



UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO – UFMA
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS – CCH
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA – DEPSI

POLYANNA BITTENCOURT CORREIA

**A VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA NAS MULHERES QUE VIVENCIAM
RELACIONAMENTO ABUSIVO, A PARTIR DA PERSPECTIVA GESTÁLTICA**

SÃO LUÍS

2022

POLYANNA BITTENCOURT CORREIA

**A VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA NAS MULHERES QUE VIVENCIAM
RELACIONAMENTO ABUSIVO, A PARTIR DA PERSPECTIVA GESTÁLTICA**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao
Curso de Psicologia da Universidade Federal
do Maranhão para obtenção do grau de
Bacharel em Psicologia.

Orientadora: Prof^ª. Ma Wanderlea Nazaré
Bandeira Ferreira.

SÃO LUÍS

2022

Ficha gerada por meio do SIGAA/Biblioteca com dados fornecidos pelo(a) autor(a).
Diretoria Integrada de Bibliotecas/UFMA

Correia, Polyanna Bittencourt.

A violência psicológica nas mulheres que vivenciam
relacionamento abusivo, a partir da perspectiva gestáltica
/ Polyanna Bittencourt Correia. - 2022.

39 f.

Orientador(a): Wanderlea Nazaré Bandeira Ferreira.
Monografia (Graduação) - Curso de Psicologia,
Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2022.

1. Gênero. 2. Gestalt-terapia. 3. Mulher. 4.
Relacionamento abusivo. 5. Violência psicológica. I.
Ferreira, Wanderlea Nazaré Bandeira. II. Título.

POLYANNA BITTENCOURT CORREIA

**A VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA NAS MULHERES QUE VIVENCIAM
RELACIONAMENTO ABUSIVO, A PARTIR DA PERSPECTIVA GESTÁLTICA**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao
Curso de Psicologia da Universidade Federal
do Maranhão para obtenção do grau de
Bacharel em Psicologia, com formação em
Psicólogo.

Aprovado em: ____/____/____
Nota média: _____

BANCA EXAMINADORA

Profa. Ma. Wanderléa Bandeira Ferreira (Orientadora)
Mestre em Psicologia Clínica
Universidade Federal do Maranhão

Profa. Dra. Claudia Aline Soares Monteiro (Examinadora)
Doutora em Psicologia
Universidade Federal do Maranhão

Psicóloga Camila Campos Silva (Examinadora)
Mestranda em Educação para a Saúde pelo Politécnico de Coimbra
Umanità Psicologia Integrada

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por seu amor infinito e por ser a minha calma em momentos de tormentas.

À minha avó, Rozario e a minha mãe, por todo amor e por sempre me incentivaram a crescer e a batalhar pelos meus sonhos. Sei que não faltou esforço e dedicação para me criarem, sou eternamente grata.

À minha tia, Duzinha, pelo carinho, pelos conselhos e por cuidar de mim como uma mãe.

À minha orientadora, Wanda, por toda dedicação, acolhimento, generosidade, empatia, paciência e por nunca soltar minha mão ou desistir de mim durante todo esse processo.

Às minhas amigas, Valéria e Paula, pelo amor e companheirismo ao longo da nossa amizade. Sou muito grata por todo incentivo e por sempre acreditarem no meu potencial.

Ao amigo Moisés, que mesmo à distância esteve me apoiando e acreditando na minha capacidade.

À Natássia, Beatriz e Emanuelle, que tive a imensa sorte de conhecer durante o curso. Sou muito grata por todo suporte, apoio, dedicação, acolhimento e amor que vocês dedicam a mim. A vocês, que tornaram a vivência na Universidade mais leve e especial, todo meu amor e admiração.

Às minhas amigas de curso, Laisse, Juliana, Júlia e Apoena pelo companheirismo, pelas trocas e por todo afeto compartilhado durante nossa formação. Tenho muito orgulho, amor por cada uma.

À Ana Beatriz Lima, por sua ajuda durante a construção desse trabalho.

Agradeço à professora Claudia Aline Soares Monteiro e à Camila Campos Silva pela disponibilidade em analisarem e avaliarem o meu trabalho.

RESUMO

A violência contra as mulheres é um problema social antigo, mas ultimamente é possível perceber um aumento nos números de casos no país. Os principais responsáveis pelas ações violentas contra as mulheres são os seus próprios companheiros afetivos. Dentre os tipos de violências sofridas pelas mulheres, a psicológica ainda é a menos falada e a mais difícil de ser percebida, seja pela naturalização de comportamentos violentos, que são vistos como naturais e toleráveis dentro de uma relação, ou seja pela introjeção de características e papéis impostos pela sociedade. Desta forma, é necessário compreender a relação entre violência contra as mulheres e gênero, as relações de poder implicadas, papéis desempenhados por cada um e como isso pode fomentar as desigualdades entre os gêneros. Assim, esta pesquisa propôs-se a analisar como a violência psicológica afeta a vida das mulheres que passam por relacionamentos abusivos, a partir da perspectiva gestáltica. Para isto, além de traçar uma contextualização entre violência contra a mulher e gênero, apresenta-se a dinâmica da violência psicológica no relacionamento abusivo, os principais conceitos da Gestalt-terapia, e uma análise do fenômeno da violência psicológica no relacionamento abusivo a partir de reflexões da abordagem citada. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica que compreende a temática abordada, através de uma análise qualitativa dos dados, com base na perspectiva da abordagem gestáltica para compreensão do fenômeno aqui investigado. Diante da análise dos resultados foi possível concluir que as mulheres que passam por situações de violência psicológica nos relacionamentos abusivos apresentam dificuldade na percepção de si mesma e do meio em que se encontram, pois não estão aware além de não conseguirem manter contatos de maneira saudável e ajustarem-se disfuncionalmente, o que gera danos no psiquismo como: baixa autoestima, medo, culpa, insegurança, incapacidade em exercer a sua liberdade e autonomia e autoimagem distorcida.

Palavras-chave: Violência psicológica. Mulher. Gênero. Relacionamento abusivo. Gestalt-terapia.

ABSTRACT

Violence against women is an old social problem, but lately it is possible to see an increase in the number of cases in the country. The main responsible for violent actions against women are their own affective partners. Among the types of violence suffered by women, psychological violence is still the least spoken and the most difficult to be perceived, either by the naturalization of violent behaviors, which are seen as natural and tolerable within a relationship, or by the introjection of characteristics and roles imposed by society. Thus, it is necessary to understand the relationship between violence against women and gender, the relations of power implicated, the roles played by each one and how this can foster inequalities between genders. In this way, this research proposed to analyze how psychological violence affects the lives of women that go through abusive relationships, from a gestalt perspective. For this, in addition to outlining a context between violence against women and gender, it presents the dynamics of psychological violence in abusive relationships, the main concepts of Gestalt-therapy, and an analysis of the phenomenon of psychological violence in abusive relationships from reflections of the aforementioned approach. This is a bibliographic search that includes the theme addressed, through a qualitative analysis of the data, based on the perspective of the gestalt approach to understand the phenomenon investigated here. In view of the analysis of the results, it was possible to conclude that women who go through situations of psychological violence in abusive relationships have difficulty in perceiving themselves and the environment in which they find themselves, because they are not aware, in addition to not being able to maintain contacts in a healthy way and dysfunctionally adjusting themselves, which generates damage to the psyche such as: low self-esteem, fear, guilt, insecurity, inability to exercise their freedom and autonomy and distorted self-image.

Keywords: Psychological violence. Woman. Genre. Abusive relationship. Gestalt therapy.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	8
2	A RELAÇÃO ENTRE VIOLÊNCIA CONTRA AS MULHERES E GÊNERO.....	11
3	A VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA NO RELACIONAMENTO ABUSIVO.....	18
4	CONCEITOS GESTÁLTICOS	23
5	PERCURSO METODOLÓGICO	29
6	ANÁLISE E DISCUSSÃO	31
7	CONSIDERAÇÕES FINAIS	35
	REFERÊNCIAS	37

1 INTRODUÇÃO

Ao acompanhar os meios de comunicação não é difícil encontrar diariamente notícias sobre violência contra a mulher, uma vez que os números de casos é muito grande e continua a crescer na atualidade. De acordo com informações do Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos, no ano de 2020 foram registradas 75,7 mil denúncias de violência doméstica contra as mulheres pelo canal do Ligue 180.

Como mulher, além de ficar sensibilizada por cada situação exposta, senti-me impelida a pesquisar sobre os impactos que a violência, em especial a psicológica, pode gerar em quem sofre. O interesse pelo tema deve-se também ao fato de ter vivenciado e acompanhado pessoas próximas em situação de violência em relacionamento abusivo e perceber como esses atos afetam nossas/suas vidas.

Os companheiros afetivos são os principais responsáveis pelas ações violentas, que podem ser de vários tipos, como física, sexual, patrimonial e psicológica. A violência psicológica é a menos falada devido ao fato de não deixar provas físicas e às vezes acontecer, em ambiente privado ou público, de forma sutil, como uma crítica ou um xingamento. Assim pode até não ser reconhecida pela mulher, que não percebe que está passando por uma situação de violência, visto que pode começar de maneira discreta até alcançar grandes dimensões. Além disso, algumas atitudes dos autores de agressões que podem ser enquadradas em violência psicológica, como as ofensas verbais ou ciúmes excessivos, também não são vistas como tal, uma vez que se tornaram comuns no dia a dia, sendo naturalizados e por vezes aceitos na sociedade. O abuso psicológico gera sofrimento na mulher, abala sua autoestima, seu autorrespeito, a forma como se relaciona com o mundo e consigo própria, e provoca adoecimento. O processo de adoecer não se refere apenas a sintomas físicos, mas a toda existência da pessoa, incluindo o psíquico (FERREIRA, 2010; PIMENTEL, 2011).

A partir do exposto, surgiu a questão central desta pesquisa: como a violência psicológica afeta as mulheres que vivenciam relacionamentos abusivos? Assim, o objetivo geral é analisar como a violência psicológica afeta a vida das mulheres que vivenciam relacionamentos abusivos, a partir da perspectiva gestáltica, e apresenta como objetivos específicos: contextualizar a violência contra as mulheres e gênero, desvelar a dinâmica da violência psicológica no relacionamento abusivo, apresentar os principais conceitos da Gestalt-terapia, e analisar o fenômeno da violência psicológica no relacionamento abusivo a partir de reflexões da abordagem citada.

