**LUX IN TENEBRIS: VIDA PÓS RELACIONAMENTO ABUSIVO**

Camilla Marcondes Borges1, Amanda Lisboa do Amaral Souza2, Profa Esp. Letícia Pereira Barra3, Lidiene Araújo de Carvalho4

E-mail: [camilla.mb@hotmail.com](mailto:camilla.mb@hotmail.com)

Lisboaamanda1234@gmail.com

[lidipsico40@gmail.com](mailto:lidipsico40@gmail.com)

1 Graduanda, UNICERP, Psicologia, Patrocínio, Brasil; 2 Graduanda, UNICERP, Psicologia, Patrocínio, Brasil; 3 Professora e especialista, UNICERP, Psicologia, Patrocínio, Brasil; 4 Graduanda, UNICERP, Psicologia, Patrocínio, Brasil.

**Introdução:** O presente trabalho aborda a complexidade e os impactos de ser um sobrevivente de um relacionamento abusivo, destacando os desafios emocionais e psicológicos que esses indivíduos enfrentam. A experiência de ser sobrevivente de um relacionamento abusivo é marcada por desafios emocionais, físicos e psicológicos que podem deixar cicatrizes duradouras. Muitas vezes, o abuso não se manifesta apenas em formas físicas, mas também em manipulação emocional, controle e isolamento, criando um ciclo vicioso que pode ser difícil de romper. Os sobreviventes frequentemente enfrentam sentimentos de culpa, vergonha e confusão, questionando suas próprias percepções da realidade. É importante reconhecer que a jornada de cada sobrevivente é única. Alguns conseguem encontrar forças para se libertar e reconstruir suas vidas, enquanto outros podem lutar por anos para superar os traumas vividos. **Objetivo:** Investigar os efeitos psicológicos do abuso, compreender o ciclo do abuso e explorar os mecanismos de superação utilizados pelos sobreviventes. **Metodologia:** A pesquisa adotou uma abordagem bibliográfica, consistindo na revisão e análise de literatura existente sobre relacionamentos abusivos e os efeitos psicológicos associados. Foram selecionados artigos acadêmicos, livros, teses e estudos de caso que abordam tanto o ciclo do abuso quanto as estratégias de superação utilizadas por sobreviventes. A busca por fontes foi realizada em bases de dados acadêmicas, como Google Scholar, JSTOR e Scielo, priorizando publicações recentes que oferecessem uma visão abrangente sobre o tema. **Resultados:** Os resultados da pesquisa bibliográfica indicam que os sobreviventes de relacionamentos abusivos frequentemente enfrentam uma série de problemas emocionais e psicológicos significativos. Os principais achados incluem: efeitos psicológicos, redes de apoio, terapia e intervenções, influência da mídia e caminhos para superação. **Conclusão:** A conscientização sobre o tema é crucial, pois ajuda a desmistificar preconceitos e a oferecer apoio adequado àqueles que passaram por essas experiências. Vale salientar que, apesar dos desafios significativos, é possível a recuperação e a reconstrução da vida após um relacionamento abusivo. Os resultados da presente pesquisa evidenciam a importância de um suporte social robusto e da conscientização pública no processo de recuperação dos sobreviventes de relacionamentos abusivos.

**Palavras-chave:** Relacionamento abusivo. Ciclo abusivo. Superação.