

## **A INVISIBILIDADE DA VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA VIVENCIADA POR MULHERES VÍTIMAS DE RELACIONAMENTO ABUSIVO COM PARCEIRO ÍNTIMO.**

THE INVISIBILITY OF PSYCHOLOGICAL VIOLENCE EXPERIENCED BY WOMEN VICTIMS OF ABUSIVE RELATIONSHIPS WITH AN INTIMATE PARTNER AMPLÉ OF CONSTRUCTION AND FORMATTING OF A SCIENTIFIC ARTICLE

**Ana Caroline Alves Vieira<sup>1</sup>, Cristiane de Paula do Nascimento<sup>1</sup>, Giselda Benedita Jordão<sup>2</sup>**

1 Aluna do Curso de Psicologia

2 Coordenadora do Curso de Psicologia

---

### **Resumo**

**Introdução:** O artigo apresenta uma revisão bibliográfica sobre a invisibilidade da violência psicológica vivenciada por mulheres vítimas de relacionamento abusivo com parceiro íntimo. Destaca-se a escassez da divulgação de informações sobre esse tipo de violência, o que contribui para a subestimação desse tipo de agressão devido à ausência de evidências físicas. No entanto, ressalta-se que as consequências podem ser profundas. A revisão bibliográfica realizada evidencia a importância do conhecimento sobre esse fenômeno, a fim de que a mulher possa se reconhecer dentro de um relacionamento abusivo e se identificar como vítima de violência psicológica. A Lei Maria da Penha é citada como um instrumento legal crucial na proteção das vítimas, definindo a violência psicológica de maneira específica. Neste sentido o estudo se propôs verificar a necessidade de dar visibilidade a esse tipo de violência, por meio da conscientização e educação da sociedade, apontadas como medidas essenciais para a prevenção e coibição da violência e de relacionamentos abusivos. É enfatizada a importância de quebrar os estigmas associados a esse tipo de agressão, para proporcionar apoio e proteção às vítimas e responsabilizar os agressores. O presente estudo representa um passo significativo no entendimento sobre o enfrentamento da invisibilidade da violência psicológica, contribuindo para que o acesso à informação sobre o tema possa favorecer a prevenção e enfrentamento no combate à violência contra a mulher. Para compreender o ciclo da relação abusiva, foi utilizada a análise do comportamento, na perspectiva de compreender as relações e as consequências que sustentam os comportamentos em uma relação abusiva. Conclui-se assim a importância de reconhecer e combater a invisibilidade da violência psicológica, promovendo conscientização, educação e quebrando estigmas, pois a violência psicológica é a porta de entrada para outras formas de violência. Ao disseminar informações e responsabilizar os agressores, busca-se criar um ambiente seguro e igualitário para todas as mulheres.

**Palavras-Chave:** Violência Psicológica; Invisibilidade; Mulheres vítimas de violência; Saúde Mental; Relacionamento Abusivo - prevenção

### **Abstract**

**Introduction:** The article presents a literature review on the invisibility of psychological violence experienced by women victims of abusive relationships with an intimate partner. The lack of dissemination of information about this type of violence is highlighted, which contributes to the underestimation of this type of aggression due to the lack of physical evidence. However, it is highlighted that the consequences can be profound. The literature review carried out highlights the importance of knowledge about this phenomenon, so that women can recognize themselves within an abusive relationship and identify themselves as victims of psychological violence. The Maria da Penha Law is cited as a crucial legal instrument in protecting victims, defining psychological violence in a specific way. In this sense, the study proposed to verify the need to give visibility to this type of violence, through awareness and education of society, identified as essential measures for preventing and curbing violence and abusive relationships. The importance of breaking the stigmas associated with this type of aggression is emphasized, to provide support and protection to victims and hold perpetrators accountable. The present study represents a significant step in understanding how to combat the invisibility of psychological violence, helping to ensure that access to information on the topic can promote prevention and confrontation in the fight against violence against women. To understand the cycle of abusive relationships, behavior analysis was used, with a view to understanding the relationships and consequences that sustain behaviors in an abusive relationship. This concludes the importance of recognizing and combating the invisibility of psychological violence, promoting awareness, education and breaking stigmas, as psychological violence is the gateway to other forms of violence. By disseminating information and holding perpetrators accountable, we seek to create a safe and equal environment for all women.

**Keywords:** formatting; at least three descriptors; separated by semicolons.

---

**Contato:** [ana.vieira@souicesp.com.br](mailto:ana.vieira@souicesp.com.br)  
[Cristiane.nascimentos@souicesp.com.br](mailto:Cristiane.nascimentos@souicesp.com.br)

## Introdução

Em um cenário social marcado pela violência em seus diferentes contextos, as mulheres vem necessitando de formas de proteção, as quais são amparadas por dispositivos legais destinados a proteger e garantir os direitos e a integridade das pessoas envolvidas. No caso específico deste estudo, deu-se destaque para a legislação que reconhece e regulamenta a violência contra a mulher, nomeada como Lei Maria da Penha, a qual estabelece os tipos de violência contra o público feminino, além de estipular a punição adequada, para prevenir ou até mesmo cessar com os atos da agressão.

Vale ressaltar que esta lei, estabelece os tipos de violência, dentre elas: violência física, psicológica, sexual, patrimonial e moral. Neste estudo, foi enfatizado o artigo 7º da Lei Maria da Penha nº 11.340, de 7 de agosto de 2006, que aborda a temática da violência psicológica.

A indiscriminação desse tipo de violência vem enfatizando o número alarmante de casos de agressão contra a mulher. De acordo com o Ministério da Saúde (2020), o maior índice de VPI (violência por parceiro íntimo) se dá dentro da própria casa e acontece também em maior número de homens contra mulheres.

Este trabalho se propôs a realizar uma revisão bibliográfica da literatura vigente, sobre a da invisibilidade da violência psicológica vivenciada por mulheres vítimas de relacionamentos abusivos com parceiros íntimos, a partir de artigos e livros publicados sobre o tema.

Segundo Minayo (2014), a escassez de divulgação sobre esse tipo de violência, e a dificuldade de um suporte efetivo para a vítima de violência psicológica reforçam a invisibilidade do fenômeno, além de restringir o constructo da violência psicológica. Para que o suporte e atendimento seja efetivo, é primordial que os profissionais que atuam na área da Saúde, tenham conhecimentos e sejam capacitados a atender essa demanda que envolve a violência. (Pedrosa; Zanello, 2016).

Apesar de ser uma forma grave de violência, ela recebe pouca atenção. Muitas vezes, é subestimada pela sociedade por não deixar marcas físicas e por ocorrer de forma silenciosa. Além disso, a falta de entendimento sobre ela a torna menos relevante em comparação com outras formas de agressão. No entanto, suas consequências são profundas, incluindo baixa autoestima, sentimentos de desvalorização e diversos tipos de sofrimento emocional. (Jiménez; Varela, 2017).

Segundo Cunha (2016), em seu relatório de estudos e investigação, o fenômeno da violência psicológica ainda é pouco discutido na sociedade.

Esse resultado tem uma percepção conformista dos comportamentos violentos patriarcais advindos da nossa história. É crucial que uma sociedade reconheça que certos comportamentos abusivos contra as mulheres resultam de violência psicológica e silenciosa. Caso contrário, a validade de pesquisas, independentemente de serem socialmente aceitas ou não, fica comprometida, pois não se consegue discernir entre o que é cultural e o que é abusivo.

Verifica-se, na pesquisa de Cunha (2016), que a sociedade possui dificuldade em reconhecer o que seria uma violência psicológica. Essa concepção falha estaria intrínseca na personalidade do agressor e, portanto, constituiria um costume geracional; sendo assim, este estudo tem sua importância no sentido de dar visibilidade ao fenômeno, tornando-o perceptível para a sociedade, constituindo, a partir do acesso ao conhecimento, formas de prevenção da violência psicológica contra a mulher.

De acordo com o Ministério da Saúde, somente no ano de 2020 mais de 350.354 casos de violência foram registrados, com 78.393 perpetrados por parceiros íntimos. As faixas etárias de 20 a 29 anos, 30 a 39 anos e 40 a 49 anos concentraram a maior proporção de violência por parceiro íntimo, representando 49,7%, 55,9% e 51,0%, respectivamente. Mulheres foram vítimas em 91,5% dos casos de violência por parceiro íntimo. A residência foi o local mais comum de ocorrência (79,2%), seguido da via pública (9,8%). Cerca de 58,2% das notificações de violência por parceiro íntimo contra mulheres envolveram violência repetitiva.

