AJES - FACULDADE DO NORTE DO MATO GROSSO
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

ÉRIKA FERNANDA PEREIRA MAGALHÃES

A PROFECIA AUTORREALIZADORA RELACIONADA À INFIDELIDADE
CONJUGAL

GUARANTÃ DO NORTE - MT
2022

AJES – FACULDADE DO NORTE DO MATO GROSSO

ÉRIKA FERNANDA PEREIRA MAGALHÃES

**A PROFECIA AUTORREALIZADORA RELACIONADA À INFIDELIDADE
CONJUGAL**

Trabalho de Conclusão de Curso Obrigatório apresentado ao Curso de Bacharel em Psicologia da AJES - Faculdade do Norte do Mato Grosso, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia, sob a orientação da Profa. Dalila Mateus Gonçalves.

**GUARANTÁ DO NORTE – MT
2022**

AJES – FACULDADE DO NORTE DO MATO GROSSO

**MAGALHÃES, Érika Fernanda P. A PROFECIA AUTORREALIZADORA
RELACIONADA À INFIDELIDADE CONJUGAL.** AJES - Faculdade do Norte do Mato
Grosso, Guarantã do Norte – MT, 2022.

Data da defesa: ____/____/____.

MEMBROS COMPONENTES DA BANCA EXAMINADORA

Presidente e Orientador: Prof.^a Dalila Mateus Gonçalves.

Faculdade do Norte de Mato Grosso - AJES/GUARANTÃ

Membro Titular: Amanda Paula Tigre Weber

AJES/JUÍNA

Membro Titular: Luana Souza Matheus

AJES/JUARA

Local: AJES - Faculdade do Norte do Mato Grosso

AJES - Unidade de Guarantã do Norte – MT

DECLARAÇÃO DO AUTOR

Eu, **ÉRIKA FERNANDA PEREIRA MAGALHÃES**, DECLARO e AUTORIZO, para fins de pesquisa acadêmica, didática ou técnico – científica, que este Trabalho de Conclusão de Curso, intitulado, **A PROFECIA AUTORREALIZADORA RELACIONADA À INFIDELIDADE CONJUGAL**, pode ser parcialmente utilizado, desde que se faça referência à fonte e ao autor. Autorizo, ainda, a sua publicação pela AJES, ou por quem dela receber a delegação, desde que também sejam feitas referências à fonte e ao autor.

Guarantã do Norte – MT, 24 de novembro de 2022.

Érika Fernanda Pereira Magalhães

A PROFECIA AUTORREALIZADORA RELACIONADA A INFIDELIDADE CONJUGAL

Érika Fernanda Pereira Magalhães¹
Dalila Mateus Gonçalves²

RESUMO

As relações conjugais estão presentes na história desde os antepassados, com intuito de desenvolver vínculos sociais importantes para sobrevivência humana, contudo, com o tempo essas relações foram ganhando novas configurações, e o amor romântico passa a ser um ponto importante na criação dessas uniões. Com a inserção desse amor, passa a existir um sentimento de posse e controle do outro, aumentando as chances de conflitos, como fugas e traições. Assim, o presente artigo foi elaborado por meio de uma pesquisa qualitativa, com objetivo de correlacionar a profecia autorrealizadora com a infidelidade frequente em relações amorosas, investigar a maneira como o luto não elaborado de uma traição contribui para a incidência deste comportamento e analisar as suas consequências psicológicas. Para isso, foi realizado um levantamento de dados utilizando as bases *Pepsic*, *SciELO* e *PubMed* e relatos pessoais publicados em *blogs*. O trabalho foi construído com intuito de contribuir com os estudos da área acerca da infidelidade e da profecia autorrealizadora, propiciando conteúdos para terapia individual e de casal. A análise do material permitiu relacionar dentro da perspectiva da Terapia Cognitivo-Comportamental, o impacto da traição nos indivíduos e a possibilidade de que as crenças disfuncionais possam vir a ser facilitadoras da profecia autorrealizadora.

Palavras-chave: Profecia Autorrealizadora. Relações Amorosas. Infidelidade. Terapia Cognitivo-Comportamental. Crenças Desadaptativas.

ABSTRACT

Marital relationships are present in history since the ancestors, in order to develop important social bonds for human survival, however, over time these relationships have gained new configurations, and romantic love becomes an important point in the creation of these unions. With the insertion of this love, there is a feeling of possession and control of the other, increasing the chances of conflicts, such as escapes and betrayals. Thus, the present article was elaborated through a qualitative research, with the objective of correlating the self-fulfilling prophecy with frequent infidelity in love relationships, investigating the way in which the unprepared mourning of a betrayal contributes to the incidence of this behavior and analyzing its consequences. psychological consequences. For this, a data collection was carried out using *Pepsic*, *SciELO* and *PubMed* databases and personal reports published in *blogs*. The work was built in order to contribute to studies in the area about infidelity and self-fulfilling prophecy, providing content for individual and couple therapy. The analysis of

¹ MAGALHÃES, Érika Fernanda P.: Acadêmica do Curso de Bacharelado em Psicologia da Faculdade do Norte do Mato Grosso, Email: erika.academ@gmail.com

² GONÇALVES, Dalila Mateus: Professora e Coordenadora do curso de Bacharelado em Psicologia na AJES -Faculdade do Norte de Mato Grosso, e-mail: dalilag96@hotmail.com

the material allowed us to relate, within the perspective of Cognitive-Behavioral Therapy, the impact of betrayal on individuals and the possibility that dysfunctional beliefs may facilitate self-fulfilling prophecy.

