

PSICOLOGIA &gt;&gt; PERGUNTA E RESPOSTA

# O meu namorado é agressivo



*O meu namorado, com quem vivo, teve uma infância marcada por constantes discussões dos pais e por um ambiente marcado pela agressividade verbal da parte do pai para com a mãe, inclusivamente disse-me que chegava a sair de casa para não assistir às suas discussões. (...) Fui-me apercebendo disto, porque quando já vivíamos juntos à cerca de 2 anos, o meu namorado foi agressivo verbalmente comigo, o que me deixou chocada, pois para além de ter sido por algo insignificante, a sua expressão facial assustou e eu tentei saber de onde vinha aquilo (...) Desde então tenho tentado ajudá-lo, no sentido de perceber o que ele sente quando se enerva e adopta aquele comportamento e o mesmo tem melhorado. No entanto, esta semana, ele teve uma atitude muito inconveniente, agressiva e bastante desagradável para com os meus pais. O pior é que como os mesmos não tinham conhecimento de tal coisa ficaram muito preocupados e assustados, julgando mesmo que ele poderá exercer sobre mim algum tipo de violência física, o que nunca se verificou. Gostaria que me desse algumas pistas para eu colocar em prática e como poderei demonstrar aos meus pais que o problema não se prende com a agressividade física e que estes comportamentos são pontuais?*

*Questão enviada por Maria (nome fictício) via e-mail*

**Gabinete de Psicologia Clínica – Dra. Ana Durão** - Psicologia Clínica, Nutrição e Terapia da Fala

Rua dos Douradores, 11, 3º andar, Sala 304 – 1100-203 Lisboa (Baixa)

☎ 93 408 11 13 ✉ [newsletter@anadurao.pt](mailto:newsletter@anadurao.pt) 🌐 [www.anadurao.pt](http://www.anadurao.pt) © 2010



A agressividade verbal continuada é de facto uma forma de violência entre casais em que um ou ambos os lados têm atitudes agressivas. É geralmente causada pela intencionalidade em magoar o outro e/ou por um comportamento de "perda de controle emocional". A situação que descreve é a expressão de uma dinâmica de relacionamento, que se vem mantendo ao longo do tempo na vida conjugal dos pais do seu namorado, e que se poderá ser considerada uma forma de violência psicológica.

As dinâmicas de relacionamento afectivo entre o casal tendem a reflectir-se no desenvolvimento emocional dos filhos, e portanto, comportamentos de violência podem influenciar os comportamentos de agressividade dos filhos, sobretudo ao nível físico e da hostilidade. Essas influências, quando conjugadas com um variável número de outros factores (por exemplo: grandes desafios escolares, profissionais ou familiares, situações de elevado stress e ansiedade, a perda de emprego, etc.) podem, de forma continuada, moldar a personalidade dos sujeitos e torná-los em adultos com pouco controlo emocional, que reagem mal às situações de maior tensão e stress, podendo mostrar comportamentos agressivos, vivenciar estados de elevada ansiedade, depressões e outros tipos de perturbações de personalidade. Na adolescência e na idade adulta torna-se mais visível a tendência para reproduzir os nossos padrões de relacionamento

afectivo com o/a companheiro/a, podendo nestas alturas comprometer a sua própria vida afectiva e conjugal. O receio da Maria poderá tornar a sua relação tensa. Será importante falar com o seu namorado acerca das situações que a desagradam, no sentido de em conjunto, tentarem entender o que poderá estar a desencadear tais atitudes. A fronteira entre o que é "normal" e "patológico" é por vezes muito ténue. Antes que as situações se tornem frequentes ou desculpáveis e caso o casal queira manter-se unido é importante recorrer a ajuda profissional para que seja possível resolver os conflitos existentes e proporcionar maior harmonia na vida a dois. Ter consciência do nosso funcionamento psicológico permite que vivamos melhor connosco e com o outro. Reflectir sobre os comportamentos e pensamentos permite configurar mudanças na nossa vida. ■

Note que...  
O esclarecimento não substitui o aconselhamento psicológico. Marque consulta se precisar de ser ajudado(a)!

RECEBA A NEWSLETTER  
GRATUITAMENTE

>> [Subscreva a nossa Newsletter](#)

RECOMENDE UM/A AMIGO/A

>> [Subscreva a Newsletter para ele/ela](#)

PRECISA DE ACONSELHAMENTO?  
TEM DÚVIDAS?

>> [Contacte-nos por e-mail](#)

