao se definir família,**

consideram-se as múltiplas funções reguladoras dos papéis assumidos por seus membros, contradições de seus comportamentos, afetos, tensões, conflitos presentes no ambiente e que, simultaneamente, contribuem para que esse sistema se mantenha dinâmico e em constante transformação, cumprindo seu papel social de gerador e transmissão de crenças, valores e tradições culturais.



## A família

de dependentes químicos vêm as consequências do alcoolismo, ou de qualquer outra droga, como problemáticas no âmbito dos relacionamentos interpessoais e sociais, dificultando o estabelecimento e a manutenção de laços afetivos.



## Os familiares

têm uma relação disfuncional entre si. É a codependência que se trata de uma condição na qual o indivíduo sofre prejuízos físicos, sociais, morais, legais e psicológicos na forma em que suas ações são dirigidas ao outro. (adaptação de Zampieri, 2004).



# Julgamentos e erros sobre Codependência

Fonte: CODA - Brasil

- **Codependência é uma doença mental?**

Codependência **não** é uma doença mental e não a desenvolvemos como se fosse uma doença. Codependência é um padrão de comportamentos que aprendemos para nos proteger da sensação de estar fora de controle.





# Julgamentos e erros sobre Codependência

Fonte: CODA - Brasil

- **Codependência só ocorre com as mulheres?**

Tanto os homens quanto as mulheres podem ser codependentes. Há uma crença de que apenas as mulheres estão sujeitas a sacrificar seu próprio bem-estar emocional para confortar os outros.

No entanto, apesar da aparência forte dos homens, eles também podem se tornar codependentes.



# Julgamentos e erros sobre Codependência

Fonte: CODA - Brasil

- **Apenas pessoas frágeis tornam-se codependente?**

Todo tipo de pessoa pode ser codependente, independente de seu intelecto, nível social ou força pessoal.



# Julgamentos e erros sobre Codependência

Fonte: CODA - Brasil

- **Codependência só ocorre em pessoas que se relacionam com dependentes químicos?**

Pode ocorrer em pessoas que lidam com dependentes químicos, compulsivos (jogos, alimento, sexo), pessoas que possui algum tipo de deficiência mental ou física, narcisistas, entre tantas outras.

Assistentes sociais, terapeutas, enfermeiros e outras profissionais que lidam com pessoas são propensos a desenvolver comportamentos codependentes.



# A Codependência

Fonte: CODA - Brasil

**ao mesmo tempo que causa sofrimento ela também pode ser fonte de auto-estima e fazer parte da identidade:**

“Muitas vezes, pensamos que somos a melhor pessoa do mundo porque agradamos aos outros e não a nós mesmos”.



## Sinais e sintomas

Considerar-se e sentir-se responsável por outra(s) pessoas(s) – pelos sentimentos, pensamentos, ações, escolhas, desejos, necessidades, bem-estar, falta de bem-estar e até pelo destino dessa(s) pessoa(s).



## Sinais e sintomas

Sentir ansiedade, pena e culpa quando a outra pessoa tem um problema.

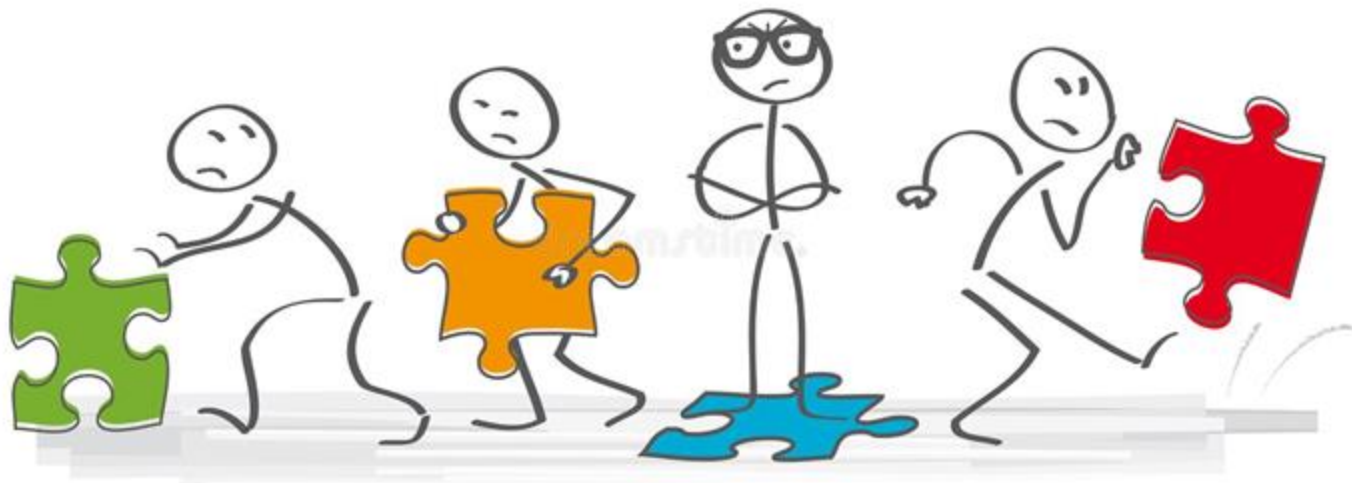
Ter raiva quando sua ajuda não é eficiente.