A Gestalt-terapia concebe a pessoa como ser holístico, dialogal e relacional, que pode exercer a sua autorregulação através dos contatos que estabelece. De acordo com Perls; Hefferline e Goodman (1997) contatar significa o crescimento do organismo, pois é através do ato de contatar que o indivíduo atende suas necessidades, em um processo de formação de figura (necessidade dominante) em um fundo de vividos (história de vida da pessoa, o seu contexto). O sistema de contatos necessários para o ajustamento criativo, contato que permite uma transformação criativa e de acordo com o meio (Kiyon, 2006) no campo é denominado de self, que atua como um organizador do processo de figura e fundo, identificando as possibilidades de atuação, se ajustando aos conflitos e isto pode ser feito de maneira saudável ou não. Segundo Kiyon (2006), a saúde não é simplesmente a ausência de doença, podendo ser compreendida também como um processo resultante de uma interação inadequada com o meio, em que a pessoa não consegue satisfazer suas necessidades, seus desejos, permanecendo nesse estado de desequilíbrio. O objeto dessa pesquisa será analisado a partir da perspectiva da abordagem da Gestalt-terapia.

Devido a relevância científica e social do tema e as implicações que ele representa para a sociedade, a presente pesquisa pretende colaborar com o desenvolvimento de estudos na área, contribuindo com novas produções científicas, visto também a dificuldade de encontrar trabalhos sobre a temática a partir da perspectiva aqui utilizada. Além disso, esperamos que essa pesquisa possa fomentar debates sobre a violência contra as mulheres, em especial a psicológica, e, que essas informações possam ajudar de alguma maneira a quem tem sofrido com essa forma de abuso.

O desenvolvimento deste trabalho foi realizado através de uma pesquisa de revisão bibliográfica, apoiado em uma análise qualitativa, com base na perspectiva da abordagem gestáltica. Assim, foram realizadas pesquisas nas bases de dados na internet (CAPES, PePSIC e SciELO), através dos descritores “Gestalt-terapia e violência psicológica”, “Gestalt-terapia e violência”, “Gestalt-terapia e violência mulheres”, “Gestalt e relacionamento abusivo”, “relacionamento abusivo e violência”, sendo selecionados os trabalhos que datam entre 2010 a 2021 e que versam sobre o tema violência psicológica e relacionamentos abusivos.

Assim inicialmente o trabalho apresenta uma contextualização entre a violência contra as mulheres e gênero, abordando temas como patriarcado e a relação de poder dos homens sobre as mulheres, papéis sociais dos gêneros, classificação sobre os tipos de violência praticados. Para isso foi utilizado conceitos de Saffioti (1987; 2015), Scott (1995), Passos (1999), Minayo (2006), Borin (2007), Ferreira (2010), Strey (2012) e Zanello (2018). Em seguida desvelamos a dinâmica que envolve o relacionamento abusivo, focando na violência

psicológica, visto que é o tema deste trabalho. Entre os assuntos abordados estão as técnicas praticadas pelos abusadores na violência psicológica e o ciclo da violência na qual as mulheres podem vivenciar. Foram utilizados trabalhos dos autores Miller (1999), Hirigoyen (2006), Ferreira (2010), Pimentel (2011), Monteiro (2012) e Barreto (2018), para fundamentar o exposto. Na seção seguinte, apresentamos os principais conceitos da Gestalt-terapia, a partir da contribuição de Polster e Polster (1979), Perls (1985), Ginger e Ginger (1995), Perls, Hefferline e Goodman (1997), Kiyan (2006), Ribeiro (2007) e Cardella (2017). Assim, explanamos sobre contato, fronteira de contato, self, figura e fundo e mecanismos de defesa. Em seguida, apresentamos o percurso metodológico realizado para a confecção dessa pesquisa e por fim, a análise e discussão dos resultados obtidos nas dinâmicas envolvidas no fenômeno, a partir da abordagem gestáltica, as considerações finais e as referências utilizadas.

2 A RELAÇÃO ENTRE VIOLÊNCIA CONTRA AS MULHERES E GÊNERO

A violência é um fenômeno presente há séculos em todas as sociedades e que pode afetar qualquer indivíduo. Segundo o dicionário online Aurélio, a violência é “qualidade de violento; ato violento; ato de violentar”, sendo assim, uma ação em que uma pessoa comete contra outra, como um soco ou um roubo, por exemplo. A Organização Mundial da Saúde (OMS) define como “o uso da força física ou do poder, real ou em ameaça, contra si próprio, contra outra pessoa, ou contra um grupo ou uma comunidade, que resulte ou tenha qualquer possibilidade de resultar em lesão, morte, dano psicológico, deficiência de desenvolvimento ou privação” (OMS, 2002 p.5).

A violência praticada contra as mulheres é uma das expressões deste fato, que pode atingir a qualquer uma independente de classe social, escolaridade, idade ou religião, ainda que questões como racismo e/ou preconceito de gênero e/ou classe social aumentem a probabilidade de ocorrência para algumas mulheres, como as negras e pobres, por exemplo. Ao falar sobre violência contra as mulheres é importante apresentar aqui o termo gênero. Segundo Saffioti (2015), foi Robert Stoller o primeiro a conceituar gênero em 1968, porém o conceito não progrediu nesta época. Isto foi ocorrer através do movimento feminista que introduziu esta definição em suas discussões a partir de meados dos anos 1970, como por exemplo, a antropóloga e feminista Gayle Rubin que propôs em 1975 uma nova revisão sobre os ditos papéis sexuais e as representações sociais do masculino e feminino (SAFFIOTI, 2015).

De acordo com Scott (1995) gênero é um “elemento constitutivo das relações sociais baseado nas diferenças percebidas entre os sexos” (p.86). Para a autora, gênero é a construção da identidade subjetiva, não podendo ser determinado apenas pelos aspectos biológicos do indivíduo, mas que sofre influência das relações sociais, políticas e culturais no qual está inserido.

Saffioti (1987) afirma que a sociedade delimita com precisão os espaços em que homens e mulheres podem atuar, cada um assumindo assim, papel determinado. Assinala ainda que há um processo de naturalização das atribuições que devem ser desenvolvidas por cada indivíduo através de uma elaboração social, como por exemplo, é imputado às mulheres as atividades da casa. “Quando se afirma que é natural que a mulher se ocupe do espaço doméstico, deixando livre para o homem o espaço público, está-se, rigorosamente, *naturalizando* um resultado da história” (p. 11). Desta forma, para elas fica quase sempre a responsabilidade pelas tarefas do lar, como a preparação das refeições, cuidar das crianças,

sendo necessário desempenhar tais funções mesmo que tenha um trabalho fora, enquanto para eles isso é facultativo, ficando no papel de meros ajudantes, não partilhando as responsabilidades.

Segundo Strey (2012), essa divisão de trabalho é vista como a raiz das diferenças de poder entre os gêneros. A autora destaca que as distinções entre homens e mulheres não são necessariamente decorrentes do sexo, mas pela forma como são determinados pela sociedade. Ela explica que “a ideologia de gênero legitima o poder masculino e justifica a supremacia masculina, explicando porque e como homens e mulheres são diferentes e devem por isso, ter direitos, obrigações, restrições e recompensas diferentes e, frequentemente, desiguais” (p. 58).

Segundo Passos (1999), as características que definem o que é ser homem ou o que é ser mulher são promovidas culturalmente, através de modelos e valores, que são repassadas, ensinadas e aprendidas e que apontam como cada um deve proceder na sociedade. Assim, são construídos papéis identitários estereotipados que engessam a forma singular de suas expressões.

A identidade de homens e mulheres é uma construção social que decorre, entre outros motivos, do modo como o mundo lhes foi apresentado, da educação recebida, da cultura dominante, das relações que trava (com quem e em que patamar), de como é reconhecido pelo grupo e como conduz seus atos (PASSOS, 1999, p. 105).

Dito isso, tanto homens quanto mulheres devem agir de acordo com características específicas de cada um, criando assim desigualdades entre ambos. Desta forma caberia a eles agir, por exemplo, com mais racionalidade, virilidade, agressividade, se lançando ao mundo externo, enquanto para elas ficariam reservados comportamentos mais passivos, calmos e emocionais, além das obrigações com os deveres da casa e da criação dos filhos (PASSOS, 1999).

Ainda segundo Passos (1999), a educação tem papel fundamental nesse processo de determinação das características femininas e masculinas e consequentes papéis e espaços que devem assumir na sociedade. Através de material didático, filmes, programas de televisão, ou mesmo os direcionamentos feitos por pais e educadores, meninos e meninas acabam introjetando comportamentos e ideais como se estes fossem parte integrante de cada um.

O processo educativo, em geral, e o escolar, em específico, tem grande importância na naturalização dessa situação e de outras que são socialmente construídas. Isto porque, sabemos que a educação é um ato político e que o seu fazer não é inócuo. Ao contrário, é comprometido e serve para formar a personalidade das pessoas, transmitir valores, determinar proibições, enfim, fornecer modelos com os quais as pessoas se identificarão (PASSOS, 1999, p. 93).

Zanello (2018) recorrendo a Lauretis (1984) ressalta que os valores atribuídos aos gêneros são criados e validados por meio das chamadas tecnologia de gênero. A autora destaca que o principal exemplo de tecnologia de gênero atualmente são as mídias, que através de filmes, desenhos, programas de televisão reproduzem comportamentos que devem ser seguidos por cada um. Como o sujeito é constituído além da diferença sexual, mas por códigos linguísticos e representações culturais, é por meio dessas tecnologias que as diferenças são perpetuadas. Zanello (2018) destaca o exemplo como os filmes de princesa e de Hollywood acabam por reproduzir e naturalizar a ideia de que o objetivo da vida das mulheres é casar e constituir uma família. A autora apresenta ainda o exemplo das revistas femininas como tecnologia de gênero que instruem as mulheres como responsáveis por manter os relacionamentos, vide as orientações, conselhos, de como se portar em uma relação amorosa. “As mulheres definem seu sucesso pela capacidade de estabelecer e manter relacionamentos sexualmente amorosos” (Wolf, 1992, apud ZANELLO, 2018, p. 90).