Keywords: Self-fulfilling Prophecy. Love Relationships. Infidelity. Cognitive Behavioral Therapy. Maladaptive Beliefs.

1 INTRODUÇÃO

A sociedade ocidental, vê os relacionamentos como um precursor da construção de vida, que costuma ser compreendido como um suporte indispensável para as conexões sociais e o principal influenciador na tomada de decisões de alguns indivíduos. Um estudo realizado por Carpenedo e Koller em 2004, analisou as relações amorosas ao longo dos séculos por meio de cartas, que evidenciou como as relações se diferenciam entre si por elaborar configurações particulares entre os casais, ainda que se aproximem por terem em comum o sentimento de pertença e posse, onde desejam construir um vínculo que seja prazeroso e de longa duração.

Em companhia com os relacionamentos, sempre podemos nos encontrar com o termo *infidelidade*, que aparece construindo conflitos e causando grande impacto na crença dos indivíduos de um amor romântico e duradouro (ALMEIDA, 2012). Ainda que sejam fenômenos de grande relevância para os vínculos humanos, esses mecanismos pouco são elaborados em termos científicos de estudo social, sendo então, pouco compreendidos em seus conceitos amorosos e relacionais.

Grande parte dos comportamentos humanos são influenciados por crenças que reagem no organismo como regras para variadas situações. E essas expectativas podem ocasionar ou intensificar profecias autorrealizadoras, que é conceituada como um impulso rígido que afeta intimamente o comportamento contextual em que o indivíduo está inserido, fazendo com que aumente as chances de que aconteça aquilo que se crê temerosamente (ALMEIDA, 2014).

Visto que a infidelidade está cada vez mais frequente e as relações passaram a ser superficiais e de curto período, pois o medo de se empenhar ao outro e ser decepcionado é inviável em uma sociedade que não possui mais uma visão romantizada e utópica do amor, seria importante questionar a intensidade desse sentimento relacionado a uma profecia autorrealizadora em decorrência de uma série de relações amorosas finalizadas por traição?

Diante desse fato, o presente artigo trouxe uma pesquisa qualitativa que perpassa a historicidade das construções amorosas, desde seus primeiros conceitos até a liberdade das relações atuais, e a maneira como a profecia autorrealizadora pode estar presente nesses encontros possibilitando meios para a ocorrência da infidelidade, enfatizando as consequências da mesma para o desenvolvimento do indivíduo e complementando os conhecimentos científicos sobre as crenças disruptivas, que levam a profecia autorrealizadora.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Historicidade das Relações Amorosas

O amor encontra alegria na felicidade do outro, porque não é feito de posse, de matéria, mas de abnegação e doação. –
(Livro: Perdida: um amor que ultrapassa as barreiras do tempo, Carina Rissi)

Durante a Idade Antiga, a elite tinha seus relacionamentos arranjados e para a maioria das pessoas, o casamento era um meio para a sobrevivência, em que eles se uniam com acordos matrimoniais para contribuir com suas riquezas, dando ênfase a famílias de grande porte social. Os sentimentos não eram uma prioridade, sendo desejado a construção deste durante os anos de casamento por meio da abnegação e doação das mulheres ao seu marido, o foco principal era a estabilidade e a posição social (CARPENEDO, KOLLER, 2004).

No período da Idade Média, existia grande influência da religião, onde o amor era destinado exclusivamente a Deus e encontrado apenas diante do matrimônio. O sexo era permitido somente dentro do casamento apenas para a procriação, o desejo e o prazer eram reprimidos pelos casais por ser visto pela igreja e sociedade como algo pecaminoso e repulsivo (ALMEIDA, DEL VECCHIO, LOURENÇO, 2015).

Esse contexto começou a mudar durante a Idade Moderna, período em que se começou a questionar sobre a instituição do casamento diante da insatisfação desse amor rígido, buscando o direito ao prazer e a um amor livre de culpa e pecado. Esse período foi marcado por grandes mudanças: a revolução industrial que trouxe maior independência para os indivíduos; o fortalecimento das ciências; a visão do homem como um ser de poder sobre si mesmo e suas escolhas, todas essas alterações contribuíram para possibilitar novos rumos para os relacionamentos amorosos (ALMEIDA, DEL VECCHIO, LOURENÇO, 2015).

