

TRENDING

5 direitos fundamentais de crianças e adolescentes garantidos no ECA < <https://agenciajovem.org/5-direitos-fundamentais-de-criancas-e-adolescentes-garantidos-no-eca/> >

4 de outubro de 2023

Jornalismo educacional independente
Agência Jovem de Notícias
< <https://agenciajovem.org/> >

Search Keyword



Home < <https://agenciajovem.org/> > Canto Baobá < <https://agenciajovem.org/category/canto-baoba-2/> > Você tem consciência...

Você tem consciência nos seus relacionamentos?

DESTAQUES < [HTTPS://AGENCIAJOVEM.ORG/CATEGORY/DESTAQUES-GALERIA-INDEX/](https://agenciajovem.org/category/destaques-galeria-index/) >

Agência Jovem De Notícias < [Https://Agenciajovem.Org/Author/Redacao/](https://Agenciajovem.Org/Author/Redacao/) >

8 de março de 2023



489 5 minutes read

Responsabilidade afetiva não deve ser confundida com a obrigação de satisfazer todas as necessidades da outra pessoa ou de assumir responsabilidades que não nos pertencem. É necessário reconhecer nossos próprios limites e respeitar os limites de quem nos relacionamos, para que a relação seja saudável e equilibrada.

Por [Samara Serena](https://www.instagram.com/psisamaraserena/) < <https://www.instagram.com/psisamaraserena/> >

Você já ouviu falar de responsabilidade afetiva? Ela se refere à capacidade de cuidar e zelar pelo bem-estar emocional de outras pessoas com as quais temos relações afetivas, sejam elas amorosas, familiares, de amizade e até mesmo profissionais.

São parte deste cuidado atitudes como ouvir com atenção, respeitar e valorizar os sentimentos da outra pessoa.



< <https://i0.wp.com/agenciajovem.org/wp-content/uploads/2023/03/2-1.png?ssl=1> >

Mas para que isto possa acontecer é importante desenvolver consciência sobre o que se faz e o que se diz na relação e quais os impactos disto para quem nos relacionamos e para nós mesmos. Neste sentido, para construir e zelar pela conexão, dizer o que se sente e pensa de forma sincera e direta é essencial para conhecer a si e a outrem.

Do contrário, se recusar a falar, fazer chantagens e joguinhos somente atrapalham a comunicação.

No contexto amoroso, a responsabilidade afetiva permanece relevante para diferentes tipos de vínculo, seja uma relação monogâmica ou não-monogâmica, um namoro ou uma relação entre ficantes. Quando nos envolvemos emocionalmente com alguém, assumimos uma responsabilidade sobre seu bem-estar emocional, não podemos simplesmente deixar a pessoa quando não estivermos mais interessadas na relação, é preciso conversar sobre isso.

No entanto, a responsabilidade afetiva não deve ser confundida com a obrigação de satisfazer todas as necessidades da outra pessoa ou de assumir responsabilidades que não nos pertencem.

É necessário reconhecer nossos próprios limites e respeitar os limites de quem nos relacionamos, para que a relação seja saudável e equilibrada.

E ainda, não se trata de responsabilidade quando se imagina coisas na relação em que outra pessoa não tenha tido uma atitude correspondente, por exemplo, uma pessoa que sempre disse de forma direta a alguém com quem namora que não deseja se casar, não é responsável caso essa pessoa se decepcione por não se casar com ela, uma vez que não foram alimentadas expectativas em relação a isto.

Por fim, é importante lembrar que a responsabilidade afetiva não é uma via de mão única, ela é compartilhada pelas duas ou mais partes envolvidas na relação. Devendo assumir a responsabilidade pelo bem-estar emocional e trabalhar juntas para construir uma relação de confiança e respeito mútuo.



< <https://i0.wp.com/agenciajovem.org/wp-content/uploads/2023/03/3-1.png?ssl=1> >



Samara Serena - CRP 06/146656

Psicóloga pela Universidade Presbiteriana Mackenzie de São Paulo. Possui cursos nas áreas de teoria queer, direitos humanos, sexualidade e identidade de gênero. Sua motivação principal é proveniente da possibilidade de realizar impacto positivo na sociedade, buscar a equidade e direitos para todes. É Psicóloga Parceira do Canto Baobá, atendendo pela abordagem junguiana.