Zanello (2018) destaca ainda que a cultura determina certas ações e afetos que podem ser apreciados ou inibidos, estabelecendo assim como as pessoas devem e podem sentir e expressar suas emoções. Este processo, em que práticas culturais (scripts culturais) estipulam como expressar sentimentos, é chamado pela autora de pedagogia dos afetos ou colonização afetiva.

A pedagogia afetiva faz parte do tornar-se pessoa, membro de certo grupo, em determinada cultura. Em culturas sexistas, torna-se pessoa é acoplado com o tornar-se homem ou mulher e, portanto implica em pedagogias afetivas (e performáticas) distintas (ZANELLO, 2018, p. 57).

A classificação de acordo com as características determinadas por gênero conduz a padrões que reforçam as desigualdades entre homens e mulheres. Esse processo de naturalização permite legitimar a superioridade e poder deles perante as mulheres (PASSOS, 1999; SAFFIOTI, 1987). Assim, a suposta inferioridade feminina é perpetuada de forma a manter o poder nas mãos dos homens e a violência contra elas é um dos seus artifícios. De acordo com Saffioti (2015), há uma tolerância da sociedade em relação as agressões dos homens contra as mulheres, considerada natural, tal qual os maus tratos dos pais com os filhos.

Reflexo disso é que a prática de agredir mulheres era consentida até pelo poder judiciário, que admitia crimes praticados contra as mulheres sob a justificativa de legítima defesa da honra, absolvendo ou impondo uma pena mais branda aos agressores e muitas vezes colocando a culpa na vítima (STREY, 2012; SAFFIOTI, 2015).

Conforme lembra Baested (1997), quando a participação da vítima é analisada à luz da perspectiva do gênero, pode ser visto que a cultura delega a homens e mulheres diferentes padrões de moralidade e de valores, que levam à discriminação das mulheres (STREY, 2012, p. 65).

Segundo Simois (1993, apud STREY, 2012), a mulher é considerada boa quando se submete a qualquer situação, como maus tratos, infidelidade, abusos, para manter seu casamento e sua família unida. Esse discurso acaba sendo absorvido e apropriado pelas mulheres que renunciam a seus projetos de vida, e até mesmo sua saúde psíquica para conseguir manter esse ideal.

Corroborando com o autor, Zanello (2018) aponta que de acordo com o imposto pela sociedade, por meio das tecnologias de gênero, a responsabilidade por manter o relacionamento é imputado às mulheres, então as brigas ou mesmo términos recaem sobre elas, que falharam no papel de esposa. Assim, elas acabam investindo muita energia nas relações amorosas. A autora destaca ainda, que outros preceitos difundidos em sociedade é o papel do silenciamento da mulher e o sexo sem vontade para o sucesso dos relacionamentos. A mulher desde criança é ensinada a ser contida, a não agir de forma violenta, a não reclamar, mesmo que para isso tenha que deixar de expressar sentimentos e pensamentos. Com isso, ao invés de dirigir a agressividade para fora, as mulheres se tornam mais autoagressivas. “[...] o processo de subjetivação gendrado que valoriza a retenção e não a expressão, principalmente de raiva e ódio, leva à impulsão psíquica nas mulheres” (p. 119).

O sexo sem vontade também é algo comum para muitas mulheres e é visto como um dever ao seu companheiro e não como uma espécie de violência, que pode acarretar impactos em sua saúde mental. “Quanto mais naturalizada uma violência, pela força do hábito, mais invisibilizada ela se torna” (Zanello, 2018, p. 121). Trataremos desse assunto também no próximo capítulo.

Segundo Zanello (2018), enquanto para os homens o casamento é algo positivo para sua saúde mental, para as mulheres quanto mais uma relação é marcada pela desigualdade de investimento dos parceiros, o casamento pode ser responsável por adoecimento psíquico.

Diante do exposto é necessário compreender que a construção de papéis masculino e feminino em nossa sociedade está alicerçada no patriarcado. Segundo Pateman (1993), o sistema patriarcado imprime um direito político dos homens sobre as mulheres, no qual a liberdade civil é uma garantia exclusiva deles, além de permitir o acesso dos homens ao corpo das mulheres. A autora ressalta ainda que o patriarcado é “a forma de direito político que todos os homens exercem pelo fato de serem homens” (p. 39), ou seja, é um sistema que promove a liberdade destes e a sujeição das mulheres.

Para Saffioti (2015), patriarcado é um tipo de relação hierárquica, que está atrelada as relações entre homens e mulheres, na qual os primeiros têm o direito de dominar, de submeter às últimas. Dito isso, entende-se que está presente em todos os espaços da sociedade, não somente no âmbito privado. Destaca também que este regime “ancora-se em uma maneira de os homens assegurarem, para si mesmos e para seus dependentes, os meios necessários à produção diária e à reprodução da vida” (p. 111).

Historicamente as relações entre homens e mulheres são marcadas pelo poder exercido por eles, que por vezes submetem as companheiras, filhas, etc, a atitudes de acordo com suas vontades, sendo estas vistas apenas como um instrumento para conseguir satisfazer seus desejos (SAFFIOTI, 1987). Quando a mulher não age de acordo com o esperado pelo companheiro ou, quando resolve terminar o relacionamento, por exemplo, eles podem reagir com atitudes cruéis e chegar ao extremo da violência.

Se na Roma antiga, o patriarcado detinha o poder de vida e morte sobre sua esposa e seus filhos, hoje tal poder não mais existe, no plano *de jure*. Entretanto, homens continuam matando suas parceiras, às vezes com requinte de crueldade, espartilhando-as, atando-lhes fogo, nelas atirando e as deixando tetraplégicas etc. O julgamento destes criminosos sofre, é óbvio, a influência do sexismo reinante na sociedade, que determina o levantamento de falsas acusações – devassa é a mais comum – contra a assassinada. (SAFFIOTI, 2015, p. 48).

A violência contra a mulher, como já exposto, foi durante muito tempo tolerada na sociedade, uma vez que era vista como um problema de âmbito privado, que não caberia intervenção de terceiros, especialmente de agentes do estado. Mas devido a muitas lutas dos movimentos feministas, especialmente a partir da década de 1980, foi possível inserir a violência contra as mulheres como um problema social e como uma violação dos direitos humanos (FERREIRA, 2010).

Os movimentos feministas pelos direitos das mulheres surgiram no século XIX, na Europa, especialmente na França. Até os anos 1960, os movimentos reivindicavam a igualdade dos direitos civis e políticos entre os gêneros e lutavam contra as desigualdades impostas pelo patriarcado. “Atribui-se como um divisor de águas no movimento, a importante conquista das mulheres pelo direito ao voto, pela sua cidadania” (FERREIRA, 2010, p. 19). Nas décadas seguintes os movimentos se voltaram para denúncias da opressão sofrida pelas mulheres, além de estudos sobre gênero nas representações do feminino e masculino.

No Brasil, as primeiras movimentações para pleitear mudanças nos direitos das mulheres, tiveram início em meados do século XIX, por meio de pequenas manifestações, mas apenas no começo do século XX que o movimento ganhou mais destaque. A primeira

reivindicação foi o direito ao voto (benefício que só foi alcançado em 1932), posteriormente tiveram outras conquistas como estudar e entrar no mercado de trabalho sem a autorização do marido. O movimento feminista também tornou a discussão sobre o combate à violência contra as mulheres em uma questão pública, uma vez que o assunto era tratado como algo privado, restrito à família. Assim o movimento começou a fazer parcerias com o Estado, para tratar da temática da violência (BORIN, 2007).

Em 1994 foi realizada a Convenção Interamericana para Prevenir, Punir e Erradicar a Violência contra a Mulher, em Belém do Pará, organizada pelo movimento feminista, juntamente com órgãos governamentais. De acordo com o tratado na Convenção, a violência contra a mulher pode ser definida como “qualquer ação ou conduta, baseada no gênero, que cause morte, dano ou sofrimento físico, sexual ou psicológico à mulher, tanto no âmbito público como no privado” (MELO; TELES, 2003, p. 68).

As mulheres em todo o mundo sofrem diariamente os mais variados tipos de violência. Recorremos a Minayo (2006), para classificar os tipos de violência em física, sexual ou psicológica. A primeira significa usar a força para ferir, causar dor, lesão ou incapacitar alguém. A violência sexual refere-se ao ato de obter excitação sexual por meio de aliciamento, violência física ou ameaças feitas à vítima, e podem ocorrer tanto dentro de relações hetero ou homossexuais. Por último a psicológica que “nomeia agressões verbais ou gestuais com o objetivo de aterrorizar, rejeitar, humilhar a vítima, restringir a liberdade ou ainda, isolá-la do convívio social” (p. 82).

Segundo Ferreira (2010), a violência psicológica é silenciosa, pois sua manifestação acontece principalmente dentro do ambiente doméstico, muitas vezes sem a presença de testemunhas, o que dificulta sua divulgação e o seu combate. Além disso, este tipo de violência interfere na saúde mental da mulher, na sua integridade física, moral e social.

De acordo com a Lei nº 11.340 de 7 de agosto de 2006, conhecida como Lei Maria da Penha, no inciso II do Art. 7º a violência psicológica é qualquer atitude que “cause dano emocional e diminuição da autoestima ou que lhe prejudique e perturbe o pleno desenvolvimento ou que vise degradar ou controlar suas ações, comportamentos, crenças e decisões”. Em julho de 2021, a lei nº 14.188, incluiu a violência psicológica no código penal, com pena de reclusão que varia de 6 meses a 2 anos e pagamento de multa.

A Lei Maria da Penha acrescenta ainda os danos patrimoniais e morais como violência contra a mulher, sendo a primeira definida como “qualquer conduta que configure retenção, subtração, destruição parcial ou total de seus objetos” (Art. 7º, inciso IV, Lei 11.340, 2006)

enquanto a moral é apontada como “qualquer conduta que configure calúnia, difamação ou injúria” (Art.7º, inciso V, Lei 11.340, 2006).

A exposição da forma como a violência contra as mulheres é perpetuada através do tempo por meio da questão de gênero e como isso contribui para uma relação de poder em que os homens são beneficiados é importante para que se possa compreender a dinâmica do relacionamento abusivo.