No século XX, entre o término dos anos 60 para início dos anos 70, a descoberta da pílula anticoncepcional facilitou a desconstrução da imagem de uma mulher existente apenas para a procriação, e contribuiu com a autonomia de seu corpo e de sua sexualidade. Isso possibilitou um espaço possível de experimentos dos seus prazeres sexuais, aumentando os casos de sexo antes do matrimônio e diminuindo o peso da ideia de pecado (KEHL, 2016).

Com o advento da pílula anticoncepcional, modificaram-se as configurações familiares. A possibilidade de escolha em relação ao parceiro afetivo-sexual e o controle de natalidade diminuíram a incidência de casamentos e viabilizou que as famílias esperassem para ter filhos. Com esse novo formato, surgiu o termo *ficar* que começa a ser usado com frequência ao representar relações de curto período de contato físico e afetivo, deixando de lado o desejo por um vínculo de longa duração e até mesmo a construção de amor, o objetivo central era o prazer e a sedução. O “ficar” é utilizado para obter intimidade sem que se comprometa realmente um ao outro, ao mesmo tempo que se está próximo, também está relativamente longe (CHAVES, 1993).

Essas relações temporárias são frequentes entre os jovens e não existe a necessidade de se ter qualquer vínculo anterior, ela existe sendo independente. Uma crítica constante ao ato está na trivialização das relações, que podem causar mais conflitos por não construírem compromissos ou conexões de uma das partes e ocasionar frustração em um ou ambos (MATOS; FÉRES-CARNEIRO; JABLONSKI, 2005).

Escute, mas não acredite. Beije, mas não se apegue. Olhe, mas não se apaixone. Se jogue, mas não se machuque. (Patrícia Wilker)

Chaves (1993) ressalta que a necessidade de evitar a solidão e a carência é saciada com o ficar, pode ser optado como um meio para conhecer pessoas novas, melhorar uma amizade, alavancar a autoestima, a sensualidade, se reconectar ou manter conexão com pessoas do passado como antigos relacionamentos, sem que exista a necessidade de um compromisso, e assim evitar as possíveis frustrações de um relacionamento romântico. Deste modo, o ficar passa a ser vinculado à autossuficiência, independência emocional e pela segurança de ser só.

Na pós-modernidade, a característica principal são relações mais abertas e ativas, definidas como amor confluyente, em que o compromisso do “para sempre” não é interessante. Partindo da premissa de conveniência, enquanto o outro é atrativo e útil a relação se mantém,

mas, a partir do momento que deixa de satisfazer, o indivíduo é rapidamente descartado e substituído (GIDDENS, 1993; BAUMAN, 1998; BIRMAN, 2000).

O período da liquidez das relações, trouxe uma visão de seres insignificantes, visto que, a beleza e os atributos físicos são mais relevantes do que o caráter e a personalidade. O conhecer é superficial e breve, apenas as qualidades são consideradas e a qualquer sinal de defeito o indivíduo se torna irrelevante (BAUMAN, 1998).

Por conseguinte, a vida amorosa passa a ser mais complicada de se manter dentre as possibilidades do descarte. Grandes são os impactos de uma sociedade líquida, ocasionando medo, frustração, ansiedade e receio em ter sentimentos profundos por alguém e se relacionar de modo duradouro (BAUMAN, 1998; BIRMAN, 2000).

Com o avanço tecnológico, a internet passou a ser um novo meio para encontrar e manter relações amorosas através de aplicativos de conversa como *Orkut*, *Facebook*, *Messenger*; e também aplicativos de encontros como *Badoo*, *Tinder*, *Grindr*; entre outros, o contato inicial que anteriormente era obtido através de encontros aleatórios em baladas, festas, reunião de amigos, passou a ser realizado virtualmente (BEN-ZE'EV, 2004).

O romance foi por muito tempo a característica principal das relações, sendo expressado por meio de cartas, declarações, presentes, e em geral, grandes demonstrações de amor. Atualmente algumas dessas manifestações de afeto passaram a ser simbolizados através de elementos digitais, como pequenos textos acompanhados de figurinhas, *gifs* e *emojis*, que nem sempre são capazes de expressar os sentimentos e emoções humanas com a mesma qualidade de uma conversa pessoalmente (ALMEIDA, VECCHIO, LOURENÇO 2015).

Ainda que muitas mudanças tenham acontecido, Almeida, Vecchio e Lourenço (2015) trazem que algumas pessoas demonstram insatisfação. Assim, a frustração costuma vir após depositar no outro e no relacionamento a responsabilidade de ser a *outra metade* que tanto se é dito na mídia, e o desejo de a felicidade vir do encontro com outro, e não a si próprio.

É investido muito mais tempo a procura desse amor ideal, do que em mantê-lo e construí-lo, a busca constante para que o vazio próprio seja completado por outro, causando uma carga de responsabilidade e ansiedade quase impossível de suportar (ALMEIDA, VECCHIO, LOURENÇO 2015). Concomitantemente, Goldenberg (2001), acredita que o homem jamais vai se sentir pleno diante de um relacionamento, pois a insatisfação é inerente ao ser humano, portanto, buscar e almejar a famosa *alma gêmea*, pode ser um caminho repleto de decepções.