@psisamaraserena

< <https://www.instagram.com/psisamaraserena/> >

< <https://agenciajovem.org/author/redacao/> **Agência Jovem De Notícias < [Https://Agenciajovem.Org/Author/Redacao/](https://Agenciajovem.Org/Author/Redacao/) >**

Tags: [amizade < https://agenciajovem.org/tag/amizade/ >](https://agenciajovem.org/tag/amizade/) [casamento < https://agenciajovem.org/tag/casamento/ >](https://agenciajovem.org/tag/casamento/) [psicologico < https://agenciajovem.org/tag/psicologico/ >](https://agenciajovem.org/tag/psicologico/)
[psicologo < https://agenciajovem.org/tag/psicologo/ >](https://agenciajovem.org/tag/psicologo/) [relacionamentos < https://agenciajovem.org/tag/relacionamentos/ >](https://agenciajovem.org/tag/relacionamentos/)



Previous Post

#Resenha /Tudo sobre o amor: novas perspectivas!
< <https://agenciajovem.org/resenha-tudo-sobre-o-amor-novas-perspectivas/> >

Next Post

Do internacional ao local: minha trajetória como jovem...
< <https://agenciajovem.org/do-internacional-ao-local-minha-trajetoria-como-jovem-ativista/> >



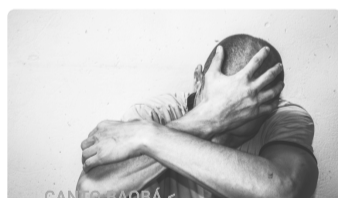
Ver +



< <https://agenciajovem.org/o-que-eu-estou-aprendendo-sobre-ter-e-conviver-com-ansiedade/> >



< <https://agenciajovem.org/a-psicologia-e-a-reconexao-com-a-natureza/> >



< <https://agenciajovem.org/o-que-eu-estou-aprendendo-sobre-ter-e-conviver-com-ansiedade/> >