3 A VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA NO RELACIONAMENTO ABUSIVO

Para compreensão da presente pesquisa, os termos abuso e violência psicológica serão utilizados de maneira equivalente, visto a forma como são tratados nas produções acerca do tema, em que autores pesquisados podem usar os dois termos para tratar do assunto. Vale ressaltar aqui a definição de violência psicológica preconizado na Lei Maria da Penha, uma vez que este é conceito base do trabalho:

a violência psicológica, entendida como qualquer conduta que lhe cause dano emocional e diminuição da autoestima ou que lhe prejudique e perturbe o pleno desenvolvimento ou que vise degradar ou controlar suas ações, comportamentos, crenças e decisões, mediante ameaça, constrangimento, humilhação, manipulação, isolamento, vigilância constante, perseguição contumaz, insulto, chantagem, ridicularização, exploração e limitação do direito de ir e vir ou qualquer outro meio que lhe cause prejuízo à saúde psicológica e à autodeterminação (Lei n. 11.340, 2006).

Segundo Hirigoyen (2006), a violência psicológica pode acompanhar os outros tipos de agressões e causar sequelas, porém é uma forma de violência silenciosa que pode ser manifestada, por exemplo, com humilhações ou insultos, não deixando marcas visíveis. “A violência psicológica é negada pelo agressor, bem como pelas testemunhas, que nada veem, o que faz a própria vítima duvidar daquilo que a magoa tão profundamente. Nada vem lhe dar provas da realidade do que ela sofre” (p. 42).

O abuso emocional, de acordo com Miller (1999), pode ser realizado de diversas maneiras e todas elas destroem a autoestima e o autorrespeito das mulheres. Nas relações abusivas, a violência começa de maneira discreta até tomar grandes proporções. “Um homem pode começar com uma reclamação e deslizar para as críticas constantes e xingamentos antes mesmo de ela perceber a existência de um problema” (p. 34).

Quando se fala em relacionamentos, imagina-se que no convívio entre os parceiros, exista afeto e respeito entre ambos. No entanto, muitas relações envolvem brigas, discussões, chantagens e outras atitudes que tornam abusivo esse vínculo afetivo (D’AGOSTINI et al, 2021).

Em um relacionamento abusivo é comum o uso da violência, seja ela física, sexual ou psicológica, pois implica uma ligação de poder de um membro contra o outro. Segundo Barretto (2018) o relacionamento abusivo está relacionado ao controle sobre a mente e o corpo da outra pessoa, envolvendo jogos e disputas de força, em que o abusador exerce poder contra o abusado, pois há um sentimento de posse do primeiro em relação ao último. “É uma

dominação que também se dá no abstrato, na exigência da atenção, do sentimento, na dominação das emoções e vontades do outro” (p. 145).

Por se tratar do tema deste trabalho, iremos destacar o uso da violência psicológica pelos parceiros nas relações, independente da natureza, seja namoro, casamento, etc. Os abusos podem ser cometidos por qualquer um dos parceiros, mas para efeito do estudo aqui realizado, focamos na violência perpetrada por homens sobre as suas parceiras afetivas. Segundo Miller (1999), o abuso é um comportamento sistemático, contínuo, para obter o controle da parceira e no qual as mulheres envolvidas têm dificuldade de perceber os riscos e sair dessa relação.

As mulheres presas na escalada do abuso afirmam não conseguir lembrar-se de quando começaram a compreender que era abuso. Ele ocorre tão regular e inexoravelmente, que não há tempo para adquirir uma perspectiva. Elas não conseguem mencionar um momento traumático isolado, que identifique o comportamento do parceiro como abusivo – não “o dia que ele disse que eu não podia visitar minha mãe”, nem “o momento em que ele me chamou de cadela estúpida”, nem “a manhã em que ele escondeu as chaves do carro”. (MILLER, 1999, p. 97).

De acordo com Monteiro (2012), essa dificuldade de perceber a real situação por quem sofre o abuso também pode ser atribuída ao fato de alguns comportamentos característicos da violência psicológica produzidos pelo parceiro terem sido naturalizados pela sociedade, uma vez que são muito perpetuados nos relacionamentos amorosos. Barretto (2018) destaca que a naturalização desses comportamentos faz com que até certos tipos de violência física seja tolerada, como um beliscão ou um empurrão. “Esse tipo de violência é banalizada através de frases como “apenas um tapinha não dói” ou “tapa de amor não faz mal”” (p. 149).

Saffioti (2015), diz que na violência de gênero, em especial a cometida por homens contra mulheres nos relacionamentos, os limites entre agressão e as obrigações que são impostas para elas enquanto normas sociais são tênues e, que cada mulher interpreta de maneira individual quando sua integridade é rompida. “Com efeito, paira sobre a cabeça de todas as mulheres a ameaça de agressões masculinas, funcionando isto como mecanismo de sujeição aos homens, inscrito nas relações de gênero” (p. 79).

Confirmando a ideia de singularidade no julgamento de uma dada ação como violenta, Barretto (2018) pontua que cada pessoa compreende o que é aceitável na relação. Citando o exemplo da violência sexual, a autora destaca que o não consentimento nesse contexto demarca um tipo de abuso.

De um modo simplificado, uma mulher ao ter a relação sexual com o seu parceiro diante de uma imposição dele (contrária à sua vontade), pode não ver tal situação

como um abuso/ violência, uma vez que fomos criadas em uma sociedade patriarcal, com o discurso de que “as mulheres devem agradar os seus parceiros” ou ainda “se essa mulher não compreender as necessidades sexuais ele terá o direito de procurar outra”. Algumas outras atitudes abusivas são tão naturalizadas socialmente nos relacionamentos que passam quase despercebidas: “o ciúme pode ser confundido com amor”, “o parceiro pode interferir nas roupas que a parceira usa”, “o parceiro pode proibir que a parceira trabalhe porque ele é homem e provedor”, entre outras. (BARRETTO, 2018, p.148).

Como já citado acima, a mulher nem sempre consegue perceber que está vivenciando um relacionamento abusivo, pois a violência psicológica sofrida é vista como comportamentos naturais e toleráveis dentro de uma relação afetiva, como por exemplo, o ciúme excessivo. Nesse tipo de violência, o abusador nutre sentimento de desconfiança em relação a parceria, mesmo sem motivo aparente. “A mulher vive numa situação de vigilância constante” (MONTEIRO, 2012, p. 11).

A tentativa de controlar a outra pessoa também pode ser considerada como violência. Pedidos, ordens e restrições são realizadas no sentido de impedir que a pessoa possa agir de maneira independente. Esse comportamento, no entanto, é visto muitas vezes como cuidado e não é considerado abuso (PIMENTEL, 2011; MONTEIRO, 2012).

Outra forma de violência psicológica que pode ser perpetrada por um abusador é o isolamento, que tem como objetivo deixar a mulher dependente apenas do homem, sem ter nenhum apoio externo de amigos ou família, ficando assim em uma posição submissa. O homem pode isolar a mulher de diversas formas: usando de manipulação, dando ordens, proibindo de estudar, trabalhar e de manter o contato com familiares e pessoas próximas (MILLER, 1999; MONTEIRO, 2012).

O isolamento é uma poderosa arma sob o controle deles empunhada para criar o desespero do abandono e da solidão, tornando a mulher totalmente dependente da única pessoa que lhe resta, o seu vitimizador. Durante algum tempo, ele força-a a afastar-se não apenas das pessoas significativas em sua vida, mas também da comunidade humana mais ampla, à qual um dia ela já pertenceu (MILLER, 1999, p. 65-66).

As intimidações ou ameaças também são violências psicológicas praticadas em uma relação abusiva, com o intuito de amedrontar a pessoa. “Por exemplo, intimidar o outro com um soco na mesa, na parede ou no móvel, gritando: *porra, me deixa em paz*. Ou dar uma facada, um tiro; ou xingar: *sua/seu...*” (PIMENTEL, 2011, p. 42). A mulher em situação de violência psicológica também passa por humilhações e constrangimentos, que visam diminuir sua autoestima, levando a pessoa que é humilhada a nutrir sentimentos de inferioridade e de incapacidade. “É um tipo de violência que se dá a partir de palavras depreciativas, desdenhosas para com o outro” (MONTEIRO, 2012, p. 12).

A indiferença em relação às necessidades afetivas da mulher também é apontada por Monteiro (2012) como um tipo de abuso psicológico “É uma forma de demonstrar total desprezo, criando uma situação de total insegurança para o outro. É não respeitar a mulher como pessoa, com sentimentos e emoções, não respeitar seu estado de saúde” (p. 12). Segundo a autora, o agressor não reconhece as emoções e sentimentos da vítima, pois a mesma é tida como um objeto.

Outro tipo de violência psicológica é o chamado de “gaslighting”, que é uma forma de manipulação em que o abusador induz a outra pessoa a duvidar de sua própria sanidade. “O Gaslighting, uma das principais formas assumidas pelo abuso psicológico, é uma maneira sutil de corroer as bases da lógica sobre as quais uma pessoa aprendeu a tomar decisões e agir” (MILLER, 1999, p. 41). Neste abuso, o parceiro distorce os fatos e alega que a pessoa está imaginando situações ou que está reagindo de forma exagerada, histérica, fazendo com a pessoa em situação de abuso passe a questionar se realmente está agindo e pensando de forma coerente com a realidade.

Sentimentos como culpa emergem e, por fim, aquela que sofre o gaslighting acaba por se desculpar por, em tese, estar pensando ou agindo de determinado jeito. Em função disso, é instaurada uma confusão na mente do abusado, fazendo com que ele, o que sofreu o gaslighting, acabe por distorcer a noção do que é realidade e do que não é. A vítima parece ir perdendo a autonomia, vendo o mundo com os olhos de outrem (SOUZA, 2017, p. 12)

Como foi apresentado, o abusador pode usar várias formas para cometer violência psicológica contra sua parceira, no entanto nem sempre age assim, podendo apresentar também momentos de carinho e atenção, o que leva muitas mulheres acreditarem que há possibilidade de mudança (BARRETO, 2018).

É comum os abusadores prometerem mudanças tanto no comportamento que apresentam (agressivo, possessivo, extremamente ciumento, violento, explosivo), quanto no relacionamento como um todo. O abusado pode estar ciente do relacionamento abusivo, mas, geralmente há a crença de que o parceiro irá mudar. O abusador por sua vez costuma a alternar o seu comportamento: em dado momento é descrito como romântico, sensível, preocupado e, em outro se torna irreconhecível. Contudo, o seu discurso envolve um jogo emocional. O abuso comporta um ciclo. (BARRETO, 2018, p. 149).