Se a química é perfeita, não importa quantas ligações nós fazemos. - Daniel Brito

Outrossim, os relacionamentos atuais se encontram em diversas configurações, ainda que a monogamia seja a principal, existem outras possibilidades, como o poliamor que fornece uma relação com mais de uma pessoa ao mesmo tempo sendo íntima, afetiva e consensual; as configurações de trisais, sendo um relacionamento triplo onde todas as partes se relacionam; o swing que é uma configuração de troca de casais com ambos os parceiros presentes na ação; e os relacionamentos abertos, onde se mantém uma relação afetiva de fidelidade, mas uma relação sexual livre para o encontro de outros parceiros. As pessoas se encontram com diversas concepções de relacionamentos ao longo da vida, e cabe a cada indivíduo verificar em qual contexto cabe a seus desejos e necessidades (SILVÉRIO, 2018).

2.2 O Impacto da Infidelidade

A traição machuca igual, independentemente do nível – Todas as suas im-perfeições, Colleen Hoover

A infidelidade, traição, adultério, são temáticas de forte peso para sociedade, causando conflitos nas relações presentes e no planejamento de futuras. Os conceitos adquiridos são diversos, alguns autores como Goetz e Causey (2009) e Alleen et al. (2005) trazem uma diferenciação entre a infidelidade sexual de uma emocional, sendo a última cada vez mais considerada pela sociedade, pois engloba aspectos afetivos de uma relação sem contato sexual em si.

O Código Civil de 2002, no artigo 1573, define o adultério ao ato carnal obtido fora do casamento, sendo necessário que o ato sexual esteja envolvido. Portanto, não abarca as relações afetivas sem envolvimento físico. Ainda que a fidelidade seja, judicialmente, um dever matrimonial, ela não é vista como um crime em si segundo a constituição. Já o autor Brand et al. (2007), defende a infidelidade como quaisquer atos de envolvimento a outro que não o parceiro, seja de cunho romântico ou carnal, sem definir um limite específico de tempo, podendo ser apenas um flerte de curto período ou um caso a longo prazo.

Uma traição pode causar diversas alterações psíquicas no indivíduo, o autor Rachman (2010), interpreta a traição como uma ação consciente e intencional de alguém que anteriormente era esperado fidelidade e lealdade, e traz uma classificação com cinco tópicos

da traição, sendo: (a) quebra de sigilo de informações confidenciais de alguém que comunicou o conteúdo secreto; (b) deslealdade no âmbito moral, como a quebra de um vínculo criado; (c) infidelidade no quebrar acordos em relacionamentos amorosos; (d) desonestidade, ao expor mentiras ou omitir verdades; e (e) a falha em ofertar apoio e ajuda de alguém que se espera. O caráter classificatório não impede que os tipos de traições estejam presentes simultaneamente.

Dentro de um ambiente social, é necessário levar em consideração os aspectos subjetivos de cada sujeito, portanto, ele interpreta e configura a relação e seus acordos da maneira como achar mais adequado. Diante dessa individualidade, estará o nível do dano causado, pois temos a infidelidade como a quebra de um acordo entre os parceiros, seja qual for o compromisso estabelecido (RACHMAN, 2010).

Em 2019, cerca de 275 brasileiros fizeram parte de um estudo online realizado por Costa et al. para identificar quais eram as motivações por trás de suas traições. As respostas obtidas giravam em torno da insatisfação e desgaste na relação com o parceiro, o desejo de suprir a carência, o medo de que estivesse sofrendo traição, a falta de empenho na relação e por vingança a algum comportamento anterior do parceiro.

Diante dos estudos de Goldenberg (2013), foi notória a diferenciação entre as motivações femininas e masculinas. Os homens relataram que o trair estava intrínseco ao ser homem, sendo uma necessidade de o sexo masculino estar com mais de uma parceira, utilizaram como justificativa o fato de ter atração física, tesão, oportunidade e instinto, enquanto que as mulheres relataram que os principais motivadores eram a falta de compromisso e interesse do parceiro, a necessidade de melhorar autoestima e por vingança. Portanto, é visível a presença da infidelidade dentro das relações amorosas, que, por se tratar de um conteúdo subjetivo, as consequências são sempre ambíguas e múltiplas, valendo de diferentes intensidades a cada configuração de acordo, interpretação e elaboração do ato.

2.3 Profecia autorrealizadora

Os primeiros estudos sobre a profecia autorrealizadora foram trazidos por psicólogos que se impressionaram com o cavalo Clever Hans, que por volta de 1911 causou impacto a todos que o conheciam por ser capaz de ler, responder questionamentos pessoais, soletrar palavras e solucionar problemas aritméticos por meio das batidas de sua pata no chão. O psicólogo Oskar Pfungst iniciou os estudos no comportamento do equino e concluiu que o mesmo não era capaz de responder questões que seu dono não sabia, e errava mais do que

acertava quando o dono não estava presente, concluindo então que ele estava sendo minimamente influenciado pelos comandos involuntários de seu dono.