Conforme Cunha (2016), os relacionamentos considerados abusivos geralmente causam perturbação psicológica. Em virtude da dificuldade de identificação pela vítima, e por se tratar de algo silencioso e sutil, tem pouca visibilidade. Muitas mulheres são submetidas durante anos a um relacionamento abusivo, sem ao menos perceberem que sofrem tal agressão, não denunciando, assim, os agressor.

Este estudo teve como base a perspectiva da análise aplicada do comportamento, uma abordagem teórica que examina os comportamentos observáveis, compreendendo a interação entre estímulo, resposta e consequência, ou seja, investiga como as interações entre vítima e agressor contribuem para a dinâmica do ciclo da relação abusiva.

A rigor, das questões decorrentes da problemática da invisibilidade da violência psicológica vivenciada por mulheres vítimas de relacionamento abusivo por parceiro íntimo, o artigo teve como objetivo, a importância de ter

conhecimento sobre a violência psicológica, dando-lhe visibilidade para contribuir com a prevenção, assim como conceituar e caracterizar a violência psicológica, e sua manifestação no relacionamento abusivo com parceiro íntimo, suas consequências na saúde mental da mulher e as formas de prevenção e enfrentamento que contribuem para a visibilidade da violência psicológica contra a mulher e buscou responder à seguinte questão: por quê esse fenômeno não tem a devida visibilidade, apesar da sua importância?

## **Materiais e Métodos**

Este artigo consiste em um estudo de natureza qualitativa realizado por meio de levantamento bibliográfico exploratório descritivo, para o qual foi realizada revisão da literatura a partir dos artigos selecionados, buscando compreender e responder aos objetivos propostos. De acordo com Fonseca (2002), a pesquisa bibliográfica envolve o levantamento de referências teóricas que foram analisadas e publicadas por outros autores, em meios escritos e eletrônicos, como livros e artigos científicos e páginas da web. Os materiais utilizados foram os fundamentos teóricos expressos pelas legislações brasileiras, livros, monografias e artigos científicos, disponíveis nas bases de dados da *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), das *Revistas Eletrônicas em Psicologia* (Pepsic) e da *Biblioteca Virtual em Saúde* (BVS).

Para a seleção dos artigos, foram adotados como critérios de inclusão: (1) estudos que abordaram o tema sobre a violência psicológica; (2) a temática sobre relacionamento abusivo e suas consequências na saúde mental; (3) variáveis que contribuíssem para a permanência na relação abusiva; e (4) a temática sobre as formas de prevenção. Foram descartados os materiais que não contemplassem os itens acima citados, utilizado como critério de exclusão.

Foram utilizadas como palavras chaves: "Violência Psicológica", "Invisibilidade", "Mulheres vítimas de violência", "Saúde Mental", "Relacionamento Abusivo" e "Prevenção".

## **Referencial Teórico**

### **Contextualização e caracterização da violência psicológica**

O fenômeno da violência, segundo dados da Secretaria Nacional de Enfrentamento à Violência contra as Mulheres, ocorre em diferentes classes sociais, graus de instrução, idades, regiões geográficas, estados civis e orientações sexuais. Ele acontece no mundo inteiro e atinge mulheres que estão submetidas ao domínio do parceiro, seja na violência física, psicológica, sexual, patrimonial ou moral.

Este artigo teve como objetivo, a compreensão das ocorrências da violência

psicológica contra a mulher por parceiro íntimo, a fim de sintetizar, por meio das pesquisas bibliográficas, a causa da invisibilidade da violência psicológica. Atualmente, percebe-se uma carência de conteúdo e de acesso às informações, tendo como consequência a falta de conhecimento das mulheres que estejam sofrendo violência psicológica, o que perpetua o ciclo da invisibilidade desse tipo de violência. Na prática, essa carência acaba por delimitar o constructo da violência psicológica, restringindo o campo de auxílio. De acordo com Minayo (2014), a dificuldade de estruturar um atendimento eficaz para mulheres vítimas de violência psicológica está relacionada à intensidade emocional das agressões. Nesse sentido, é necessário desenvolver protocolos que possam auxiliar os profissionais a lidar com essa situação. Segundo a autora, devido à natureza "imaterial" da violência psicológica, a ausência de um protocolo de atendimento adequado pode levar a uma falta de seriedade no tratamento desse tipo de violência.

Quando as mulheres se reconhecem como vítimas de violência psicológica e buscam por ajuda, seja policial ou jurídica, são desamparadas pelo Poder Público (Pinheiro, 2008 *apud* Cruz, 2020). Pois uma vez certificada a existência de uma invisibilidade em relação à violência psicológica, nota-se que é desconsiderado o fato de que é uma violência capaz de gerar diversos malefícios à saúde da mulher como, por exemplo, a desordem psíquica e o uso de drogas que, na maior parte das vezes, chega a quadros depressivos e ao suicídio (Pimentel, 2011 *apud* Cruz, 2020).

No que se refere à invisibilidade da violência psicológica, vale destacar o que enfatiza Cunha (2016), quando aponta a cultura de uma sociedade patriarcal, definida como a supremacia dos homens sobre as mulheres no convívio familiar, em que a função do homem não somente é a do chefe de família, mas também a do provedor. Contudo, não nos deparamos somente com esse aspecto, mas também com a falta de estruturação do Estado no acolhimento às vítimas de violência psicológica como uma realidade. Segundo Bandeira (2014), a violência psicológica é a base da violência física, uma vez que o agressor usa daquela para controlar sua vítima e mantê-la subjugada.

O medo e a perda da subjetividade da mulher são implicações graves de abusos psicológicos, que dão margem para que a violência física se manifeste. Como mostra (Miller, 2002 *apud* Cunha, 2016), o agressor, antes de "poder ferir fisicamente sua companheira, precisa baixar a autoestima de tal forma que ela tolere as agressões". Isso ocorre por meio de humilhações, palavras que desvalorizam sua imagem, ofensas e manipulações. Essas atitudes afetam sua autoestima a ponto de a vítima perder seu amor

próprio.

Diante das informações mencionadas acima, muitas conquistas foram alcançadas pelas mulheres ao longo do tempo, e de forma mais acelerada em tempos recentes. No entanto, na perspectiva de uma sociedade com histórico patriarcal, ela ainda sofre com a violência, e mais especificamente com a psicológica, que está inserida na violência de gênero, a qual se caracteriza como uma relação de poder, enfatizando a dominação dos homens e a servidão das mulheres. Isso posto, percebe-se que a influência das relações sociais estabelecidas entre os gêneros sustenta e mantém o ciclo de domínio do homem sobre a mulher, ainda nos dias atuais, o que influencia diretamente os vínculos, os cuidados com a família e a percepção que a mulher desenvolve sobre o seu papel social.

De acordo com Cunha (2016), estudos mostram que a Psicologia, enquanto ciência do comportamento humano, constitui uma ajuda fundamental às ocorrências de violência psicológica contra mulheres por parceiros íntimos, não só como forma de apoio emocional, mas também na elaboração de literatura acadêmico-científica, suscitando assim pesquisas sobre esse fenômeno atual, e contribuindo na construção de políticas públicas com a finalidade de mitigar a violência contra a mulher. Segundo o psicólogo social (Leyens, 1994, p. 175) a agressão “é um comportamento efetuado com a intenção de fazer mal a outra pessoa”.

Como um avanço na visão social do fenômeno da violência psicológica, não poderíamos deixar de mencionar a popularmente conhecida Lei Maria da Penha, Lei Federal nº 11.340, de 7 de agosto de 2006, cujo objetivo principal é coibir e estipular punição adequada aos atos de violência doméstica contra a mulher. A lei foi nomeada em homenagem à Maria da Penha Maia Fernandes, que, por ter sofrido tentativas de homicídio, se empenhou para a elaboração dessa lei com o intuito de auxiliar a minimizar os índices de violência.

Naquilo que mais afeta o estudo, cabe lançar um olhar mais atento à forma de violência em análise, que vem a ser tipificada da seguinte forma no artigo 7º da Lei Maria da Penha, nº 11.340, de 7 de agosto de 2006:

II - a violência psicológica, entendida como qualquer conduta que lhe cause danos 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, violação de sua intimidade, ridicularização, exploração e limitação do direito de ir e vir ou

qualquer outro meio que lhe cause prejuízo à saúde psicológica e à autodeterminação.

No levantamento bibliográfico realizado por esse estudo, foi evidenciado que a principal característica de uma relação afetiva abusiva é a violência psicológica. Podemos descrevê-la como qualquer conduta que busque diminuir, manipular, controlar, humilhar, chantagear ou/e quaisquer outros atos que visem causar danos emocionais à vítima. Miller (1999, p. 42) ressalta que o maior abuso mental é levar a mulher ao limite da sanidade, sendo este o objetivo do chamado *gaslighting*. Tal prática é uma maneira de fazer com que a vítima questione sua sanidade mental, desacredite de si mesma, perca o senso de percepção, autoconfiança e identidade. As informações e queixas de *gaslighting*, via de regra, são fundamentadas em inverdades ou verdades desmedidas (Miller, 1999).