O ciclo na qual as mulheres que estão em situação de violência psicológica ficam aprisionadas apresenta as seguintes fases: tensão; agressão; desculpas e reconciliação (lua de mel), que se repetem e se intensificam com o tempo (HIRIGOYEN, 2006; MONTEIRO, 2012).

A primeira fase é caracterizada pela irritabilidade do homem, provocada pelas tensões em relação a emprego, filhos, preocupações financeiras. Nesta fase a mulher “tenta se comportar de forma a evitar a violência e acredita na possibilidade de fazer com que o companheiro contenha sua raiva, deixando de lado suas próprias vontades e desejos” (MONTEIRO, 2012, p. 16). A tensão só aumenta com o tempo, levando a segunda fase que é onde ocorre o abuso ou agressão. Mesmo que não ocorra violência física, Miller (1999) destaca que pode ter gritos, ameaças, xingamentos, entre outros atos.

Após esses episódios, há a fase de desculpas e arrependimento: “o homem diz que sente muito, traz flores, chora, promete que aquilo não acontecerá mais. Ele explica que não queria dizer o que disse e que não teria agido assim se ela não tivesse provocado” (MILLER, 1999, p. 99). O abusador também pode colocar culpa em fatos externos para explicar seus atos.

Seguindo o ciclo há um período de calma, reconciliação, uma espécie de lua de mel, onde há troca de afeto e mudança de comportamento do homem, fazendo a mulher ter esperanças no relacionamento e acreditando que pode dar certo. “Essa fase só faz com que as mulheres se tornem mais resistentes às violências e tenham mais esperança que seus companheiros mudem, fazendo com que o ciclo recomece” (MONTEIRO, 2012, p. 17). Como esse ciclo é intermitente, a mulher em situação de violência psicológica pode naturalizar ou mesmo justificar a violência vivida.

A violência psicológica deixa marcas na mulher, que afetam a sua vida psíquica, abalando sua autoestima, autoconceito, autoimagem e a forma como se relacionam com o mundo e consigo própria, bem como pode gerar adoecimento. “A violência psicológica que se estabelece no relacionamento conjugal contribui para a instalação da doença ou de processos de adoecimento. Adoecer não acontece apenas através de sintomas físicos ou orgânicos. Engloba a existência total” (PIMENTEL, 2011, p. 45). Desta maneira, pensando na perspectiva holística, relacional e dialogal da Gestalt-terapia que compreende o ser em constante desenvolvimento a partir dos contatos e/ou as interrupções destes no processo de contatar, foi-nos possível ancorarmos teoricamente na referida abordagem para analisarmos as afetações da violência psicológica nas mulheres que vivenciam relacionamento abusivo. A seguir, discorreremos sobre os seus principais conceitos.

4 CONCEITOS GESTÁLTICOS

Para compreender a existência humana segundo a Gestalt-terapia é necessário entender o contexto e o meio no qual o indivíduo está inserido e como estabelece suas relações com o mundo. De acordo com Perls; Hefferline e Goodman (1997) toda relação que ocorre na interação e na fronteira entre organismo e ambiente é uma forma de contatar. “Primordialmente, o contato é awareness da novidade assimilável e comportamento com relação a esta; e rejeição da novidade inassimilável. O que é difuso, sempre o mesmo, ou indiferente, não é um objeto de contato” (p. 44). Assim, somente o novo é assimilado no processo de contatar.

Como citado acima, contato é awareness, então faz-se necessário apresentar esse conceito, que é um dos mais importantes na abordagem gestáltica e que não há tradução equivalente no nosso idioma. Segundo Yontef (1998), awareness é “o processo de estar em contato vigilante com os eventos mais importantes do campo indivíduo/ambiente, com total apoio sensorio motor, emocional, cognitivo e energético” (p. 31). De acordo com o autor, a pessoa que está aware, está consciente, sabe o que e como está fazendo algo, no aqui-e-agora.

Perls; Hefferline e Goodman (1997) pontuam que o ciclo do contato ocorre nas seguintes fases: pré-contato, contato, contato final e pós-contato. Na fase do pré-contato ocorrem as sensações, os estímulos do meio são a figura e o corpo é o fundo. No pré-contato tem-se “o id da situação, dissolvendo-se em suas possibilidades” (p. 208). O contato já é uma fase de processo de escolha ou rejeição das oportunidades, de agir ou não. “Estas são as identificações e alienações do Ego” (p. 208). No contato final há uma harmonia entre a percepção, o movimento e o sentimento na execução da ação. “A awareness está no seu ponto mais radiante, na figura do Tu” (p. 208). Por fim, no pós-contato “há uma interação fluida entre organismo/ambiente que não é uma figura/fundo: o self diminui” (p. 209). É uma fase em que assimila as experiências vividas.

Todo contato é realizado por meio da visão, do toque, da audição, do tato, do paladar, do olfato, do movimento, que são chamados de “funções de contato” (CARDELLA, 2017). Segundo Polster e Polster (1979), o contato é realizado por meio dessas funções de contato, mas se ocorrer alguma alteração, desordem nestas, o contato é prejudicado, podendo ser interrompido ou evitado. Os autores destacam que quando o contato é feito “é o mesmo para todas as funções; existe uma carga de excitação dentro do indivíduo que culmina num senso de pleno envolvimento com o que quer que seja interessante naquele momento” (p.140).

Ribeiro (2007) destaca as leis que regulam o corpo são as mesmas que determinam se um contato será de maior ou menor qualidade. “Sem conhecer o corpo, pouco se pode fazer para que um contato seja nutritivo e transformador. O corpo é objeto e sujeito imediato do contato” (p. 28).

O contato ocorre na fronteira de contato, que é um lugar de troca de experiências e tem como função o crescimento do indivíduo: “...é na fronteira que os perigos são rejeitados, os obstáculos superados e o assimilável é selecionado e apropriado” (PERLS HEFFERLINE e GOODMAN, 1997, p. 44). A fronteira de contato não deve ser compreendida como um ponto de separação entre organismo e ambiente, mas que protege e limita o indivíduo contactando-o com o seu meio.

Para Polster e Polster (1979) a fronteira do Eu, é aquela que é formada por toda a abrangência de fronteiras de contato e na qual uma pessoa compreende o contato como aceitável. É a fronteira do Eu que determina em quais situações será possível fazer um contato pleno ou não. “As fronteiras do ser humano, as fronteiras do eu, são determinadas por toda a amplitude de suas experiências na vida e por suas capacidades internas de assimilar a experiência nova ou intensificada” (p. 120). Os autores descrevem a experiência da fronteira do eu a partir das seguintes perspectivas: fronteiras corporais, fronteiras de valores, fronteiras de familiaridade, fronteiras expressivas e fronteiras de exposição.

As fronteiras do corpo estão relacionadas como a consciência da sensação de algumas partes ou funções do corpo pode estar restrita ou fora dos limites para algumas pessoas. Como não é possível contatar com o que está fora da fronteira do eu, o indivíduo não mantém contato com partes importantes de si próprio. (Polster e Polster, 1979).

Segundo Polster e Polster (1979), quando uma pessoa está com suas fronteiras de valor muito rígidas e presas em seus próprios padrões há uma impossibilidade de fazer contato e assim viver experiências que podem ser necessárias para conseguir o que deseja. É através da ampliação da fronteira de valor que novas experiências são possíveis.

A fronteira de familiaridade é estabelecida pelo medo do desconhecido, permitindo contatar apenas com o que a pessoa já está habituada. Existem também algumas limitações de tempo ou geográfica que impedem o contato com o novo e que quando são removidas e não são aproveitadas indicam uma cristalização na fronteira de familiaridade “A fronteira que estabelecemos como linha de demarcação entre nós e o desconhecido, que nos recusamos a contatar, mesmo que haja oportunidade, é um limite que colocamos em nós mesmos” (POLSTER e POLSTER, 2001, p. 131).

As fronteiras expressivas são delineadas a partir dos tabus que são impostos contra comportamentos expressivos; desde cedo as crianças ouvem as indicações “não toque”, “não chore”, “não se masturbe”, entre outros. Isso acaba implicando na forma como a pessoa vai agir durante a sua vida. E por último, a fronteira de exposição está relacionada à relutância em ser observado ou reconhecido, pois a exposição pode implicar em desdém ou exigências, assim a pessoa só está disposta a se expor e ser observada dentro dos limites que estabelece como seguro ou ideais. (POLSTER e POLSTER, 2001). Quando o indivíduo apresenta rigidez em suas fronteiras, o contato fica prejudicado.

Segundo Perls; Hefferline e Goodman (1997), o ato de contatar não significa aceitar passivamente qualquer novidade, pois o contato é um ajustamento criativo do indivíduo e ambiente. O ajustamento criativo é um contato que permite uma transformação de acordo com o meio e com as suas necessidades, que pode assimilar ou rejeitar as novidades, a partir da figura dominante no momento. “Criatividade e ajustamento são polares, são mutuamente necessários. Espontaneidade é apoderar-se, crescer e incandescer com o que é interessante e nutritivo no ambiente” (PERLS; HEFFERLINE E GOODMAN, 1997, p. 45).

O ajustamento criativo pode ser funcional ou disfuncional. É considerado funcional quando o indivíduo está aware de suas necessidades e consegue priorizá-las de acordo com a hierarquia de valores e com as oportunidades encontradas no campo organismo/meio. Já no ajustamento criativo disfuncional há uma perturbação ou inabilidade em se relacionar criativamente com o meio, não atendendo suas necessidades, que se tornarão gestalten abertas demandando fechamento (FRAZÃO, 2013).

Confirmando a ideia exposta pelos autores acima, Cardela (2017) apresenta o contato como uma forma de constituição de uma figura em um determinado fundo no campo organismo-meio, no qual o indivíduo precisa se aproximar ou se afastar na fronteira de contato para atender suas necessidades.

De acordo com Ribeiro (2007), as mudanças tornam-se possíveis somente através do contato. “É pelo contato que figura e fundo seguem seu caminho de formação e destruição de novas gestalten, em um eterno renovar-se” (p. 31). Os termos figura e fundo na Gestalt-terapia referem-se a uma necessidade dominante que deverá ser satisfeita primeiro (figura), enquanto as outras tornam-se o fundo (história de vida) em um processo dinâmico (KIYAN, 2006). Perls (1985) destaca que para uma pessoa possa atender uma necessidade (fechar uma Gestalt) e passar para a próxima, é necessário interagir com o meio através do sistema self.