Pfungst trouxe que, a plateia incentivava tanto quanto o dono, pois, quando faziam uma pergunta para o cavalo, todos esperavam ansiosamente que ele respondesse o certo, então na medida que o cavalo batia a pata ao se aproximar da resposta correta o público confirmava com a cabeça, mostrava expectativa e admiração, contribuindo para que ele fosse condicionado a responder adequadamente usando os sinais como estímulos inconscientes e sutis.

"Alguém profetiza um evento, e a expectativa do evento muda o comportamento de quem fez a profecia de tal modo que torna a profecia mais provável" (Rosenthal, 1966, pág. 196).

A expectativa que se tem de uma pessoa pode levar com que ela se comporte de modo a confirmar o que esperamos dela, pois é como se inconscientemente criássemos caminhos para que aquele comportamento seja o único viável, e ao se realizar, aumenta e fortalece a crença que se tinha anteriormente (BRITTO, LOMONACO, 1983)

Diante do estudo realizado, será possível que o luto de uma traição não elaborado adequadamente, reflete na ativação inconsciente de uma nova traição, confirmando a profecia autorrealizadora do indivíduo de ser insuficiente e induzindo a diminuição da qualidade das relações amorosas?

Para responder a esta pergunta, esta pesquisa tem como objetivos: (1) investigar como o luto não elaborado de uma traição pode influenciar a profecia autorrealizadora; (2) analisar como a profecia autorrealizadora favorece a infidelidade; (3) ponderar as consequências psicológicas advindas da profecia autorrealizadora e da infidelidade.

3 METODOLOGIA

O artigo foi elaborado por meio de revisão qualitativa. A pesquisa consiste na análise de informações de um tema específico com intuito de compreender algum evento, os dados podem ser encontrados em instrumentos narrativos como diários, entrevistas e entre outros (CLANDININ, CONNELLY, 2000 *apud* PAIVA, 2018). A pesquisa qualitativa é um método de análise mais profunda com pouco ou nenhum dado estatístico (SHAUGHNESSY, ZECHMEISTER, ZECHMEISTER, 2012). Assim, esse método foi escolhido a fim de ter

maior liberdade de investigação, e ser mais viável na percepção e análise das variáveis a serem estudadas.

Os dados da pesquisa foram realizados utilizando as bases de dados Pepsic, Scielo e PubMed. Os critérios de inclusão foram: artigos em português e inglês disponíveis na íntegra e gratuitos, livros, e relatos de casos disponíveis em blogs, não houve limitações de ano em todo o material. As palavras-chave utilizadas durante a busca foram: Profecia Autorrealizadora; Relações Amorosas; Infidelidade; Terapia Cognitivo-Comportamental; Crenças Desadaptativas.

É importante enfatizar que por ser uma revisão de caráter narrativo, demonstra-se com uma perspectiva pessoal e crítica que pretende analisar as pesquisas sem causar generalizações. Visto que, o ser humano é subjetivo e possui um sistema de crenças único, sendo capaz de o mesmo evento ser interpretado de maneiras distintas por pessoas diferentes.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante a análise, grande parte dos artigos encontrados relataram as graves consequências advindas da infidelidade, tanto de modo relacional quanto pessoal, enfatizando a dificuldade de se entregar e confiar novamente em outras relações após a quebra de vínculo anterior, apenas um artigo utilizou o ciúme como uma profecia autorrealizadora para a traição. Foi encontrado em alguns livros a importância da elaboração adequada do luto desse período para que não se sustentem crenças disfuncionais durante as relações afetivas. Os relatos pessoais foram encontrados em blogs, que foram utilizados na pesquisa como corpus empírico, para complementar na prática a fala dos autores sobre o impacto causado pela infidelidade.

De acordo com Casellato (2015), a infidelidade expõe uma quebra de vínculo, de compromisso e de confiança que produzem reações físicas, psicológicas e psicossociais, podendo ser semelhante aos sintomas de um transtorno de estresse pós-traumático, ideação suicida, depressão e desesperança a relacionamentos. O sentimento de rejeição e humilhação são frequentes, por se tratar da quebra de um compromisso público e privado, realçando a insuficiência do sujeito, ferindo o Eu daquele que foi traído.

Descobri que ela mantinha contato com um homem casado e chegou a mencionar em uma das mensagens que ele era o “grande amor da vida dela”. Achei estranho, fiquei sem saber o que fazer, pois não conseguia acreditar que a pessoa que dizia que me amava, estivesse fazendo aquilo. (...) Deste dia em diante minha vida virou.

Comecei a entrar em uma profunda depressão, perdi meu trabalho por uma atitude infeliz o que só piorou minha situação e me vi longe da família, dos amigos, sem trabalho, com dívidas. – Relato extraído do blog Palavras, Todas Palavras

A quebra da fidelidade ocasiona múltiplas perdas ao parceiro, que ao ser traído precisa lidar com o luto do relacionamento idealizado, da sensação de ser suficiente a um outro alguém e muitas vezes de sua posição social. É importante destacar o luto de um estereótipo social, principalmente em relações de longo prazo, visto que, os vínculos estabelecidos já tinham no casal uma identidade conjunta (FIGUEIREDO, SOUZA, 2015).