Comprometer-se demais.



## Sinais e sintomas

Sentir-se compelido – quase forçado – a ajudar aquela pessoa a resolver o problema, seja dando conselhos que não foram pedidos, oferecendo uma série de sugestões ou equilibrando emoções.



# Sinais e sintomas

Culpar outras pessoas pela situação em que ele mesmo está.

Dizer que outras pessoas fazem com que se sinta da maneira que se sente.

Achar que a outra pessoa o está levando à loucura.





## Sinais e sintomas

Sentir raiva, sentir-se vítima, achar que está sendo usado e que não sente sendo apreciado.



Achar que não é bom o bastante.

Contentar-se apenas em ser necessário a outros.

Nem toda forma de apoio, compreensão e altruísmo são problemáticas, eles podem ser muito úteis e importantes para o funcionamento da família, só se tornam problemáticos quando causam grande sofrimento aos envolvidos e não ajudam a resolver o comportamento patológico da pessoa-problema.



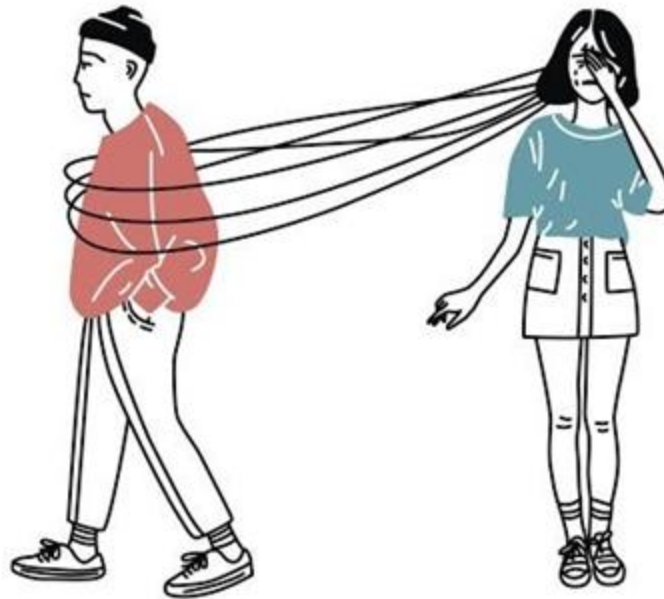
## Codependência tem tratamento?

Quando o codependente não suportar mais o convívio nem estar na condição de viver em função do outro e na medida em que sua saúde física se torna abalada, ocorre a indicação de tratamento.



## Quem é o codependente?

O codependente é aquele familiar que assume a atitude de cuidador obsessivo, controlador do comportamento do outro, levando a esquecer de si próprio.



## Quem é o codependente?

A família se culpa pelos comportamentos do DQ, que julga ser a família a causadora do seu comportamento inadequado.



# O tratamento da codependência

se dá além do acompanhamento psicológico, dos grupos de apoio anônimos, a literatura sobre o tema e a ajuda espiritual.