Perls; Hefferline e Goodman (1997) denominam de self, o sistema de contatos realizados pelo indivíduo, cujo funcionamento é formar figuras e fundos de acordo com as

necessidades do organismo. Assim, “o self é a fronteira-de-contato em funcionamento” (p.49). Ginger e Ginger (1995) acrescentam que o self é uma forma particular de lidar em determinadas circunstâncias: “Não é o seu “ser”, mas seu “ser no mundo” – variável conforme as situações” (p. 126).

O self possui três estruturas, a saber, o Id, o Ego e a Personalidade, que são as etapas principais do ajustamento criativo (PERLS, HEFFERLINE e GOODMAN, 1997). A função Id diz respeito aos atos automáticos, relacionados com as pulsões e funções vitais, como respirar, comer. Segundo Kiyon (2006), o id é a função que menos requer um estado de consciência do indivíduo.

Já a função Ego é ativa, responsável por escolhas ou rejeições no ato de contatar, a partir da tomada de consciência (awareness) das necessidades no momento. “A partir da tomada de consciência, o indivíduo deliberadamente manipula o ambiente, contatando-o ou fugindo, dependendo do movimento que precisa fazer, ou melhor, do tipo de contato que precisa estabelecer para fechar uma Gestalt” (KIYAN, 2006, p. 166). Quando ocorrem perturbações nessa função ocorre o chamado de “perdas da função ego”, “mecanismos de evitação”, “mecanismo de defesa”.

A função personalidade refere-se à autoimagem que o indivíduo tem de si, ao sentimento de identidade, que permite que a pessoa se reconheça nas suas atitudes e escolhas. É a função personalidade que “assegura a integração de minhas experiências anteriores, a assimilação do que vivi ao longo de toda minha história” (GINGER e GINGER, 1995, p. 128). Perls; Hefferline e Goodman (1997) destacam que a personalidade é o reconhecimento do que a pessoa é, porém, quando “o comportamento interpessoal é neurótico, a personalidade consiste em alguns conceitos errôneos a respeito de nós próprios, introjetos, ideais de ego, máscaras, etc” (p.187).

De acordo com Ribeiro (2007), todo ciclo de contato tem no seu centro o self como propriedade essencial no processo de desenvolvimento do indivíduo. Assim o self pode ser compreendido como “a síntese daquilo em que nos tornamos ao longo da vida. É a nossa autoimagem, é aquilo que sentimos quando dizemos: eu sinto, eu penso. O sentido das coisas e de nós mesmos emana dele” (p. 47).

Ribeiro (2007) pontua que quando o contato é interrompido e se mantém repetidas vezes, sem concluir seu ciclo, ou seja, sem que suas ações atendam suas necessidades, podem ocorrer os bloqueios de contato ou mecanismos de defesa. O autor apresenta nove bloqueios de contato:

- Fixação: “processo através do qual me apego excessivamente a pessoas, ideias ou coisas e, temendo surpresas diante do novo e da realidade” (p. 61);
- Dessensibilização: “processo através do qual me sinto entorpecido, frio diante de um contato, com dificuldade para me estimular. Sinto uma diminuição sensorial no meu corpo, não diferenciando estímulos externos” (p. 61);
- Deflexão: “processo através do qual evito contato pelos meus vários sentidos, ou faço isso de maneira vaga e geral, desperdiço minha energia na relação como o outro, usando um contato indireto, palavreado vago, excessivo, ou polido demais, sem ir diretamente ao assunto” (p. 61);
- Introjeção: “processo através do qual obedeco e aceito opiniões arbitrarias, normas e valores que pertencem a outros, engolindo coisas sem querer e sem conseguir defender meus direitos por medo da minha própria agressividade e da agressividade dos outros” (p. 61);
- Projeção: “processo através do qual tenho dificuldade de identificar o que é meu, atribuo aos outros coisas que não gosto em mim, bem como a responsabilidade pelos meus fracassos” (p. 62);
- Proflexão: “processo através do qual desejo que os outros sejam como eu desejo que eles sejam, ou desejo que eles sejam como eu sou, manipulando-os a fim de receber deles aquilo de que preciso” (p. 62);
- Retroflexão: “processo através do qual desejo ser como os outros desejam como eu seja, ou desejo que eu seja como eles próprios são, dirigindo a mim mesmo a energia que deveria dirigir a outrem” (p. 62);
- Egotismo: “processo através do qual me coloco sempre como centro das coisas, exercendo controle rígido e excessivo no mundo fora de mim, pensando em todas as possibilidades para prevenir futuros fracassos ou possíveis surpresas” (p. 62);
- Confluência: “processo através do qual me ligo fortemente aos outros, sem diferenciar o que é meu do que é deles; diminuo as diferenças para sentir-me melhor e semelhante aos demais” (p. 62).

Os mecanismos de defesa podem ser ou não de caráter neurótico, irá depender da forma e circunstância que são utilizados pois “... nem todo contato é saudável, nem toda fuga é doentia. Uma das características do neurótico é não poder fazer bom contato, nem organizar sua fuga” (PERLS, 1985, p. 35). Segundo Perls (1985), contato e fuga são maneiras de lidar

na fronteira de contato e, estão relacionados à capacidade de discriminação do indivíduo em fazer escolhas, em saber aceitar ou rejeitar contato. “Contato e fuga, num padrão rítmico, são nossos meios de satisfazer nossa necessidade de continuar os progressivos processos da vida” (p. 37). Assim o contato com o meio (aceitação) e a fuga (rejeição), estão relacionados com a capacidade da pessoa de discriminar suas necessidades.

A neurose surge a partir da incapacidade do indivíduo perceber suas reais necessidades, não conseguindo assim satisfazê-las, mantendo um padrão na forma de agir. De acordo com Ginger e Ginger (1995) a neurose é um “conjunto de respostas obsoletas ou anacrônicas, em geral enrijecidas numa estrutura de caráter que reproduz comportamentos adquiridos em outros tempos e em outros lugares” (p. 128).

Persl (1985) destaca que no neurótico não há um equilíbrio entre suas necessidades pessoais e as solicitações vindas da sociedade, permitindo que esta o influencie, moldando-o e subjogando-o. “Sua neurose é manobra defensiva para protegê-lo contra a ameaça de ser barrado por um mundo esmagador. Trata-se de sua técnica mais efetiva para manter o equilíbrio e o sentido de autorregulação...” (p.45). Ou seja, foi a forma que o indivíduo encontrou de ajustar-se criativamente, mesmo que de maneira disfuncional.

Para Perls (1985) falta autoconfiança no neurótico, que é uma das capacidades vitais no processo de sobrevivência, por esse motivo, na neurose o indivíduo trabalha para suprir essa falta e não para superá-la. Essa falta de autoconfiança vai impactar na construção do autoconceito do indivíduo, uma vez que este conceito de si próprio não irá representar a sua realidade, ou seja, a pessoa não se percebe como de fato é.

A partir dos conceitos expostos acima, iremos tecer relações no propósito de analisar as possíveis afetações na vida das mulheres que vivenciam essa forma de relacionamento. Entretanto, discorreremos primeiramente sobre o percurso metodológico utilizado nessa pesquisa.

5 PERCURSO METODOLÓGICO

Esta pesquisa foi realizada a partir de uma pesquisa bibliográfica sobre a temática da violência psicológica tendo por objetivo analisar como este fenômeno afeta a vida das mulheres que vivenciam relacionamentos abusivos, a partir da perspectiva da Gestalt-terapia. Para isto, foi desenvolvida uma pesquisa qualitativa, de caráter fenomenológico.

O método qualitativo foi escolhido devido à necessidade de uma compreensão particular e integral do fenômeno, que se desenvolve a partir da experiência singular de cada pessoa (REY, 2005).

A pesquisa qualitativa se debruça sobre o conhecimento de um objeto complexo: a subjetividade, cujos elementos estão implicados simultaneamente em diferentes processos constitutivos do todo, os quais mudam em face do contexto em que se expressa o sujeito concreto (REY, 2005, p. 51).

Assim, a temática aqui estudada não pode ser compreendida de maneira isolada, visto que possui inter-relações complexas e dinâmicas, exigindo assim uma compreensão integral do processo e não sua fragmentação em variáveis (REY, 2005). Segundo Fonseca (2002), esse tipo de pesquisa preocupa-se com aspectos que não podem ser quantificados, focando na compreensão da dinâmica das relações sociais.

Para o desenvolvimento do trabalho, foi realizada uma pesquisa bibliográfica, através de um apanhado sobre os trabalhos já realizados sobre o tema. Segundo Lakatos e Marconi (2003), a pesquisa bibliográfica não é uma repetição do que já foi escrito, mas representa uma fonte de informações que pode ajudar o pesquisador a explorar novas áreas sob um novo enfoque ou abordagens. De acordo com as autoras, a pesquisa bibliográfica possui oito fases: escolha do tema, elaboração do plano de trabalho, identificação, localização, compilação, fichamento, análise e interpretação e a redação.

Inicialmente foi realizada a escolha do tema, que partiu do interesse da pesquisadora em compreender os impactos que a violência psicológica pode gerar em quem sofre, seguido do planejamento das etapas do trabalho a ser realizado. A terceira etapa foi realizada uma pesquisa nas bases de dados na internet (CAPES, PePSIC e SciELO), através dos descritores “Gestalt-terapia e violência psicológica”, “Gestalt-terapia e violência mulheres”, “Gestalt e relacionamento abusivo”, “relacionamento abusivo e violência psicológica”, sendo selecionados os trabalhos que datam entre 2010 a 2021 e que versam sobre o tema violência psicológica e relacionamentos abusivos, com os autores D’Agostini (2021), Barreto (2018),

Borin (2007), Monteiro (2012), Passos (1999) e Souza (2017), excluindo-se da pesquisa aqueles que não tratam estes assuntos como o principal foco, a exemplo das produções que focam na violência física.