Leave a Reply

+ Tags

[9CNDCA < https://agenciajovem.org/tag/9cndca/>](https://agenciajovem.org/tag/9cndca/)
[Adolescente < https://agenciajovem.org/tag/adolescente/>](https://agenciajovem.org/tag/adolescente/)
[Adolescentes < https://agenciajovem.org/tag/adolescentes/>](https://agenciajovem.org/tag/adolescentes/)
[Arte < https://agenciajovem.org/tag/arte/>](https://agenciajovem.org/tag/arte/)
[artigo < https://agenciajovem.org/tag/artigo/>](https://agenciajovem.org/tag/artigo/)
[Cinema < https://agenciajovem.org/tag/cinema/>](https://agenciajovem.org/tag/cinema/)
[Ciência < https://agenciajovem.org/tag/ciencia/>](https://agenciajovem.org/tag/ciencia/)
[Comunicação < https://agenciajovem.org/tag/comunicacao/>](https://agenciajovem.org/tag/comunicacao/)
[COP < https://agenciajovem.org/tag/cop/>](https://agenciajovem.org/tag/cop/)
[COP18 < https://agenciajovem.org/tag/cop18/>](https://agenciajovem.org/tag/cop18/)
[COP19 < https://agenciajovem.org/tag/cop19/>](https://agenciajovem.org/tag/cop19/)
[COP26 < https://agenciajovem.org/tag/cop26/>](https://agenciajovem.org/tag/cop26/)
[COP27 < https://agenciajovem.org/tag/cop27/>](https://agenciajovem.org/tag/cop27/)
[coronavirus < https://agenciajovem.org/tag/coronavirus/>](https://agenciajovem.org/tag/coronavirus/)
[Criança < https://agenciajovem.org/tag/crianca/>](https://agenciajovem.org/tag/crianca/)
[Crise Climática < https://agenciajovem.org/tag/crise-climatica/>](https://agenciajovem.org/tag/crise-climatica/)
[Cultura < https://agenciajovem.org/tag/cultura/>](https://agenciajovem.org/tag/cultura/)
[Cúpula dos Povos < https://agenciajovem.org/tag/cupula-dos-povos/>](https://agenciajovem.org/tag/cupula-dos-povos/)
[Direitos < https://agenciajovem.org/tag/direitos/>](https://agenciajovem.org/tag/direitos/)
[Direitos Humanos < https://agenciajovem.org/tag/direitos-humanos/>](https://agenciajovem.org/tag/direitos-humanos/)
[Doha < https://agenciajovem.org/tag/doha/>](https://agenciajovem.org/tag/doha/)
[ECA < https://agenciajovem.org/tag/eca/>](https://agenciajovem.org/tag/eca/)
[educação < https://agenciajovem.org/tag/educacao/>](https://agenciajovem.org/tag/educacao/)
[Educomunicação < https://agenciajovem.org/tag/educacao/>](https://agenciajovem.org/tag/educacao/)
[Internet < https://agenciajovem.org/tag/internet/>](https://agenciajovem.org/tag/internet/)
[Jovens < https://agenciajovem.org/tag/jovens/>](https://agenciajovem.org/tag/jovens/)
[Juventude < https://agenciajovem.org/tag/juventude/>](https://agenciajovem.org/tag/juventude/)
[juventudes < https://agenciajovem.org/tag/juventudes/>](https://agenciajovem.org/tag/juventudes/)
[Maranhão < https://agenciajovem.org/tag/maranhao/>](https://agenciajovem.org/tag/maranhao/)
[Meio Ambiente < https://agenciajovem.org/tag/meio-ambiente/>](https://agenciajovem.org/tag/meio-ambiente/)
[Mudanças Climáticas < https://agenciajovem.org/tag/mudancas-climaticas/>](https://agenciajovem.org/tag/mudancas-climaticas/)
[ONU < https://agenciajovem.org/tag/onu/>](https://agenciajovem.org/tag/onu/)
[Políticas Públicas < https://agenciajovem.org/tag/politicas-publicas/>](https://agenciajovem.org/tag/politicas-publicas/)
[Povos Indígenas < https://agenciajovem.org/tag/povos-indigenas/>](https://agenciajovem.org/tag/povos-indigenas/)
[Qatar < https://agenciajovem.org/tag/qatar/>](https://agenciajovem.org/tag/qatar/)
[Racismo < https://agenciajovem.org/tag/racismo/>](https://agenciajovem.org/tag/racismo/)
[Rio+20 < https://agenciajovem.org/tag/rio20/>](https://agenciajovem.org/tag/rio20/)
[Rio de Janeiro < https://agenciajovem.org/tag/rio-de-janeiro/>](https://agenciajovem.org/tag/rio-de-janeiro/)
[SBPC < https://agenciajovem.org/tag/sbpc/>](https://agenciajovem.org/tag/sbpc/)
[Sesc < https://agenciajovem.org/tag/sesc/>](https://agenciajovem.org/tag/sesc/)
[sustentabilidade < https://agenciajovem.org/tag/sustentabilidade/>](https://agenciajovem.org/tag/sustentabilidade/)
[São Paulo < https://agenciajovem.org/tag/sao-paulo/>](https://agenciajovem.org/tag/sao-paulo/)
[Teatro < https://agenciajovem.org/tag/teatro/>](https://agenciajovem.org/tag/teatro/)
[Unicef < https://agenciajovem.org/tag/unesf/>](https://agenciajovem.org/tag/unesf/)
[Viração < https://agenciajovem.org/tag/viracao/>](https://agenciajovem.org/tag/viracao/)

+ Categorias

[Juventudes < https://www.agenciajovem.org/category/juventudes/>](https://www.agenciajovem.org/category/juventudes/)

[Educom < https://www.agenciajovem.org/category/educacao/>](https://www.agenciajovem.org/category/educacao/)

[Meio Ambiente < https://www.agenciajovem.org/category/meio-ambiente/>](https://www.agenciajovem.org/category/meio-ambiente/)

[Direitos Humanos < https://www.agenciajovem.org/category/direitos-humanos/>](https://www.agenciajovem.org/category/direitos-humanos/)

[Diversidade < https://www.agenciajovem.org/category/diversidade/>](https://www.agenciajovem.org/category/diversidade/)

[Ciência e Tecnologia < https://www.agenciajovem.org/category/ciencia-e-tecnologia/>](https://www.agenciajovem.org/category/ciencia-e-tecnologia/)

[Política e Cidadania < https://www.agenciajovem.org/category/politica-e-cidadania/>](https://www.agenciajovem.org/category/politica-e-cidadania/)

[Trabalho < https://www.agenciajovem.org/category/trabalho/>](https://www.agenciajovem.org/category/trabalho/)

[Arte e Cultura < https://www.agenciajovem.org/category/arte-e-cultura/>](https://www.agenciajovem.org/category/arte-e-cultura/)

[Saúde < https://www.agenciajovem.org/category/saude/>](https://www.agenciajovem.org/category/saude/)

Facebook