Sendo uma violência de difícil constatação, por não conseguir compreendê-la, a vítima sofre em silêncio, transformando o sofrimento em diversos outros problemas mais graves, como depressão, fraqueza, baixa autoestima e insegurança, podendo levar até mesmo ao feminicídio.

Isto posto, percebeu-se a relevância de trazer à tona a discussão sobre a invisibilidade da violência psicológica, bem como de suas consequências psíquicas. Entende-se que esse tema contribui para que as mulheres vitimadas pela violência psicológica em seus relacionamentos tenham acesso às informações que possam ajudá-las a identificar e se prevenir de situações abusivas com seus parceiros íntimos.

### **Relacionamento abusivo e suas implicações no ciclo da violência contra a mulher**

As relações que estabelecemos, seja na esfera familiar, no ambiente de trabalho ou no círculo de amizades, desempenham um papel crucial na formação da nossa identidade, na maneira como interagimos uns com os outros, no nosso crescimento pessoal e até mesmo na capacidade de explorar novas vivências. Por isso, compreender o que caracteriza uma relação saudável é essencial, especialmente quando se trata de um relacionamento íntimo com um parceiro.

De acordo com Matos, Carneiro e Jablonski, (2005), em um relacionamento entre parceiros íntimos, para que a relação ocorra de forma saudável, é essencial que se tenha amor. Além disso, é importante que envolva igualdade, companheirismo e sexo. Entende-se então que o ser humano possui o desejo e a necessidade de se relacionar com outras pessoas para se sentir amado, criar afetos e ter a sensação de pertencer a uma relação afetiva.

O ser humano tem natureza social e tem a necessidade de interagir para receber afeto e relacionar-se com seus pares. Para compreender as necessidades humanas, fundamentamo-nos em estudos de Maslow (1954) *apud*. Cavalcanti *et al.* (2019), que propõem que as necessidades humanas são separadas em cinco níveis, em forma de pirâmide, a qual é composta pelas necessidades fisiológicas, de segurança, as sociais, de estima e autorrealização. Quando se trata de relacionamento, analisa-se o terceiro nível da pirâmide, a categoria das necessidades sociais, isto é, a necessidade de possuir as relações em harmonia, seja na família, na amizade, no amor e nos ambientes de sociabilidade e pertencimento. O que vem ao encontro com as ideias de Robbins (2002), que define a necessidade de se ter afeto, relacionar e fazer parte de um grupo, seja com amigos, familiares ou relacionamentos íntimos/sexuais.

No que diz respeito à necessidade de possuir afetos, adentramos na questão da busca por pertencimento e realização, através da qual muitas mulheres estabelecem vínculos afetivos na perspectiva de sentirem-se reconhecidas e valorizadas pelo outro, bem como de constituir um lar e ocupar um lugar na sociedade. No entanto, nem sempre esses vínculos são satisfatórios e bem-sucedidos, pois as mulheres acabam se envolvendo em relacionamentos que não suprem suas necessidades, mas que as subjugam e, na expectativa e no desejo de manter os vínculos afetivos, acabam se submetendo a relações amorosas que afetam sua qualidade de vida.

Quando o relacionamento não ocorre dentro do esperado, de forma saudável, identifica-se o relacionamento abusivo, que é mencionado por Pessoa (2019) como um relacionamento afetivo amoroso onde o parceiro tem o desejo de abusar e controlar, ou seja, ter o poder sobre o outro e ainda constranger ou coagir, a fim de que a vítima viva em função de satisfazer as necessidades do parceiro. Dito isso, quando não se encontra no relacionamento respeito, cumplicidade e livre arbítrio, entre outras formas afetivas saudáveis de se relacionar, pode-se dizer que se trata de uma relação abusiva.

Dessa maneira, as atitudes exageradas, como controlar as amizades, as vestimentas, manifestar ciúmes, monitorar seus afazeres e redes sociais, e várias outras condutas que levam o abusador a ter controle sobre a vítima, pertencem a uma relação abusiva, ou seja, aquela na qual a mulher se vê sob controle e faz as vontades de seu parceiro, o que leva também ao desgaste emocional.

De uma forma geral, a mulher, na maioria das vezes, não percebe que está em uma relação abusiva pelo fato de não ter, em um certo momento, marcas físicas, pois o agressor age de forma sutil, o que pode ser confundido como uma

forma de carinho e cuidado; quando, na verdade, a vítima está emocionalmente dependente do seu companheiro e então, é iniciada a evolução do ciclo da relação abusiva.

### **Ciclo da relação abusiva**

Conforme informações do Instituto Maria da Penha, as agressões praticadas em um relacionamento conjugal ocorrem em um ciclo que é constantemente repetido. Caracteriza o ciclo em três fases: ciclo de tensão, ciclo de ataque violento e ciclo do arrependimento, também conhecido como lua de mel. Na primeira fase, o agressor tende a aumentar a tensão do relacionamento ao gerar conflitos sobre a educação dos filhos, a forma em que a mulher gasta o próprio dinheiro e outros comportamentos que não lhe agradam. No ciclo de ataque violento, por mais que a mulher tente diminuir os conflitos, as agressões com palavras e as ameaças aumentam, o que gera mais raiva por parte do agressor e a intensificação dos ataques, criando na mulher uma sensação de perigo e de não saber mais o que fazer para agradar o seu parceiro.

Quando o agressor percebe que a vítima está sem autoestima e desamparada, ele parte para a terceira fase do ciclo, a do arrependimento. Neste ciclo, o agressor pede desculpas à mulher, não pelo fato de se arrepender, mas por medo de perdê-la, pois é ela quem nutre o seu ego e mesmo ao pedir perdão, a responsabiliza pelas atitudes de descontrole dele. Dessa forma, a mulher que já está fragilizada, cria esperança e acredita nas promessas de mudanças. Então, logo depois, a tensão retorna, o que leva novamente ao início do ciclo. (Lucena, *et al.*, 2016)

Pode-se perceber que há uma constante pressão emocional, pois cria-se uma tensão a fim de gerar na mulher um desgaste psicológico e, para que os conflitos possam diminuir, ela se comporta de maneira a agradar o agressor e tentar diminuir os conflitos. Como as agressões ficam mais intensas, a mulher pode entrar em um estado devastador em relação ao seu psicológico; é o momento em que perde a autoestima, a autoconfiança e até mesmo o raciocínio lógico. Dessa forma, o abusador aproveita dessa fragilidade e mostra novamente o seu arrependimento, porém sem a culpar por suas atitudes. Nos pedidos de desculpas, a vítima se sente culpada e o perdoo, acredita que ele mudará e, assim, dá chance para novamente iniciar o ciclo.

Nesse sentido, Pereira, Camargo e Aoyama (2018) reforçam que, logo após as agressões, o parceiro costuma ser mais afetivo, fazendo com que a vítima o perdoe, permaneça na relação, e consequentemente, o ciclo se mantém.

De acordo com os autores citados, o abusador adquire controle sobre sua companheira e, aos poucos, de uma forma bem sutil, começa a

mudança de rotina, cria-se uma vigilância, o monitoramento de conversas, da forma de se vestir e com quem sai. Então a mulher se afasta da família, dos amigos, dos *hobbies* e, em alguns casos, pode até abandonar o emprego, pois nesse momento a vítima está envolvida emocionalmente pelo agressor, fazendo com que as atitudes sejam confundidas como uma forma de carinho, amor e até de acreditar que ataques de raiva sejam uma forma de cuidado. Diante do senso comum, a mulher muitas vezes pode dizer “é o jeito dele” ou “ele foi criado assim” para justificar as atitudes abusivas, não se identificando como vítima.

### **Fatores que contribuem para a permanência no relacionamento abusivo**

Tradicionalmente a sociedade compreende que, para a mulher sentir-se completa, deve ter um parceiro fixo, com quem possa estabelecer uma relação estável. Neste sentido, permanecer em um relacionamento após diversos episódios de violência ou retornar à relação após a separação é algo que ocorre constantemente na vida de mulheres vítimas de violência, que tentam manter sua relação conjugal, na expectativa e no desejo de que o parceiro se arrependa e modifique sua conduta. No entanto, quando a mulher toma consciência de que a situação de violência não se modifica e enfrenta o medo de romper com a relação, o parceiro inicia um jogo emocional, mudando de atitude, fazendo promessas que a fazem sentir-se mais esperançosa e dedicar-se para resguardar o relacionamento, renovando assim o ciclo da violência (Cardoso, 1997).