Também foram utilizadas obras clássicas da Gestalt-terapia, como Perls (1985), Perls, Hefferline e Goodman (1997), além de outros referenciais dessa abordagem, com a contribuição de Ginger e Ginger (1995), Kiyon (2006), Ribeiro (2007) e Cardella (2017). Assim, explanamos sobre alguns conceitos da abordagem como contato, fronteira de contato, self e mecanismos de defesa e as dinâmicas envolvidas no fenômeno abordado, para realizarmos a análise e compreensão dos resultados obtidos durante o estudo.

6 ANÁLISE E DISCUSSÃO

Diante do exposto no referencial teórico dessa pesquisa sobre a violência contra a mulher, gênero, a dinâmica que envolve a violência psicológica no relacionamento abusivo e os conceitos gestálticos, é possível discorrer sobre como os abusos afetam a vida das mulheres que vivenciam essa forma de relação, a partir da perspectiva gestáltica, uma vez que essa abordagem segundo KIYAN (2006) compreende o indivíduo a partir das relações que estabelece no meio em que está inserido “criando-se a cada instante, transformando-se num incessante ser e vir a ser” (p. 98).

Como já foi apresentado por PASSOS (1999) e ZANELLO (2018) normas sociais que atribuem características para homens e mulheres acabam sendo assimiladas como introjetos pelos indivíduos, ou seja, as pessoas incorporam e agem de acordo com regras impostas pela sociedade. Desde a infância há um processo de naturalização dos papéis a serem desempenhados pelas pessoas, seja por meio da educação formal ou mesmo das mídias, através de filmes, desenhos, programas de TV. Assim, comportamentos, atos e até a forma de expressar afetos e emoções são influenciados por esses valores e modelos aprendidos.

Ao longo do tempo as mulheres sofreram influência de vários desses introjetos, que muitas vezes afetam a sua forma de se relacionar; um exemplo disso é a responsabilidade que é imputada para elas de manter o relacionamento. Ao introjetar que é sua obrigação de fazer com que o relacionamento funcione bem, as mulheres podem se esforçar na tentativa de preservar a relação e isso pode implicar em aceitar diversas situações, inclusive de violência psicológica, mesmo que esta não seja percebida como tal. Isso dificulta no processo de tornar-se consciente, uma vez que sua forma de pensar e agir estão baseadas nesses preceitos (ZANELLO, 2018).

A dificuldade das mulheres de perceber a realidade em que se encontram, ou seja, de percepção de si e do meio, pode acontecer também pela naturalização de comportamentos abusivos, segundo apontaram Monteiro (2012) e Barretto (2018), e ainda pela invisibilidade da violência psicológica, pois como disse Ferreira (2010), as manifestações desse tipo de violência geralmente ocorrem em ambiente privado, sem testemunhas.

Em alguns relacionamentos amorosos há excessos de ciúmes, chantagem, entre outras ações que são toleradas por se tornarem corriqueiras, mas que são comportamentos típicos da violência psicológica (MONTEIRO, 2012; BARRETO, 2018). Nesses casos entendemos que a mulher tende a ajustar-se disfuncionalmente, uma vez que o ato de contatar não significa

aceitar passivamente qualquer novidade, pois em um contato saudável há uma rejeição de algo novo que não é benéfico para a pessoa.

Quando um indivíduo não está aware e não consegue contatar de maneira saudável, é possível compreender que há redução do seu self, uma vez que esse é um “processo de figura/fundo em situações de contato” (Perls, Hefferline e Goodman, 1997, p. 178). É através da função ego do self, que o indivíduo define o que vai rejeitar ou não para si, ou seja, essa função é responsável pelas escolhas, assim quando há perdas nessa função, a pessoa não consegue contatar de maneira a fechar uma Gestalt. Compreendemos assim que em uma situação de relacionamento com manifestações de violências, há a possibilidade de perturbação no self, o que infere como as mulheres não conseguem pensar em soluções para sair do estado em que se encontram, mesmo passando por sofrimentos diversos.

Essa perturbação na função ego do self, também reflete na função personalidade, que se refere à imagem que a pessoa tem de si mesmo, ao sentimento de identidade, porém quando o indivíduo se comporta de maneira neurótica, essa autoimagem é carregada por conceitos errados, introjetos. A mulher que passa por situação de violência psicológica acaba apresentando baixa autoestima, sentimento de incapacidade, de culpa, de não merecimento, pois sua autoimagem está distorcida, uma vez que é influenciada pelos julgamentos realizados por seus parceiros, que não raro lhes depreciam e humilham (FERREIRA, 2010; MONTEIRO, 2012).

Toda relação é uma forma de contatar e que ocorre na fronteira de contato. É através do contato que um indivíduo atende suas necessidades, no processo de escolha ou rejeição de novidades (Perls; Hefferline e Goodman, 1997). Podemos compreender assim, que em um relacionamento abusivo há uma interrupção do contato e uma rigidez em suas fronteiras, como por exemplo, na fronteira de valor em que a mulher está presa a padrões impostos pela família, religião, sociedade, o que torna mais difícil sair da relação. A fronteira de familiaridade também é afetada por essas uniões, uma vez que o medo do desconhecido impede a pessoa de realizar novas experiências, permanecendo onde já está habituada, ou seja, dentro do relacionamento.

Outra fronteira que se torna rígida é a de exposição, pois muitas mulheres não buscam ajuda por receio do julgamento das pessoas, por vergonha de se reconhecer na situação de violência, por não querer expor seus filhos, entre outros motivos. A fronteira de expressão também pode apresentar rigidez, visto que se espera das mulheres um comportamento mais calmo e paciente, influenciando na sua forma de agir, ou seja, elas podem se tornar passivas diante de situações em que seria necessário rejeitar o que é prejudicial.

Como já citado por Miller (1999) e Monteiro (2012) nas relações abusivas muitas mulheres não estão conscientes da sua situação, o que impossibilita ter um contato criativo funcional com o meio, permanecendo em um estado de desequilíbrio do organismo, que pode gerar adoecimento. O contato é um ajustamento criativo, mas nesses casos pontua-se que é um ajustamento disfuncional, pois há uma dificuldade dessa pessoa se relacionar criativamente, de modo que atenda suas necessidades, ou seja, a mulher se comporta de maneira neurótica, uma vez que mantém um padrão sem conseguir satisfazer suas necessidades, como encerrar a relação ou buscar ajuda quando preciso for, pois como já dizia Perls (1985): “nem toda fuga é doentia” (p35).

Quando há uma interrupção do ato de contatar, necessidades não são atendidas, o ciclo não é concluído e um padrão de agir é mantido e repetido pelo indivíduo, possibilitando a ocorrência de comportamentos neuróticos, através dos bloqueios de contato. Nas mulheres em situação de abuso, podemos observar os bloqueios de introjeção, confluência, projeção, retroflexão, proflexão e a fixação, como figurais.

Como já exposto acima, em uma sociedade baseada nos padrões patriarcais, as mulheres introjetam muitas normas e valores que moldam sua forma de ser e agir, afetando sua maneira de relacionar. A crença que devem aceitar todas as obrigações impostas pelos companheiros para manter o relacionamento, faz com que muitas mulheres permaneçam por anos em situação de violência. Nas relações onde ocorre abuso, a mulher acaba introjetando normas e opiniões impostas por seus parceiros.

Nas últimas décadas, com ações dos movimentos feministas e de outros setores da sociedade, muitos desses introjetos considerados como algo natural e aceitável, como o da violência contra as mulheres, passaram a ser contestados e combatidos. As mulheres estão ganhando recursos nessa luta contra os abusos cometidos por seus parceiros, sejam por meio de leis, campanhas de informação e conscientização, que tratam desse tipo de violência como um problema de todos e que têm por objetivo incentivá-las a denunciar os agressores e romper com esse ciclo. Assim, o trabalho realizado por esses movimentos e a elaboração de leis funciona como um contraponto a esses introjetos e uma forma de fomentar o empoderamento das mulheres.

No movimento de aceitar indiscriminadamente os introjetos, sem críticas, é possível que a pessoa acabe confluindo com o meio, pois como nos diz Perls (1985) “o indivíduo não sente nenhuma barreira entre si e o meio” (p. 51), ou seja, não consegue distinguir o que é seu e o que é do próximo, entende tudo como um só. A mulher que se relaciona de modo confluyente, acaba aceitando tudo o que é imposto pelo parceiro, já que não consegue

diferenciar as suas necessidades com os desejos do outro, passando a agir de acordo com as vontades dele, que podem decidir sobre suas relações de amizade, locais que frequenta, hábitos e modos de se comportar. Assim o abusador acaba controlando a mulher, muitas vezes isolando-a da sua família e amigos e até mesmo proibindo de trabalhar ou estudar.

Outro bloqueio de contato que é possível perceber em mulheres que passam por relacionamento abusivo é o da projeção, uma vez que culpam o meio e o outro por sua própria situação, ou seja, transferem suas responsabilidades para o outro, bem como suas escolhas e decisões. A mulher dessa forma acaba alienando-se de si, não percebendo que certos comportamentos ou crenças pertencem a si mesma e não aos outros, como acredita.

Na retroflexão a pessoa ao invés de dirigir sua energia para fora como forma de satisfazer suas necessidades, como por exemplo, colocando um fim na relação, acaba direcionando para si própria, o que pode refletir em diversos prejuízos na saúde física e mental da mulher, como na autoestima, ansiedade, depressão.

Já na proflexão, a mulher faz tudo com a intenção de agradar, para que receba de volta o mesmo, assim na relação abusiva, ela acaba se submetendo às vontades do parceiro na esperança de que ele reconheça seu valor e faça o mesmo por ela, ou ainda que ele acabe mudando seus comportamentos. É um mecanismo muito encontrado em situação de dependência emocional, comum em pessoas em relacionamento abusivo. Essa forma proflexiva de contatar pode contribuir para que continue presa no ciclo de violência, pois como o abusador não permanece sempre com as mesmas atitudes, agindo em determinados momentos de forma carinhosa e atenciosa, a mulher pode se comportar de forma a agradar cada vez mais o homem na esperança que ele mude e a trate de maneira afetuosa.

Outro bloqueio que pode ser observado é a fixação, que se explica no fato da mulher permanecer em certas situações por estar apegada ao que já lhe é conhecido e familiar. Assim, mesmo em casos de violência, não se sente capaz de mudar sua situação, permanecendo presa nela, há uma falta de confiança em si mesma.