Para que essas perdas sejam combustíveis para situações positivas como a maturidade, a aceitação e o autoconhecimento, o indivíduo precisa estar disposto a elaborá-la da maneira correta. Ele apenas conseguirá isso permitindo-se passar por todas as etapas do luto, e desconstruí-lo diante de compreensão e reflexão, levando em conta que o seu Eu não pode deixar de existir pela quebra de um vínculo.

A não elaboração adequada pode contribuir para uma série de pensamentos automáticos voltados a crenças de insuficiência. Sendo, então, extremamente penoso ao indivíduo lidar com um parceiro fiel que foi anulado, que é inalcançável de forma completa, embora partes dele permaneçam presentes, pois a traição não é capaz de apagar as lembranças boas e ruins que tiveram juntos (FIGUEIREDO, SOUZA, 2015).

Se os parceiros decidem que querem continuar com a relação, ainda existe a necessidade de trabalhar o luto desse relacionamento marcado pela infidelidade, pois a segurança e a confiança anterior podem demorar anos para ser reconstruído, da mesma maneira, se a relação terminar, o indivíduo pode passar por um longo período até que consiga se entregar novamente a um novo relacionamento, pois os sintomas ocasionados pela traição podem persistir por muito tempo, até que o processo seja adequadamente elaborado (CASELLATO, 2015).

“Acho que a angustia de um dia ter passado por uma traição vai sempre existir dentro de mim, e a sensação de ter sido uma idiota também. A dor está passando, mas as cicatrizes sinto que serão eternas. Estou deixando o tempo ser a melhor solução, acredito que vou descobrir se realmente ainda existe amor”. - Relato extraído do blog Palavras, Todas Palavras

O impacto da rejeição e insuficiência que ocorre diante de uma traição pode ser prolongado por anos, fazendo com que a pessoa que foi traída sempre espere o momento que ocorra um novo caso de infidelidade assim que se inicia um relacionamento.

A terapia cognitivo-comportamental é uma abordagem terapêutica que parte do princípio de que os pensamentos disfuncionais são uma base comum para todos os transtornos psicológicos, focalizando o trabalho nas crenças centrais que conseqüentemente estão ligados a emoção e ao comportamento do paciente (BECK, 2013).

As crenças são construtos obtidos na infância sobre o funcionamento de si, do outro e do mundo, de modo tão inconsciente que é interpretado como um fato fixo e imutável, estão separadas em categorias de desamor, desamparo e desvalor. Por conseguinte, sem acompanhamento terapêutico para criar padrões funcionais de pensamento a pessoa passa a viver sob essas lentes e tende a levar em consideração apenas o conteúdo que confirma sua crença, sendo constantemente alimentado pelos pensamentos automáticos, que são imagens ou frases que reforçam o conteúdo central (WRIGHT, BASCO, THASE, 2008).

Suponhamos que André³ tenha uma crença nuclear disfuncional de desamparo, poderá ter pensamentos automáticos frequentes como “ninguém vai me amar”, “eu nunca saberei o que é ter uma boa relação”, “ele/ela vai procurar alguém melhor do que eu”, “serei abandonado”, “nunca serei bom o bastante”, que ao se ver em um relacionamento, só conseguirá levar em consideração os aspectos imperfeitos, as características que possam confirmar que seus pensamentos são reais e passará a ignorar as evidências contrárias ao seu esquema cognitivo. O indivíduo constrói a realidade de modo inconsciente para reafirmar seu conflito interior, que no caso do exemplo citado, era o de desamparo.

Se André entrar em um relacionamento e acabar descobrindo uma traição, esse fato será interpretado como uma evidência de que seus pensamentos automáticos anteriores estavam certos e que isso se repetirá em todas os seus relacionamentos, fazendo com que ele experimente emoções negativas como a tristeza, desesperança, frustração e poderá se engajar em comportamentos desadaptativos.

Assim, por não elaborar seus pensamentos disfuncionais pode acabar criando uma situação de profecia autorrealizadora ao se concentrar mais nos riscos e indícios até mesmo irrealistas de traições, no qual se encontra repetindo os padrões disfuncionais que reforçará sua crença. Sem que se realize um acompanhamento terapêutico para quebrar esse ciclo, dificilmente o indivíduo terá um bom relacionamento, vendo a situação se repetir com pessoas diferentes e sem compreender as razões para estar constantemente nesse conflito.

Cardoso e Del Prette (2017), trazem que a capacidade de se manter em um bom relacionamento parte da habilidade do indivíduo de resolver conflitos, de se comunicar,

³ Nome fictício para criar um exemplo de situação disfuncional.

expressar suas emoções, ter autorregulação e habilidades sexuais, de modo que essas habilidades sirvam como mecanismo de proteção para os conflitos nos relacionamentos, trazendo a satisfação para os casais.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo teve como objetivo investigar como uma traição pode influenciar uma profecia autorrealizadora e analisar como poderia favorecer outros eventos de infidelidade. O debate analisou também como a terapia cognitivo-comportamental analisa essas relações de forma teórica e técnica.