Na perspectiva de compreender a dinâmica e a funcionalidade da relação que se estabelece entre o comportamento da vítima e do agressor, este estudo se fundamentou na perspectiva da análise aplicada do comportamento, uma vez que a violência psicológica é um fenômeno que surge na interação entre duas pessoas, inseridas em um contexto social. Essa abordagem teórica analisa os comportamentos que podem ser observados, entendendo a interação entre estímulo, resposta e consequência. Nesse contexto, o estímulo é a situação no ambiente, a resposta é a reação repetida a esse estímulo, e a consequência é o que reforça e perpetua o comportamento, tanto da vítima, ao manter-se na relação, quanto do agressor, reforçado pela permanência da vítima.

Skinner (1953/2003) sugere que, ao analisar o comportamento, podemos considerar a relação entre três elementos: a ação realizada, a situação em que ocorre e as consequências resultantes. Essas consequências influenciam a possibilidade de a mesma ação ocorrer novamente no futuro. Quando as consequências aumentam essa probabilidade, chamamos de reforço positivo; quando a diminuem, chamamos de reforço negativo. Esses conceitos de contingência

e controle do comportamento são relevantes em contextos sociais. Lidar com contingências nessas situações implica o comportamento de duas ou mais pessoas, uma em relação à outra ou em conjunto, em relação ao ambiente comum” (Skinner, 1953/2003, p. 325).

Dentro desse contexto, o reforço social significa que o comportamento de uma pessoa é moldado pela interação com os outros, e que ambos têm algum grau de influência sobre o comportamento um do outro.

Ainda conforme Skinner (1953/2003), o reforço social é variável, dependendo da situação do agente reforçador. Isso significa que respostas diferentes podem alcançar o mesmo resultado, e uma resposta pode ter efeitos diferentes dependendo do contexto. Como resultado, o comportamento social é mais complexo do que o comportamento em ambientes não sociais e também mais flexível, permitindo que o organismo mude rapidamente de uma resposta para outra quando necessário (Skinner, 1953/2003, p. 327). Às vezes, no ambiente social, o controle do comportamento de uma pessoa é feito através de consequências aversivas, ou seja, aplicando estímulos desagradáveis. No entanto, quando isso acontece, pode haver efeitos colaterais negativos, como resistência, revolta ou até mesmo atos de violência.

Conforme citado anteriormente, não podemos deixar de comentar sobre o *gaslighting*, nesse contexto, pois devido à sua forma de abuso, pode-se perceber como o comportamento da vítima é manipulado e controlado pelo comportamento do agressor, estabelecendo o ciclo da violência, que é controlado pelas contingências reforçadoras que sustentam a relação, o que contribui para que seja também um dos fatores que induzem a vítima a permanecer na relação abusiva.

O *gaslighting* refere-se à manipulação psicológica em que o agressor induz a vítima a duvidar de sua própria percepção da realidade e a questionar sua sanidade (Forbes 2023). Isso acontece muitas vezes no ciclo de violência, quando o agressor nega, minimiza ou distorce os eventos, levando a vítima a se sentir confusa e desacreditada. Ao incorporar o *gaslighting*, o agressor reforça ainda mais o controle sobre a vítima, dificultando sua capacidade de tomar decisões autônomas, incluindo a escolha de se separar.

Dessa forma, é evidente que, ao demonstrar afeto após os episódios de agressão, o agressor se aproveita da fragilidade emocional da vítima, que já se encontra numa relação codependente. Essa dinâmica reforça a tendência da vítima em permanecer no relacionamento, mantendo a esperança de que o parceiro irá mudar. Em resumo, quando a vítima decide tomar

a iniciativa de se separar, o agressor lança mão de jogos emocionais, fazendo com que a mulher volte ao ciclo de violência, por acreditar e nutrir a esperança de uma mudança.

Nesse contexto, há conceitos que ratificam tal atitude, como o reforço positivo, citado por Skinner (1953/2003, p. 80), que é o fortalecimento de uma resposta devido à apresentação de determinado estímulo a ela contingente, o que também sugere uma visão de mudanças de comportamentos que reforcem o desejo da vítima. A atitude é reforçada pelo fato de o parceiro a agradar com presentes, pedidos de desculpas e promessas de mudança, que reforcem a permanência da vítima, fazendo com que o abuso tenha maior probabilidade de ocorrer com mais frequência, uma vez que a mulher acredita; porém, em outro momento, há a penalidade, ou seja, o companheiro grita, xinga, agride, proíbe acesso às mídias sociais, dentre outras ações que fazem com que ele tenha controle sobre a vítima. Pois ele faz uso do reforço intermitente, ou seja, a vítima nunca sabe como ele vai agir.

Portanto, observa-se que quando o parceiro pede desculpas, faz promessas de melhora e fornece momentos de carinho e afeto, tem como consequência a permanência na relação, ou seja, reforça o comportamento da vítima em aceitar e permanecer no relacionamento. Sendo assim, a atitude de perdoar o abusador tende a aumentar de frequência quando é reforçado pelo agressor, intercaladamente. Em outras palavras, ao oferecer à vítima episódios de afeto e carinho, após momentos de agressão, reforça a sua permanência e, assim, dificulta o término.

Segundo Pereira, Camargo e Aoyama (2018), o fato de a vítima permanecer em um relacionamento que lhe causa agressão emocional, se dá por diversas variáveis, o que resulta na resistência à extinção e, então, colabora para que o ciclo de violência e abuso continue utilizando-se da esperança como motivação. Os principais motivos que levam a permanecer na relação são a dependência emocional, dependência financeira, crença religiosa, vontade de se ter a figura paterna na criação dos filhos e, além disso, a falta de rede de apoio.

Ao examinar os elementos que contribuem para a manutenção de relações abusivas, destaca-se a expressão ocasional de afeto por parte do agressor, imediatamente após o episódio de violência. É nesse contexto que se evidencia o reforço intermitente do comportamento de permanência da vítima (Almeida, 2007). Skinner (1953/2003) oferece uma perspectiva sobre a alternância de comportamentos que alimentam o desejo da vítima. Em um momento, esse desejo é reforçado quando o parceiro oferece presentes, pede desculpas e promete mudanças; em outro momento, há a punição, como xingamentos, gritos, agressões, controle e restrições ao acesso

a mídias sociais, entre outras coisas. Essa interação leva a vítima a permanecer com o agressor, pois em determinadas ocasiões ela é positivamente reforçada, o que cria uma esperança subsequente de mudança.

Da mesma forma, observa-se um reforço negativo em relação à violência perpetrada pelo agressor, derivado da permanência da vítima na situação. O sucesso do parceiro em evitar denúncias e penalidades, juntamente com a continuidade do controle sobre a mulher no ambiente doméstico, são elementos que sustentam e fortalecem o comportamento do agressor, resultando em um reforço negativo. Consequentemente, o parceiro se insere em um ciclo de recompensas positivas com o intuito de manter um domínio absoluto sobre a vítima (Guerin, Ortolan, 2017; Myers, 1995; Miller, Lund, Weatherly, 2012 *apud* Gomes, 2018).

Em resumo, a análise dos fatores que perpetuam relações abusivas revela a importância dos reforços intermitentes, sejam eles positivos ou negativos, na dinâmica do relacionamento. A expressão ocasional de afeto pelo agressor, seguida por episódios de violência, e a ausência de penalidades significativas em decorrência da permanência da vítima são elementos que reforçam o comportamento do agressor. Esse ciclo de reforço, como discutido por diversos autores, contribui para a manutenção do controle do agressor sobre a vítima.

É fundamental reconhecer a complexidade dessas dinâmicas e compreender o que as mantém no relacionamento, ou seja, o que sustenta e o que faz permanecer na relação de sofrimento. A conscientização e a compreensão sobre os padrões de comportamento são os primeiros passos para a promoção de relacionamentos saudáveis e para o apoio às vítimas na busca por segurança e bem-estar, além disso, para trazer uma perspectiva de mudança na relação consigo mesma e com o outro. Portanto, a abordagem dessas questões é essencial para combater a violência doméstica e criar ambientes mais seguros e equitativos para todos.

### **Consequências da violência psicológica**

A convivência é uma forma de estar em companhia com outras pessoas, interagindo conforme a proximidade, a qual depende do tipo de relação. Para viver de forma saudável e relacionar-se bem, é necessário respeito e consideração pelo outro. Quando a vida em sociedade rompe com o respeito, abre-se espaço para a violência, que deixa feridas.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) reconhece a violência doméstica contra mulheres como um problema de saúde pública, causando danos físicos e emocionais, insegurança e gastos excessivos com cuidados médicos devido a um

ciclo de atendimento repetitivo.

Diante desse cenário, torna-se necessário tratar a violência, especialmente quando vinda de um parceiro íntimo, como uma emergência, devido às consequências drásticas na saúde da mulher.