[www.alanon.org.br](http://www.alanon.org.br)



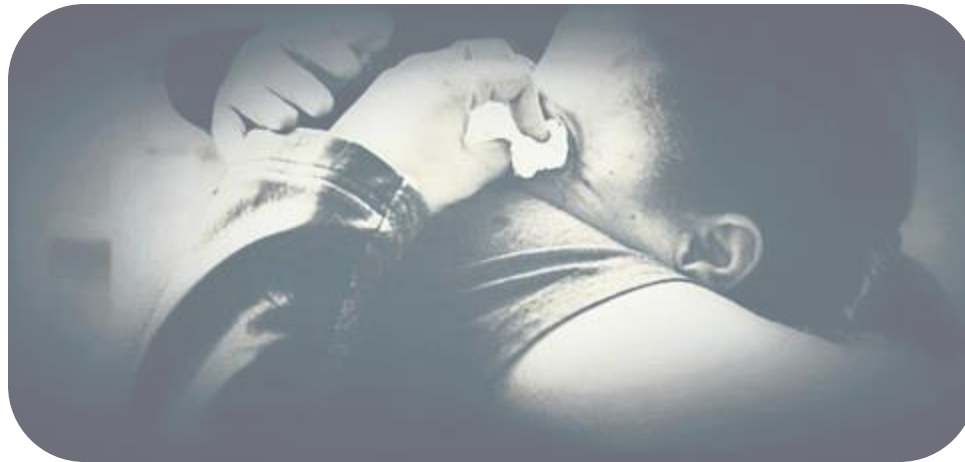
[www.naranon.org.br](http://www.naranon.org.br)



[www.codabrasil.org.br](http://www.codabrasil.org.br)

## Doença dos 3 Cs do familiar

não **C**AUSA



## Doença dos 3 Cs do familiar

não **C**ONTROLA





# Doença dos 3 Cs do familiar

não **C**URA



## O codependente deverá:

Identificar quais os principais aspectos psicológicos que estão relacionados com os dependentes químicos.



## O codependente deverá:

Aceitar ajuda se inserindo num grupo de apoio, que pode ser o Al-Anon, Nar-Anon ou CODA.



## O codependente precisa

aprender a estabelecer limites e se impor nas relações que estabelece, para que suas necessidades sejam atendidas com mais propriedade e poder entender que dizer "não" àqueles com quem estabelecem esse relacionamento codependente não trará conseqüências desastrosas (OLIVEIRA, 2004).



## As dificuldades enfrentadas pela família durante o tratamento do DQ:



- Problemas econômicos e legais;
- Adoecimento psíquico e físico;
- Interação social comprometida;

# As dificuldades enfrentadas pela família durante o tratamento do DQ:

- Dificuldade em lidar com os sentimentos emergentes;
- Predomínio da visão do modelo moral;
- Acesso à rede de atendimento à saúde.



# Características presentes na família de dependentes químicos

**Negação**



# **Características presentes na família de dependentes químicos**



**Extrema  
preocupação**



# Características presentes na família de dependentes químicos



**Desorganização**

# Características presentes na família de dependentes químicos



**Exaustão  
Emocional**

# O Tratamento na Clínica Jorge Jaber

- 1) Acolhimento inicial;
- 2) Anamnese familiar;
- 3) Programa familiar;
- 4) Terapia familiar;
- 5) Reinserção familiar.



## Referências:



- CODA Brasil - [www.codabrasil.org.br](http://www.codabrasil.org.br)
- Codependentes anônimos – CODA. (2004) Os 12 Passos – Uma perspectiva.
- Laranjeira R, Pinsky I, Zaleski M, Caetano R. I levantamento nacional sobre os padrões de consumo de álcool na população brasileira. Brasília: Secretaria Nacional Antidrogas; 2007.
- Jaber, J. A (2002). Alcoolismo. RJ: Editora Revinter.
- Bardin, L. (2000). Análise de conteúdo. Lisboa: Ed. Edições 70.
- Beattie, M. (2007). Codependência nunca mais. RJ: Nova Era.
- Calabria, O. P (2007). Dependência Química e liberdade: A filosofia e o tratamento da codependência. Revista Interações

**Obrigada!**

**[www.clinicajorgejaber.com.br](http://www.clinicajorgejaber.com.br)**