Assim, pode-se destacar as consequências graves da quebra de confiança entre casais, de tal modo a modificar os conceitos de relações, ocasionando medo e insegurança para futuros vínculos. As crenças centrais são reafirmadas e o indivíduo pode passar a esperar que o evento se repita ao ponto de criar mecanismos inconscientes que facilitem a repetição do ato indesejado, como a profecia autorrealizadora.

As limitações da pesquisa partem do princípio de que cada ser humano é único e possui um sistema de crenças e esquemas completamente distintos um dos outros, assim como seus comportamentos. Uma situação como a traição pode ser interpretada por um como “ninguém gosta de mim” ao ponto de que para outro pode ser vista como “eu merecia algo melhor”, diferenciando os comportamentos futuros de cada um. No primeiro exemplo, as chances de que uma profecia autorrealizadora se instale é maior que no segundo.

Poucas são as pesquisas na área, dificultando a possibilidade de escrita científica, sugere-se que os futuros estudos realizem testes com casais que estão em processo de terapia a longo prazo e compare com aqueles que não o fazem, relacionando a insegurança e o histórico de infidelidade, afim de esclarecer a influência das crenças adaptativas e desadaptativas para um relacionamento saudável.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALLEN, E. S. et al. “Intrapersonal, interpersonal, and contextual factors in engaging in and responding to extramarital involvement”. **Clinical Psychology: Science and Practice**, v. 12, 2005, p. 101 -30. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/227543617_Intrapersonal_Interpersonal_and_Contextual_Factors_in_Engaging_in_and_Responding_to_Extramarital_Involvement Acesso em 12 Set 2022.

ALMEIDA, T. d. O ciúme romântico atua como uma profecia autorrealizadora da infidelidade amorosa? **Estudos de Psicologia**, 29(4). Campinas 2012. Disponível em: [https://www.scielo.br/j/estpsi/a/HRyMWSBr9bzspjzFrpLhsTt/?lang=pt&format=pdf#:~:text=Os%20resultados%20indicam%20que%3A%20\(1,p%3C0%2C05\)](https://www.scielo.br/j/estpsi/a/HRyMWSBr9bzspjzFrpLhsTt/?lang=pt&format=pdf#:~:text=Os%20resultados%20indicam%20que%3A%20(1,p%3C0%2C05).). Acesso em: 19 Ago 2022.

ALMEIDA, T. DEL VECCHIO, T. C. LOURENÇO, M.A. O desenvolvimento das relações amorosas: do início século XX até os dias de hoje. In: Relacionamentos amorosos: o antes, o durante e o depois. ALMEIDA, T. (org). p 352. São Paulo: PoloBooks, 2015.

BAUMAN, Z. **Amor líquido**: sobre a fragilidade dos laços humanos. Tradução de Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2004. p. 86.

BEN-ZE'EV, A. **Amor em linha**: emoções na Internet. Cambridge: Cambridge University Press, 2004.

BIRMAN, J. **Mal-estar na atualidade**: a psicanálise e as novas formas de subjetivação. 2. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira. 2000.

BRASIL. Lei nº 10.406 de 10 de janeiro de 2002, Artigo nº 1. 573. Institui o Código Civil. Disponível em: <https://www.jusbrasil.com.br/topicos/10625564/artigo-1573-da-lei-n-10406-de-10-de-janeiro-de-2002> Acesso em: 22 Set 2022

BRAND, R. J. et al. "Sex differences in self-reported infidelity and its correlates". *Sex Roles*, v. 57, maio 2007, p. 101 -09. Disponível em: <https://labs.la.utexas.edu/buss/files/2015/09/forgiveness-or-breakup-2002-cog-and-emo.pdf> Acesso em 22 Set 2022

BRITO, D. Frases sobre Químicos: Poliamor. Mensagem Online, 2022. Disponível em: <https://mensagem.online/464020-poliamor>. Acesso em 10 Set 2022.

BRITTO, V. M. V. LOMONACO, J. F. B. Expectativa do professor: Implicações psicológicas e sociais. **Psicol. cienc. prof. [online]**. Instituto de Psicologia/USP, 1980. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98931983000100005. Acesso em: 22 Set 2022.

BECK, J. S. **Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática**. 2 ed. Porto Alegre: Artmed, 2013

CASELLATO, G. Luto não reconhecido: o fracasso da empatia nos tempos modernos. In: _____ (Org.). O resgate da empatia: suporte psicológico ao luto não reconhecido. São Paulo: Summus, p. 15-28, 2015.

CARPENEDO, C. KOLLER, S. H. Relações amorosas ao longo das décadas: um estudo de cartas de amor. **Interação em Psicologia**, 8(1), p. 1-13. Rio Grande do Sul, 2004. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/3234>. Acesso em: 19 Ago 2022.