De acordo com a Lei Maria da Penha, no que diz respeito à violência psicológica, verifica-se que é qualquer ação que cause dano emocional à mulher 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. Nota-se, então, a importância de dar visibilidade a essa violência, tendo em vista que é silenciosa, porém causadora de sequelas no psicológico da vítima.

A mulher vítima de violência psicológica pode desenvolver distúrbios psicológicos, insônia, pesadelos, falta de concentração, irritabilidade, falta de apetite. Além disso, relata-se o aparecimento de sérios problemas mentais, como depressão, ansiedade, síndrome do pânico, estresse pós-traumático, bem como comportamentos autodestrutivos, a partir do uso de álcool e drogas, podendo levar ao suicídio Queiroz (2017) *apud*. Kashani *et al.* (1998). Ameaça, constrangimento, humilhação, manipulação, chantagem e exploração também representam prejuízo à saúde psicológica (Lei nº 11.340, 2006). Ademais, a relação violenta diminui a qualidade de vida da mulher, sua capacidade produtiva, seu trabalho, sua educação e autoestima (Rede Nacional, 2002). Percebe-se então que os prejuízos emocionais advindos da violência, comprometem habilidades e até mesmo a capacidade de cumprir as tarefas do dia a dia e de ter a perspectiva de uma vida melhor.

Pode-se dizer também, conforme Carvalho (2010), que as vítimas de violência, em sua relação conjugal, compreendem sua identidade de forma alterada; ou seja, no tocante à personalidade, ocorrem alterações comportamentais, ficando mais desconfiadas, ansiosas e emocionalmente dependentes do seu parceiro. Além de manifestar alterações também nas vias cognitivas, o que causa sua instabilidade emocional.

Posto isso, pode-se ainda dizer que baixa autoestima, falta de vigor para continuar lutando, medo exacerbado da retaliação do seu parceiro, depressão, estresse pós traumático e, muitas vezes, até o suicídio, devido à falta de perspectiva de vida, são consequências da relação abusiva.

A violência psicológica, por ser mais sutil e insidiosa, é muitas vezes difícil de identificar e ainda mais desafiadora de enfrentar. Diante dessa realidade, a mulher muitas vezes se vê forçada a reprimir não apenas seus sentimentos, mas também sua própria vontade. Com isso, ela passa a desenvolver uma autopercepção de

incapacidade e inutilidade pela perda da valorização de si mesma e do amor próprio (Miller, 1999).

Segundo Hefferline e Goodman (1997) *apud* Carvalho (2007), trabalhar com o autoconhecimento pode ser uma tentativa de solução a ser abordada nesse contexto, uma vez que pessoas que se conhecem melhor conseguem lidar com a sociedade, mesmo diante das suas limitações. Ademais, trabalhar com autoestima e sentimento de invisibilidade ou inutilidade pode auxiliá-las na perspectiva de sociabilidade, embora algumas possam ignorar, pois o processo mexe com suas fragilidades, e aprendem a lidar com as frustrações. A partir do momento em que se tem conhecimento das limitações, principalmente das habilidades, surge a capacidade de tomar decisões e fazer escolhas mais assertivas em relação ao bem-estar psíquico, colocando a si mesma em primeiro lugar.

Segundo Pérez (2015) *apud* Cordeiro (2018), a maioria dos agressores não possui registros criminais, caracterizando-se como um cidadão trabalhador ou atencioso para com seus filhos. Dessa forma, são vistos pelas Instituições legais como um improvável culpado, simplesmente por não haver antecedentes criminais ou por estar inserido em uma posição de prestígio na sociedade. Aqui se percebe a existência de um problema macrossocial. A falta de compreensão por parte do Estado em relação à violência psicológica, além da persistência da influência patriarcal, têm contribuído para o aumento alarmante de mulheres que não denunciam essas situações, nem conseguem se libertar desse padrão de vida com seus parceiros íntimos.

Conclui-se, então, que, para compreender as consequências psicoemocionais de mulheres vítimas de violência psicológica, há a necessidade de um olhar mais profundo, que possa resgatar todos os sentimentos afetados pela violência, tanto física, quanto psicológica. Dessa forma, torna-se evidente a importância de compreender a gravidade das consequências e estratégias para mitigar seus efeitos devastadores.

### **Estratégias de Prevenção e Enfrentamento**

A Constituição Federal do Brasil, em seu artigo 226, parágrafo 8º, reconhece a violência doméstica e prevê a assistência à família, incluindo mecanismos para coibir a violência nas relações. Nesse contexto, é crucial abordar a violência psicológica com urgência, promovendo discussões sobre suas formas, para que a sociedade esteja ciente de sua existência e possa adotar medidas de prevenção e enfrentamento.

A violência é um problema que afeta a humanidade há muitos anos e é considerada uma questão de saúde pública. Dentro dessa perspectiva, a Psicologia Social, conforme destacado por Chlodovskis (2014), busca

compreender as motivações, a natureza e as características da violência. Além disso, há uma relação intrínseca entre a vítima, o agressor e a comunidade que os circunda (Cunha, 2016).

Diante desse cenário, no Brasil, no que se refere à violência doméstica, as mulheres já contam com leis, políticas públicas e redes de apoio que as protegem. No entanto, quando se trata da violência psicológica, o enfrentamento não é tão visível quanto o contra outras formas de agressão. Portanto, é necessário ampliar a divulgação e dar visibilidade a esse tipo de violência, pois o acesso à informação e o conhecimento sobre seus direitos e dispositivos legais de proteção são fundamentais para a prevenção.

É crucial também abordar os esforços voltados para as formas de assistência e garantia de direitos às mulheres, visando a redução das agressões. Portanto, é de extrema importância destacar a existência de redes de apoio para mulheres vítimas desse tipo de violência, a fim de aumentar a visibilidade e promover o reconhecimento das ações preventivas. Isso é válido tanto em casos que envolvem violência física, quanto naqueles em que ela não é imediatamente perceptível.

Como parte das políticas de prevenção contra a violência, a Lei nº 14.164, de 10 de junho de 2021, altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional), incluindo conteúdos sobre a prevenção da violência contra a mulher na educação básica. Isso institui a Semana Escolar de Combate à Violência contra a Mulher em instituições públicas e particulares de ensino básico, a ser realizada no mês de março, anualmente.

Os objetivos da criação da Semana Escolar de Combate à Violência Contra a Mulher, conforme estabelecidos na Lei nº 14.164, no Art. 2º, são os seguintes: “Impulsionar a reflexão crítica entre estudantes, profissionais da educação e comunidade escolar sobre a prevenção e o combate à violência contra a mulher” (Brasil, 2021, art. 2, inc. II); “Integrar a comunidade escolar no desenvolvimento de estratégias para o enfrentamento das diversas formas de violência, notadamente contra a mulher” (Brasil, 2021, art. 2, inc. III); “Abordar os mecanismos de assistência à mulher em situação de violência doméstica e familiar, seus instrumentos protetivos e os meios para o registro de denúncias” (Brasil, 2021, art. 2, inc. IV). “Capacitar educadores e conscientizar a comunidade sobre violência nas relações afetivas” (Brasil, 2021, art. 2, inc. V); “Promover a produção e a distribuição de materiais educativos relativos ao combate da violência contra a mulher nas instituições de ensino” (Brasil, 2021, art. 2, inc. VII).

Nesse contexto, fica evidente a

importância de abordar a questão da violência nas escolas. Isso proporciona às crianças e adolescentes acesso a informações cruciais sobre a Lei Maria da Penha, bem como sobre os recursos disponíveis de proteção à mulher. É fundamental ressaltar que a introdução desse tema na sala de aula é necessária pois, assim, os estudantes e professores estarão munidos dos conhecimentos adquiridos na Semana Escolar de Combate à Violência contra a Mulher e também estarão orientados sobre como lidar com a situação e oferecer ajuda às vítimas. Isso contribui para a ampliação da prevenção e o acesso à informação desde cedo.

Dentre as estratégias de enfrentamento à violência contra a mulher, destacam-se diversas ações em curso. Isso inclui a Lei Maria da Penha (Lei nº 11.340/2006), já mencionada anteriormente; a Lei Nº 14.674/2023, Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional, que prevê a concessão de auxílio-aluguel a vítimas em vulnerabilidade social e econômica; e o Decreto nº 7.393/2010, que autoriza o Poder Executivo a disponibilizar o número de telefone 180 para as denúncias, oferecendo o atendimento gratuito da Central de Atendimento à Mulher.

