



Tipos tratáveis pela clínica psicanalítica - "o codependente"

Patrícia Lins de Paula

Psicanalista

Olá, amigos! Estamos dando continuidade a nossa série de postagens que intitulamos “Tipos tratáveis pela clínica psicanalítica”, com o intuito de identificar vários tipos de pensamento, que geram ações tidas como “habituais”, “é do meu jeito mesmo”, “faz parte da minha personalidade”, “sempre fui assim”, que podem levar ao sofrimento psíquico, e mais importante, que não surgem ao acaso, mas parecem ter raízes ou causas inconscientes, e portanto, que podem ser investigadas pela Psicanálise.

O tipo tratável pela clínica psicanalítica de hoje é: “**o codependente**”, que traz como pensamento o seguinte: “**Sua felicidade é a minha felicidade. O que for melhor para você, estará ótimo para mim**”. Pode parecer estranho, pois a princípio, este pensamento demonstra interesse em agradecer, servir, ser útil, ser uma boa pessoa, formar um bom caráter, importando-se com as pessoas com quem convive. E nenhum óbice a isso. Mas por trás desta capa superficial de bondade, amabilidade e doçura (e quando digo capa, não estou necessariamente acusando a pessoa de usar, conscientemente, um artifício para manipular ou controlar o outro ou de querer parecer o que não é), pode estar uma codependência, no seguinte sentido: “**Concordo que sua felicidade seja a minha felicidade, para que você se agrade de mim; e ao colocar que o melhor para você é o melhor para mim, substituo o meu desejo pelo seu, e assim posso satisfaze-lo(a)**”.



Na dependência emocional, o sujeito sente que precisa do outro para viver e não consegue viver sem a presença do outro, e na codependencia emocional, acredita precisar do outro para se sentir bem.

O codependente, assim, pode se sentir responsável por outras pessoas (sentimentos, pensamentos, ações, escolhas, desejos), vendo-se compelido a ajudar e a resolver os problemas do outro (mesmo que o outro não tenha solicitado ajuda), podendo inclusive sentir raiva quando sua ajuda não é efetiva. E ao tentar agradar aos outros ao invés de agradar a si mesmo, sente-se cada vez mais inseguro e esvaziado de si mesmo (pois realmente se abandona para servir ao outro – e essa é a principal diferença para o modo patológico de importar-se com o outro).

Cuide da sua saúde mental. Para agendamentos, envie uma mensagem pela mensagem ou diretamente para o Whatsapp, através do link <https://tinyurl.com/whatsapppatricia>