Como nos diz Perls (1985), falta autoconfiança no neurótico e podemos perceber isso nas mulheres que passam por relacionamentos abusivos. Essa insegurança acentuada acaba impactando a sua autoimagem, seu autoconceito, que não estará de acordo com a realidade, assim a pessoa se percebe de maneira equivocada, como não se sentir capaz de modificar o estado em que se encontra. Permanecendo assim em um estado de desequilíbrio, sem conseguir distinguir o que lhe é nutritivo ou que lhe é tóxico.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo deste trabalho foram apresentadas discussões teóricas acerca do fenômeno social da violência psicológica contra as mulheres, problema antigo e que impacta a vida dessas pessoas e de quem convive com elas. Diante do que foi exposto, o principal objetivo deste trabalho foi analisar como a violência psicológica afeta a vida das mulheres que vivenciam relacionamentos abusivos, a partir da perspectiva gestáltica. Para realizar a análise, foi necessário apresentar uma contextualização da relação entre violência contra as mulheres e gênero, expor a dinâmica da violência psicológica nas relações abusivas, além de destacar os principais conceitos da Gestalt-terapia, como contato, fronteira de contato, self e mecanismos de defesa. A partir da discussão realizada, foi possível fazer articulações entre a violência psicológica nos relacionamentos abusivos e a abordagem gestáltica, cumprindo assim o objetivo central desse trabalho.

Apesar da grande incidência e dos efeitos que pode gerar na saúde física e mental das mulheres, a violência psicológica ainda é a menos falada e debatida, uma vez que não deixa marcas visíveis, nem sempre ter testemunhas e porque muitas de suas ocorrências não são interpretadas como abuso, mas sim como comportamentos naturais em um relacionamento.

Diante do exposto no referencial teórico é possível compreender que há um processo de naturalização dessas atitudes abusivas, através de normas e valores que são repassados para as pessoas, como regras que ditam como cada um deve agir. Essa construção de papéis masculino e feminino está alicerçada no patriarcado, relação na qual os homens têm o direito de dominar as mulheres. Nos relacionamentos esses costumes tendem a ser mantidos, como uma forma de perpetuar essa relação de poder dos homens sobre as mulheres. Esses valores acabam tendo um peso maior para elas, que podem pagar um preço alto, para manter o ideal de uma relação.

Para analisar como a violência psicológica nos relacionamentos abusivos pode afetar a vida das mulheres, é necessário entender a complexidade das relações envolvidas no processo. Diante disso, como a Gestalt-terapia concebe o homem como um ser holístico e relacional, que está em constante desenvolvimento, a partir dos contatos que estabelece, foi possível analisar essas afetações a partir dessa abordagem.

De acordo com o que foi exposto por meio dos autores aqui utilizados, é possível concluirmos a partir da perspectiva gestáltica que as mulheres em situação de violência psicológica não estão aware de suas reais necessidades; apresentam fronteiras flexíveis e dificuldade de percepção de si e do meio em que se encontram; não conseguem fazer contatos

de maneira saudável, com bloqueios destes e ajustam-se de maneira disfuncional. Além de consequências na sua saúde física, os abusos tendem a deixar marcas no psiquismo, como baixa autoestima, medo, culpa, insegurança, sentimento de incapacidade, com a sua autoimagem distorcida. Assim, há grandes e prejudiciais reverberações da violência no psiquismo dessa mulher, afetando sua forma de se relacionar consigo mesma e com o outro.

Destacamos que as considerações apresentadas foram observadas também durante o estágio específico realizado na Casa da Mulher Brasileira, em que realizávamos dinâmicas de grupo com as mulheres que se encontravam no alojamento de passagem. Foi possível notarmos nas falas das mulheres o medo diante o novo, a insegurança, baixa autoestima, necessidade de aprovação, vergonha pela situação. Mas também pudemos observar que essas mulheres que romperam com esse ciclo de violência apresentavam muita vontade de mudar sua realidade, de fechar esse ciclo tão difícil.

Assim faz-se necessário pensar no trabalho enquanto profissionais para empoderar essa mulher que vivencia relação abusiva, possibilitando a perspectiva de novas formas de fazer contatos saudáveis, pois a forma disfuncional até então utilizada pelas mulheres foi a maneira encontrada de ajustar-se diante uma situação de violência. Esse trabalho deve focar no resgate da sua autoestima, sua autoimagem, seu autorrespeito.

Finalizamos destacando a relevância científica e social do fenômeno aqui analisado e suas implicações, pretendendo assim contribuirmos para o desenvolvimento de estudos na área, visto que ainda há poucos trabalhos sobre a temática a partir da perspectiva teórica aqui utilizada. Esperamos também fomentar o debate sobre a violência psicológica contra as mulheres em relacionamento abusivo. Além disso, tenho a intenção de dar continuidade ao estudo, realizando pesquisa de campo contribuindo assim com novas produções sobre o tema.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Lei N.º 11.340, de 7 de Agosto de 2006. Cria Mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/111340.htm>. Acesso em: 20 jan. 2021.
- D'AGOSTINI, Marina et al. Representações sociais sobre relacionamento abusivo. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 2, p. 20701-20721, 2021. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/25423>. Acesso em: 10 nov. 2021.
- BARRETO, Raquel Silva. **Relacionamentos Abusivos**: uma discussão dos entraves ao ponto final. **Gênero**, Nitérois, v. 18, n. 2, p. 142-154, 2018. Semestral.
- BORIN, Thaisa Belloube. **Violência doméstica contra a mulher**: percepção sobre violência em mulheres agredidas. 2007. 146 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Psicologia, Departamento de Psicologia e Educação, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2007. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/59/59137/tde-30092008-125835/publico/Thaisa.pdf>. Acesso em: 22 nov. 2021.
- CARDELLA, Beatriz Helena Paranhos. A abordagem gestáltica. In: _____. **A construção do psicoterapeuta** – uma abordagem gestáltica. 3. ed. São Paulo: Summus, 2017. cap. 1, p. 33-79.
- FERREIRA, Wanderlea Nazaré Bandeira. **(In)Visíveis Sequelas**: violência psicológica contra a mulher sob o enfoque gestáltico. 2010. 110 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Psicologia, Universidade Federal do Pará, Belém, 2010.
- FONSECA, João José Saraiva da. **Metodologia da pesquisa científica**. Fortaleza: Universidade Estadual do Ceará, 2002. Apostila. Disponível em: <<http://www.ia.ufrj.br/ppgea/conteudo/conteudo-2012-1/ISF/Sandra/apostilaMetodologia.pdf>>. Acesso em: 14 dez. 2021.
- FRAZÃO, Lilian Meyer. Compreensão clínica em Gestalt-terapia: pensamento diagnóstico processual e ajustamentos criativos funcionais e disfuncionais. In: FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajima. (Orgs.). **A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 2013. cap. 4.
- GINGER, Serge; GINGER, Anne. **Gestalt**: Uma terapia do contato. São Paulo: Summus, 1995, p. 15-142
- HIRIGOYEN, Marie-France. **A Violência no casal**: da coação psicológica à agressão Física. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2006.
- KIYAN, Ana Maria Mezzarana. A Gestalt-terapia. In: _____. **“E a Gestalt emerge: vida e obra de Frederick Perls.”** São Paulo: Editora Altana, Col. Identidades, 2006.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de metodologia científica**. São Paulo: Atlas, 2003.

MILLER, Mary Susan. **Feridas invisíveis** – abuso não físico contra mulheres. São Paulo: Summus, 1999.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Violência e Saúde**. Rio de Janeiro: Ed. Fiocruz, 2006.

MONTEIRO, Fernanda Santos. **O papel do psicólogo no atendimento às vítimas e autores de violência doméstica**. 2012. 62 f. Monografia (Especialização) - Curso de Psicologia, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2012.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Relatório Mundial de Violência e Saúde**. Genebra: OMS, 2002. Disponível em: <<https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/wp-content/uploads/2019/04/14142032-relatorio-mundial-sobre-violencia-e-saude.pdf>>. Acesso em: 30 jan. 2021.

PASSOS, Elizete Silva. **Palcos e plateias**: as representações de gênero na Faculdade de Filosofia. Salvador: UFBA; Núcleo de Estudos Interdisciplinares sobre a Mulher, 1999.

PATEMAN, Carole. **O contrato sexual**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1993.

PERLS, Fritz. **A Abordagem Gestáltica e Testemunha Ocular da Terapia**, Rio de Janeiro: Zahar, 1985.

PERLS, Frederick Salomon; HEFFERLINE, Ralph; GOODMAN, Paul. **Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 1997.

PIMENTEL, Adelma. **Violência Psicológica nas relações conjugais**: pesquisa e intervenção clínica. São Paulo: Summus, 2011.

POLSTER, Erving.; POLSTER, Miriam. **Gestalt-terapia integrada**. São Paulo: Summus, 2001.

REY, Fernando L. G. **Pesquisa qualitativa em Psicologia**: caminhos e desafios. São Paulo: Cengage Learning, 2005.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **O ciclo do contato**: temas básicos na abordagem gestáltica. São Paulo, 2007.

SAFFIOTI, Heleieth Iara Bongiovani. **O poder do macho**. São Paulo: Moderna, 1987

_____. **Gênero, patriarcado, violência**. 2. ed. São Paulo: Expressão Popular - Fundação Perseu Abramo, 2015.

SCOTT, Joan. Gênero: uma categoria útil para a análise histórica. In: **Educação e Realidade**, Porto Alegre: 1995.

SOUZA, Cristina Pereira de. **Gaslighting: "você está ficando louca"**: as relações afetivas e a construção das relações de gênero. 2017. 26 f. TCC (Graduação) - Curso de Psicologia, Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2017. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/179502>. Acesso em: 20 nov. 2021.

STREY, Marlene Neves. Violência e gênero: um casamento que tem tudo para dar certo. In: GROSSI, Patrícia Krieger (org.). **Violências e gênero**: coisas que a gente não gostaria de saber. 2. ed. Porto Alegre: Edipucrs, 2012. Cap. 2. p. 51-72.

TELES, Maria Amélia de Almeida; MELO, Mônica de. **O que é Violência contra a mulher**. São Paulo: Brasiliense, 2003. 120 p.

YONTEF, Gary M. **Processo, diálogo e awareness**. São Paulo: Summus, 1998.

ZANELLO, Valeska. **Saúde mental, gênero e dispositivo**: cultura e processo de subjetivação. Curitiba: Appris, 2018.