Além disso, é disponibilizado o Viva Flor, um aplicativo que funciona como um botão do pânico, permitindo acionar a central da Polícia Militar, para o atendimento imediato às mulheres vítimas de violência doméstica. Também contamos com as Delegacias de Atendimento à Mulher (Deam), com atendimento 24 horas; com a Casa da Mulher Brasileira, que é um espaço que concentra diversos serviços, para facilitar o acesso das vítimas; com a Rede de Atenção e Apoio, que disponibiliza serviços de acolhimento, abrigo e apoio psicológico; além das campanhas de conscientização e educação, visando promover a cultura de respeito e combate à violência.

Por meio do Decreto nº 8.086, de 30 de agosto de 2013, foi instituído o Programa “Mulher, Viver Sem Violência”, que integra e amplia ações e serviços públicos para mulheres em situação de violência. Por fim, há o Programa de Prevenção à Violência Contra a Mulher na Saúde, que capacita profissionais de Saúde para identificar e prevenir casos de violência.

Todas essas representam algumas das principais políticas públicas em vigor no Brasil direcionadas ao combate à violência contra a mulher. É crucial ressaltar que, apesar dos progressos, ainda existem obstáculos a serem vencidos e a efetiva implementação dessas políticas é fundamental para a salvaguarda das mulheres. Essas abordagens frequentemente são aplicadas em conjunto e adaptadas conforme as particularidades culturais, sociais e legais de cada nação. É imprescindível frisar que a luta contra a violência contra a mulher é um desafio constante e requer a participação de toda a sociedade, além

de políticas governamentais efetivas.

## Considerações finais

Ao revisarmos as pesquisas bibliográficas, constatamos a carência de informações sobre a violência psicológica, o que resulta na falta de entendimento das mulheres vítimas desse tipo de agressão. Percebe-se nos estudos pesquisados que a sociedade em geral tende a dar destaque às formas de violência físicas, negligenciando assim a violência psicológica. Muitas vezes, quando uma mulher procura uma delegacia, ou quando notícias sobre violência contra ela surgem na mídia – como marcas físicas, espancamento, facadas e até mesmo feminicídio – não se compreende que essas situações são o desdobramento de um histórico de violência psicológica. Isso acaba resultando na invisibilidade desse tipo de agressão.

A invisibilidade, nesse caso, está ligada à falta de reconhecimento cultural e patriarcal, já que a violência psicológica não deixa danos físicos visíveis e, muitas vezes, nem mesmo a vítima a identifica como um ato violento. Isso contribui para o ciclo de violência nos relacionamentos abusivos, composto pelas fases de tensão, ataque violento e arrependimento. Esse ciclo, baseado na manipulação e controle, gera um desgaste psicológico na vítima ao mesmo tempo em que fortalece o agressor dentro da relação. Além disso, a ausência de punições e a falta de posicionamento e denúncia por parte da mulher contribuem para a manutenção desse ciclo.

O *gaslighting*, um tipo de manipulação psicológica, é frequentemente usado nesses ciclos para fazer a vítima duvidar de sua realidade e sanidade, fortalecendo o controle do agressor sobre ela e dificultando suas decisões autônomas, inclusive para deixar o relacionamento abusivo. Apesar de existirem variáveis que contribuem para a mulher permanecer na relação, o controle, a falta de sanidade e a baixa autoestima causados por esse abuso do agressor dificultam ainda mais a saída do relacionamento. A sustentação desse ciclo pode ser compreendida ao analisarmos o comportamento do agressor em relação à vítima, que se caracteriza por controle e manipulação. Por sua vez, o comportamento da vítima, ao se submeter a essa dinâmica, fortalece e perpetua o do agressor. Além disso, ao considerar o comportamento humano sob a perspectiva comportamental de Skinner, compreendemos que o comportamento humano é influenciado por ações, respostas e consequências.

Esse entendimento destaca a escassez de informações culturais que poderiam conscientizar a sociedade sobre as dinâmicas presentes nos relacionamentos atuais. O reforço social molda comportamentos em interações sociais, podendo

ter efeitos variados, conforme a situação, inclusive resultando em resistência ou violência, quando associado a estímulos aversivos.

De acordo com Pérez (2015) *apud* Cordeiro (2018), a maioria dos agressores não possui registros criminais e, muitas vezes, são vistos como cidadãos trabalhadores e atenciosos com seus filhos, o que dificulta sua identificação como agressores, seja pela sociedade, seja pelas instituições legais. Isso evidencia um problema social mais amplo: a falta de compreensão do estado em relação à violência psicológica e a persistência da influência patriarcal, levando a um aumento alarmante de mulheres que não denunciam essas situações, ou que não conseguem se libertar desse padrão de vida com seus parceiros íntimos.

Portanto, o presente artigo desempenha um papel significativo, ao trazer visibilidade para essa forma de violência. Tendo conhecimento sobre essa forma de agressão, a mulher pode se prevenir, reconhecer-se como vítima e buscar sair de um relacionamento abusivo, evitando assim que a situação evolua para outras formas de agressão.

É fundamental destacar que, embora existam medidas preventivas, como a disponibilização do aplicativo Viva Flor, as delegacias de atendimento, redes de apoio, que oferecem acolhimento, além de campanhas e medidas protetivas para mulheres, ressaltamos que esses recursos não são especificamente direcionados à violência psicológica. É crucial ter essa consciência, pois apesar dos esforços dos mecanismos legais, ainda há muito a ser feito para amparar as vítimas de violência psicológica, não apenas quando a agressão atinge níveis mais avançados, como agressões físicas ou até mesmo feminicídio.

Neste estudo foi evidenciado o papel significativo desempenhado pela compreensão desse fenômeno tão complexo. Ressaltamos também a influência de diversos fatores, como a falta de reconhecimento social, a persistência de padrões patriarcais e a dificuldade de identificação por parte das vítimas. Além disso, foi evidenciada a escassez de informações acerca da gravidade da violência psicológica, em relação à violência física, bem como a ausência de estruturas adequadas de atendimento, elementos que perpetuam o problema e criam um ciclo de silenciamento e sofrimento, acarretando consequências drásticas.

A Lei Maria da Penha foi identificada como um instrumento legal crucial na proteção das vítimas, ao definir e punir a violência psicológica de maneira clara e específica. No entanto, o estudo ressalta que ainda há um longo caminho a percorrer na erradicação desse tipo de violência.

Diante disso, é essencial promover a conscientização e educação da sociedade, visando não apenas a identificação e denúncia da violência psicológica, mas também a prevenção de relacionamentos abusivos. É fundamental quebrar os estigmas que envolvem esse tipo de agressão, para que as vítimas possam encontrar apoio e proteção, e os agressores sejam responsabilizados por seus atos.

Em última instância, o estudo representa um passo significativo no entendimento e enfrentamento da invisibilidade da violência psicológica, pois contribui para que haja mais informações sobre o tema, e que possam alcançar uma maior quantidade de pessoas, adquirindo visibilidade. Portanto, a sociedade deve unir esforços para que a violência psicológica não apenas seja reconhecida, mas também erradicada, proporcionando um ambiente de respeito, dignidade e igualdade para todas as mulheres.

### **Agradecimentos:**

Hoje, ao concluirmos nossa jornada acadêmica em Psicologia, é com grande emoção que paramos para agradecer a todos aqueles que estiveram conosco em cada passo desse caminho tão significativo.

Primeiramente, agradecemos a Deus, fonte inesgotável de força e sabedoria, por guiar nossos

passos ao longo dessa trajetória desafiadora. Sua presença foi nossa luz nos momentos de incerteza e nossa esperança nos momentos de dificuldade.

Àqueles que sempre estiveram ao nosso lado, nossos cônjuges, familiares e amigos mais próximos, o nosso mais profundo agradecimento. Vocês foram nosso porto seguro, nosso apoio inabalável, nossa fonte inesgotável de amor e compreensão. Sem a presença e o suporte de vocês, essa conquista não seria possível.

Aos dedicados professores da faculdade ICESP, em especial à coordenação de Psicologia e ao Núcleo de Iniciação Científica (NIP), expressamos nossa sincera gratidão. Foram vocês que moldaram nossos conhecimentos, inspiraram nossos sonhos e nos prepararam para os desafios futuros. Cada conselho, cada palavra de estímulo foi fundamental para o nosso crescimento.

Não poderíamos esquecer dos nossos colegas de curso, parceiros de tantas jornadas e companheiros de aprendizado. Juntos, enfrentamos desafios, compartilhamos conhecimentos e construímos laços que esperamos levar para toda a vida.

Hoje, ao olharmos para trás, sentimos um misto de gratidão e saudade. Cada etapa vencida nos trouxe até aqui e nos preparou para um novo capítulo que se inicia. Esta conquista é de todos nós, é a prova de que juntos somos mais fortes.

Com amor, gratidão e um olhar esperançoso para o futuro.