CARDOSO, B. L. A. DEL PRETTE, Z. A. P. (2017). Habilidades sociais conjugais: Uma revisão da literatura brasileira. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**,

19(2), 124-137. Disponível em:
<https://rbtcc.webhostusp.sti.usp.br/index.php/RBTCC/article/view/1036> Acesso em: 21 Ago 2022

CHAVES, J. C. “**Ficar com**”: um novo código entre jovens. Rio de Janeiro: Revan, 1994. p. 154.

COSTA, C. B. da et al. Infidelidade na perspectiva de homens e mulheres. **Pensando fam.**, Porto Alegre, v. 23, n. 1, p. 3-18, jun. 2019. Disponível em
<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2019000100002&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 17 Set 2022.

FIGUEIREDO, A. C. C. SOUZA, R. M. d. As perdas ambíguas e a infidelidade conjugal. In: CASELLATO, G. (Org.). **O resgate da empatia**: suporte psicológico ao luto não reconhecido. São Paulo: Summus, p. 15-28, 2015.

GIDDENS, A. **As Consequências da Modernidade**. 2 ed. 1991. São Paulo: Unesp.

GOLDENBERG, M. Sobre a invenção do casal. **Revista Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v.1, n. 1, 2001. Disponível em:
<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revispsi/article/view/7693> Acesso em> 28 Ago 2022.

GOETZ, A. T.; CAUSEY, K. “Sex differences in perceptions of infidelity: men often assume the worst”. **Evolutionary Psychology**, v. 7, n. 2, 2009, p. 253 -63. Disponível em:
<https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/147470490900700208> Acesso em: 02 Set 2022.

GOLDENBERG, M. (2013). Relações amorosas e conjugalidades: Amor, casamento e fidelidade na cultura brasileira. **Gênero na Amazônia**, 3, 13-24. Disponível em:
<http://www.generonaamazonia.com/edicoes/edicao-3/Artigos/Artigo1-Mirian.pdf> Acesso em: 28 Set 2022.

HAACK, K. R., FALCKE, D. (2013). Infidelid@de.com: Infidelidade em relacionamentos amorosos mediados e não mediados pela Internet. **Psicologia em Revista**, 19(2), 305-327. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/per/v19n2/v19n2a11.pdf>. Acesso em: 28 Set 2022.

HOOVER. C. Todas as suas im-perfeições. Rio de Janeiro: Galera Record, 2019.

KEHL, M. R. As duas décadas dos anos 70. In: RISÉRIO, A. et al. **Anos 70: trajetórias**. São Paulo: Iluminuras, 2006. p. 31-37.

MATOS, M., FÉRES-CARNEIRO, T., JABLONSKI, B. Adolescência e relações amorosas: Um estudo sobre jovens das camadas populares cariocas. **Interação em Psicologia**, v. 9, n. 1, p. 21-31, 2005. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/3283>. Acesso em: 22 Ago 2022.

MULHERES TRAÍDAS/depoimentos. Palavras, Minhas Palavras: Arte e Cultura, 2008. Disponível em: <https://palavrastodaspalavras.wordpress.com/mulheres-traidasdepoimentos/>. Acesso em: 21 Set 2022.

PAIVA, V. L. M. O. e. A pesquisa narrativa: uma introdução. **Revista Brasileira de Linguística Aplicada** [online]. 2008, v. 8, n. 2. p. 261-266. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1984-63982008000200001>. Acesso em: 17 Ago 2022.

RACHMAN, S. J. Betrayal: A psychological analysis. **Behaviour Research and Therapy**, 48(4), 304-31, 2010 Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0005796709002848?via%3Dihub> Acesso em: 20 Ago 2022,

ROSENTHAL, R., & JACOBSON, L. **Pygmalion in the classroom: teacher expectations and pupil's intellectual development**. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1968.

PFUNGST, O. **Clever Hans: the horse of Mr. Von Osten**. Bristol: Thoemmes Press 1911.

RISSI, C. **Perdida: um amor que ultrapassa as barreiras do tempo - 4ªed.**(2014)

SHAUGHNESSY, J. J. ZECHMEISTER, E. B. ZECHMEISTER, J. S. **Metodologia da Pesquisa em Psicologia**, 9º Ed. Ed: McGraw. Porto Alegre, 2019.

SILVÉRIO, M. S. EU, TU... Ilus: POLIAMOR E NÃO-MONOGAMIAS CONSENSUAIS. Tese de Doutorado em Antropologia. Escola de Ciências Sociais e Humanas Departamento de Antropologia. Lisboa, 2018.

WRIGHT, J. H; BASCO, M. R; THASE, M. E. **Aprendendo a terapia cognitivo-comportamental: um guia ilustrado**. Porto Alegre: Artmed, 2008

WILKER, P. **Frases de Patrícia Wilker**. Mensagem Online, 2022. Disponível em: <https://mensagem.online/autor/patricia-wilker>. Acesso em 10 Set 2022.