### **Referências:**

ALMEIDA, Suely de Souza de. Essa violência mal-dita. In: Suely de Souza de Almeida (org.). *Violência de gênero e políticas públicas*. Rio de Janeiro: UFRJ, 2007. p. 23-41.

BANDEIRA, Lourdes Maria. Violência de gênero: a construção de um campo teórico e de investigação. *Sociedade e Estado*, v. 27, n.2, ago. 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-69922014000200008> Acesso em: 30 abr. 2023.

BRASIL. Presidência da República. Lei nº 14.164, de 10 de junho de 2021. Altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional). Diário Oficial da União, Brasília, DF: 10 jun. 2021. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2019-2022/2021/Lei/L14164.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2021/Lei/L14164.htm) Acesso em: 16 nov. 2023

BRASIL. Presidência da República. Decreto Nº 7.393, de 15 de dezembro de 2010. Dispõe sobre a Central de Atendimento à Mulher. Diário Oficial da União, Brasília, DF: 15 dez. 2010. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2007-2010/2010/decreto/D7393.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/decreto/D7393.htm). Acesso em: 16 nov. 2023.

BRASIL. Presidência da República. Decreto Nº. 8.086, de 30 de agosto de 2013. Institui o programa Mulher Viver Sem Violência. Diário Oficial da União, Brasília, DF: 30 ago. 2013. Disponível em: <https://legislacao.presidencia.gov.br/atos/?tipo=DEC&numero=8086&ano=2013&ato=2fdITVU5ENVpWTff3#:~:text=INSTITUI%20O%20PROGRAMA%20MULHER%3A%20VIVER%20SEM%20VIOL%3%8ANCIA%2>

0E%20D%C3%81%20OUTRAS%20PROVID%C3%81NCIAS. Acesso em: 16 nov. 2023.

BRASIL. Presidência da República. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei das Diretrizes e Bases da Educação Brasileira). Diário Oficial da União, Brasília, DF: 20 dez. 1996. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l9394.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm). Acesso em: 16 nov. 2023.

BRASIL. Presidência da República. Lei nº 11.340, de 7 de agosto de 2006 (Lei Maria da Penha). Diário Oficial da União, Brasília, DF: 7 ago. 2006. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2004-2006/2006/lei/l11340.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/l11340.htm). Acesso em: 03 abr. 2023.

BRASIL. Presidência da República. Lei nº 14.674, de 14 de setembro de 2023. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Diário Oficial da União, Brasília, DF: 14 set. 2023. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2023-2026/2023/lei/L14674.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2023/lei/L14674.htm). Acesso em: 06 nov. 2023.

BRASIL. [Constituição (1988)]. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Artigo 226 - Da Família, do Casamento e da União Estável. Brasília, DF: Poder Legislativo, 1988. Disponível em: <https://www.jusbrasil.com.br/topicos/10645133/artigo-226-da-constituicao-federal-de-1988>. Acesso: 27 nov. 2023.

CAMARGO, Vanessa Silva et al. Análise funcional da permanência das mulheres nos relacionamentos abusivos: um estudo prático. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, v. 20, n. 2, p. 10-25, 6 ago. 2018. Disponível em: [https://pdfs.semanticscholar.org/d3fe/90b6d1adeb9541d2bb0578d49beda2022ffb.pdf?\\_gl=1\\*1bsjeuf\\*\\_ga\\*MTUyNzM3NjA3NC4xNjgzOTE0ODg2\\*\\_ga\\_H7P4ZT52H5\\*MTY4MzIxNDg4NS4xLjAuMTY4MzIxNDg4Ni4wLjAuMA](https://pdfs.semanticscholar.org/d3fe/90b6d1adeb9541d2bb0578d49beda2022ffb.pdf?_gl=1*1bsjeuf*_ga*MTUyNzM3NjA3NC4xNjgzOTE0ODg2*_ga_H7P4ZT52H5*MTY4MzIxNDg4NS4xLjAuMTY4MzIxNDg4Ni4wLjAuMA). Acesso em: 06 mai. 23.

CARDOSO, Nara Maria Batista. Psicologia e relações de gênero: A socialização do gênero feminino e suas implicações na violência conjugal em relação às mulheres. In: A. Zanella, Andréa V. et. al. (Org.), *Psicologia e práticas sociais*. Rio de Janeiro: Centro Edelstein, 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.7476/9788599662878>. Acesso em: 22 mai. 2023.

CARVALHO, Maria Lídia de. Compreendendo a auto-estima no enfoque da Gestalt-Terapia. Monografia (graduação) - Curso de Psicologia, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2007. Disponível em <https://core.ac.uk/download/pdf/185255735.pdf>. Acesso em: 15 mai. 2023.

CARVALHO, Noémia Maria Costa. Perfil Psicológico das mulheres vítimas de violência doméstica e suas repercussões. 2010. 69 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Mestrado em Psicologia Forense e da Transgressão, Cooperativa de Ensino Superior Politécnico e Universitário, Portugal, 2010. Disponível em: <https://repositorio.cespu.pt/bitstream/handle/20.500.11816/67/Disserta%C3%A7%C3%A3o%20completa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>). Acesso em: 10 mai. 2023.

CAVALCANTI, Thiago Medeiros et al. Mensuração de Necessidades. *Psicologia: Ciência e Profissão*, [s.l.], v. 39, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/X4Cm9CPhzCCSxzGfZ9TBVzh/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 07 nov. 2023.

CHOLODOVSKIS, Kaminsky Melo; CHOLODOVSKIS, Soraia Aparecida Dias. Proposta da Psicologia Social para a Prevenção/Intervenção na Violência Intrafamiliar. *Tesis Psicológica*, [s.l.], v. 9, n. 2, 2014. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/1390/139039784012.pdf>. Acesso em: 07 nov. 2023.

CORDEIRO, Débora Cristina da Silva. Por que algumas mulheres não denunciam seus agressores?. *Revista Eletrônica de Ciências Sociais*, Juiz de Fora, n. 27, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/csonline/article/view/17512#:~:text=Na%20an%C3%A1lise%20das%20raz%C3%B5es%20pelas,nas%20institui%C3%A7%C3%B5es%20p%C3%ABlicas%20respons%C3%A1veis%20pelo>. Acesso em: 10 mai. 2023.

CRUZ, Mariana Franco. Violência psicológica contra a mulher: da invisibilidade à violação aos direitos da personalidade. Dissertação (Mestrado) - Curso de Ciências Jurídicas, UniCesumar, Maringá, 2020. Disponível em: <https://rdu.unicesumar.edu.br/handle/123456789/8973?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 30 abr. 2023.

CUNHA, Maria Luciana Garcia. *A percepção social da violência psicológica contra a mulher: estudo aplicado de um instrumento de pesquisa*. 2016. 105 f. Monografia - Especialização em Pesquisa de Mercado Aplicada em Comunicações, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2016. Disponível em: <https://pospesquisa.eca.usp.br/monografias/Maria%20Luciana%20Garcia%20Cunha.pdf>. Acesso em: 11 nov. 2023.

DELEGACIAS passam a prestar atendimento 24 horas a mulheres vítimas de violência. *Senado Notícias*. Brasília, 4 abr. 2023. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2023/04/04/delegacias-passam-a-prestar-atendimento-24-horas-a-mulheres-vitimas-de-violencia>. Acesso em: 2 set. 2023.

FILHA, Silvia Regia Vieira de Freitas. *O Aplicativo Viva Flor como um mecanismo de política pública para o enfrentamento da violência doméstica vivenciada por mulheres no Distrito Federal*. Monografia - Curso de Especialização (Lato Sensu) em Gestão Pública Municipal. Universidade de Brasília, Brasília, 2019. Disponível em: [https://bdm.unb.br/bitstream/10483/26772/1/2019\\_SilviaRegiaVieiraFreitasFilha\\_tcc.pdf](https://bdm.unb.br/bitstream/10483/26772/1/2019_SilviaRegiaVieiraFreitasFilha_tcc.pdf). Acesso: 09 nov. 2023.

FONSECA, João José Saraiva da. *Metodologia da pesquisa científica*. Ementa – Curso de Especialização em comunidades virtuais de aprendizagem/informática educativa. Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, 2002. Disponível em: <http://www.ia.ufrj.br/ppgea/conteudo/conteudo-2012-1/1SF/Sandra/apostilaMetodologia.pdf>. Acesso: 06 nov. 2023

GOMES, Márcia Kellen Tavares. *Por que elas ficam? uma revisão de literatura analítico-comportamental sobre a permanência de mulheres em relacionamentos coercitivos*. Monografia (graduação) - Curso de Psicologia, Universidade Federal do Ceará, Sobral, 2018. Disponível em: [https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/42722/1/2018\\_tcc\\_mktgomes.pdf](https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/42722/1/2018_tcc_mktgomes.pdf) Acesso em : 15 mai. 2023.

INSTITUTO MARIA DA PENHA. *Ciclo da violência*. [s.l.], 2023. Disponível em: <https://www.institutomariadapenha.org.br/violencia-domestica/ciclo-da-violencia.html#:~:text=Apesar%20de%20a%20viol%C3%Aancia%20dom%C3%A9stica,ciclo%20que%20%C3%A9%20constantemente%20repetido>. Acesso: 26 nov 2023.

JIMÉNEZ, Jaime Sebastián Galán *et al.* The invisible psychological violence. *Revista de Facultad de Psicología de La Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo*, Uaricha, v. 14, n. 32, p. 53-60, mai. 2017. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/316927851\\_Gaslighting\\_La\\_invisible\\_violencia\\_psicologica\\_Gaslighting\\_The\\_invisible\\_psychological\\_violence](https://www.researchgate.net/publication/316927851_Gaslighting_La_invisible_violencia_psicologica_Gaslighting_The_invisible_psychological_violence). Acesso: 10 set 2023.

LEYENS, Jacques-Philippe. *Psicologia Social*. Lisboa: Edições 70, 1994.

LUCENA, Kerle Dayana Tavares de *et al.* Análise do ciclo da violência doméstica contra a mulher. *Journal of Human Growth Development*, São Paulo, v. 26, n. 2, p. 139-146, 2016. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbcdh/v26n2/pt\\_03.pdf](http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbcdh/v26n2/pt_03.pdf). Acesso em: 01 mai. 2023.

MATOS, Mariana; FERES-CARNEIRO, Teresinha; JABLONSKI, Bernardo. Adolescência e relações amorosas: um estudo sobre jovens das camadas populares cariocas. *Interação em Psicologia*, Pontifícia Universidade Católica, Rio de Janeiro, v. 9, n. 1, p. 21-33, 2005. Disponível: <https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/3283/2627>. Acesso em 03 mai. 2023.

MEDEIROS, Carlos Augusto de; MOREIRA, Márcio Borges. *Princípios básicos de análise do comportamento*. Porto Alegre: Artmed, 2019.

MILLER, Mary Susan. Feridas invisíveis: abuso não-físico contra as mulheres. São Paulo: Summus, 1999. p. 42

MINAYO, Maria Cecília. A importância de mensurar e punir os danos da violência “invisível”. Agência Patrícia Galvão, [s.l.], 05 ago. 2014. Disponível em: <https://agenciapatriciagalvao.org.br/violencia/importancia-de-mensurar-e-punir-os-danos-da-violencia-invisivel/>. Acesso em: 23 mai. 2023.

MINISTÉRIOS DOS DIREITOS HUMANOS E CIDADANIA. Programa ‘Mulher, Viver Sem Violência’. [s.l.], 2019. Disponível em:

<https://www.gov.br/mdh/pt-br/navegue-por-temas/politicas-para-mulheres/arquivo/assuntos/violencia/progra>.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. *Boletins epidemiológicos*. [s.l.], 2020. Disponível em: [https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/edicoes/2020/boletim\\_epidemiologico\\_sys\\_49.pdf](https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/edicoes/2020/boletim_epidemiologico_sys_49.pdf). Acesso em: 16 nov. 2023

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Violência Doméstica contra as Mulheres*, [s.l.], 2017. Disponível em: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>. Acesso em: 11 mai. 2023.

PALMA, Ricardo da. Comportamentos violentos, violência Doméstica. *Psicologia social, educação social*, 12 out. 2012. Disponível em: <https://pt.slideshare.net/RicardodaPalma/psicologia-social-comportamentos-violentos-violencia-domstica>. Acesso em: 26 mai. 23.

PEDROSA, Mariana; ZANELLO, Valeska. (In)visibilidade da violência contra as mulheres na saúde mental. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, Brasília, v. 32, n. esp., p. 1-8, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/8DzJKKXHyL9kbgddQ9Ns9Xd/?format=pdf&lang=pt>. Acesso: 11 nov. 2023.

PESSOA, Brenda Moraes. Consequência final do relacionamento abusivo: o feminicídio. *Âmbito Jurídico*, [s.l.], 2019. Disponível em <https://ambitojuridico.com.br/cadernos/direito-penal/consequencia-final-do-relacionamento-abusivo-o-feminicidio/> Acesso em: 12 mai. 2023.

POR QUE a Lei nº 11.340/2006, que criou mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher, é chamada “Lei Maria da Penha”? *Tribunal de Justiça de Minas Gerais*, [s.l.], [s.d.]. Disponível em: <https://www.tjmg.jus.br/portal-tjmg/perguntas-frequentes/por-que-a-lei-n-11-340-2006-que-criou-mecanismos-para-coibir-a-violencia-domestica-e-familiar-contra-a-mulher-e-chamada-lei-maria-da-penha.htm#.ZF09mLMIll>. Acesso em: 11 mai. 2023.

PRIETO, Maria. O ciclo da violência de Lenore Walker. *A mente é maravilhosa*. [s.l.], 2023. Disponível em: <https://amenteemaravilhosa.com.br/ciclo-da-violencia-lenore-walker/>. Acesso: 26 nov. 2023.

QUEIROZ, Rosana Ataíde de; CUNHA, Tania Rocha Andrade. A influência da memória na manutenção da violência contra a mulher na relação conjugal. *Interfaces Científicas, Humanas e Sociais*, Aracaju, v.6, n. 2, p. 41-50, out. 2017. Disponível em: [http://www.mpsp.mp.br/portal/page/portal/documentacao\\_e\\_divulgacao/doc\\_biblioteca/bibli\\_servicos\\_produtos/bibli\\_informativo/bibli\\_inf\\_2006/Interf-Hum\\_v.6\\_n.2.04.pdf](http://www.mpsp.mp.br/portal/page/portal/documentacao_e_divulgacao/doc_biblioteca/bibli_servicos_produtos/bibli_informativo/bibli_inf_2006/Interf-Hum_v.6_n.2.04.pdf). Acesso em: 19 mai 23.

REDE NACIONAL FEMINISTA DE SAÚDE. *Violência doméstica: a face perversa das relações de gênero*. São Paulo, nov. 2002.

ROBBINS, Stephen P. *Comportamento organizacional*. São Paulo: Prentice Hall, 2002. Disponível: [https://admdotunisa.files.wordpress.com/2019/03/robbins\\_2009\\_livro\\_comportamento\\_organiz.pdf](https://admdotunisa.files.wordpress.com/2019/03/robbins_2009_livro_comportamento_organiz.pdf). Acesso em 12 mai. 2023.

SECRETARIA ESPECIAL DE POLÍTICAS PARA AS MULHERES. *Diálogos sobre violência doméstica e de gênero*. Brasília, 2003. Disponível: <https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/livro.pdf>. Acesso em: 10 nov 2023.

SECRETARIA NACIONAL DE ENFRENTAMENTO À VIOLÊNCIA CONTRA AS MULHERES. *Política nacional de enfrentamento à violência contra as mulheres*. Brasília, 2011. Disponível em: [https://www12.senado.leg.br/institucional/omv/copy\\_of\\_acervo/outras-referencias/copy2\\_of\\_entenda-a-violencia/pdfs/politica-nacional-de-enfrentamento-a-violencia-contra-as-mulheres](https://www12.senado.leg.br/institucional/omv/copy_of_acervo/outras-referencias/copy2_of_entenda-a-violencia/pdfs/politica-nacional-de-enfrentamento-a-violencia-contra-as-mulheres). Acesso em: 06 nov. 2023.

SENADO FEDERAL. *Serviços Especializados de Atendimento à Mulher*. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/institucional/omv/acoes-contra-violencia/servicos-especializados-de-atendimento-a-mulher>. Acesso em: 07 nov. 2023.

SKINNER, Burrhus Frederic. *Ciência e comportamento humano*. São Paulo: Martins Fontes, 2003. Disponível em:

[https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/185932/mod\\_resource/content/1/SKINNER%2C%20B.%20F.%20Ci%C3%A7%C3%A3o%20e%20comportamento%20humano.pdf](https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/185932/mod_resource/content/1/SKINNER%2C%20B.%20F.%20Ci%C3%A7%C3%A3o%20e%20comportamento%20humano.pdf). Acesso em: 06 mai. 2023.

TRAVERS, Mark. 2 táticas que um gaslighter usa para ter controle. *Forbes*, [s.l.], 10 jul. 2023. Disponível em:

<https://forbes.com.br/forbessaude/2023/07/2-taticas-que-um-gaslighter-usa-para-ter-controle-sobre-seu-parceiro/>. Acesso em: 16 nov. 2023.